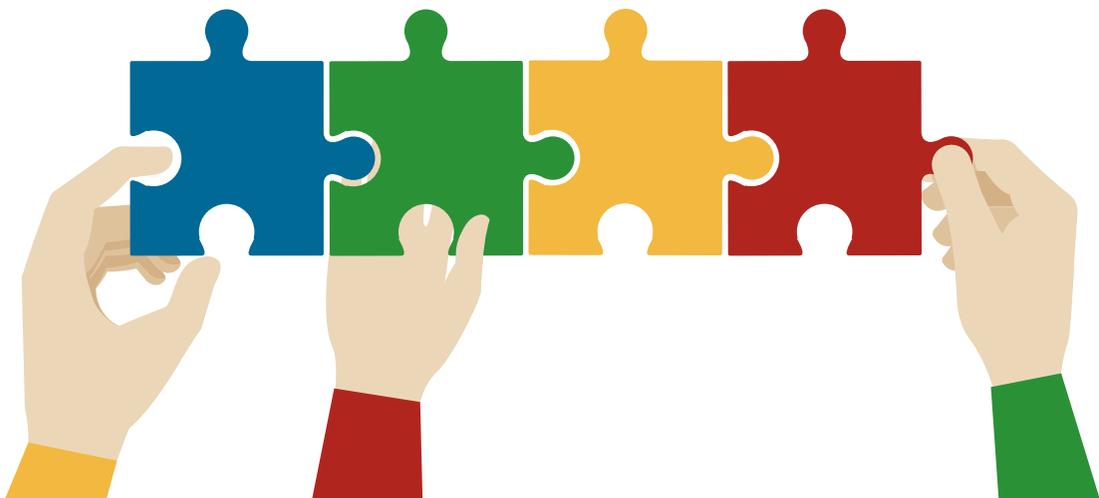




Viceministerio de Servicios Técnicos y Pedagógicos
Dirección General de Currículo



Hablemos de **Educación Integral en Valores y Sexualidad Humana**



Título: Hablemos de Educación Integral en Valores y Sexualidad Humana

Producción:

Edell Escalante

Encargado Área de Ciencias Sociales.

Revisión:

Eileen Elizabeth Ramírez Báez

Dirección General de Currículo

Corrección de estilo:

Dirección General de Currículo

Diseño y diagramación:

Yonolis Díaz

Diseñador

Dirección de Medios Educativos



AUTORIDADES

Luis Abinader

Presidente de la República

Raquel Peña

Vicepresidenta de la República

Ángel Hernández Castillo

Ministro de Educación

Ancell Scheker Mendoza

Viceministra de Servicios Técnicos y Pedagógicos

Tabla de contenido

1. Presentación.....	07
2. Actores involucrados en la propuesta de Educación Integral en Valores y Sexualidad Humana en la escuela.....	08
3. Rol del personal docente, orientadores y orientadoras.....	09
4. Vinculación de la Educación Integral en Valores y Sexualidad Humana con los Enfoques curriculares y las Competencias Fundamentales del Currículo Dominicano.....	10
4. Conceptos importantes a tener en cuenta en torno a la sexualidad.....	12
5. Orientaciones metodológicas.....	13
Nivel Primario.....	15
6. Sugerencias de actividades orientadas al Nivel Primario.....	16
6.2 Conexión de la estrategia Hablemos de Educación Integral en Valores y Sexualidad Humana con los Ejes transversales del Currículo en el Primer y Segundo Ciclo del Nivel Primario.	16
7. Actividades propuestas para los ciclos del Nivel Primario articuladas con las intenciones de los ejes transversales.....	25
Anexos Nivel Primario.....	49
Nivel Secundario.....	51
8. Sugerencias de actividades orientadas al Nivel Secundario.....	52
8.2. Conexión de la estrategia Hablemos de Educación Integral en Valores y Sexualidad Humana con los Ejes transversales del Currículo en el Primer y Segundo Ciclo del Nivel Secundario.....	52
9. Actividades propuestas para los ciclos del Nivel Secundario articuladas con las intenciones de los ejes transversales.....	59
Anexos Nivel Secundario.....	79
Bibliografía.....	82

1. Presentación

El presente fascículo ha sido creado para trabajar la Educación Integral en Valores y Sexualidad Humana en la escuela. Tiene como sustento el compromiso del Estado Dominicano desde la Carta Magna de la República Dominicana, que en su Artículo 63 sostiene:

“Toda persona tiene derecho a una educación integral, de calidad, permanente, en igualdad de condiciones y oportunidades, sin más limitaciones que las derivadas de sus aptitudes, vocación y aspiraciones”.

En este sentido, la educación contribuye con esa visión integral del ser humano y, desde el enfoque de competencias, se desarrollan aquellas capacidades que los estudiantes deben poner en práctica en contextos diversos, movilizandolos de forma integrada: conceptos, procedimientos, actitudes y valores. De tal forma, que el marco legal y normativo compromete al Ministerio de Educación de la República Dominicana a elaborar, capacitar y poner en práctica políticas y programas que contribuyan con la formación integral del estudiantado. Es en este sentido que la formación integral en sexualidad comporta a su vez una formación ciudadana para el desarrollo sostenible del país. Por tanto, desde la Dirección General de Currículo, amparados en la Adecuación Curricular, se hace un ejercicio de coherencia observando cuáles son aquellos ejes transversales, áreas curriculares, contenidos, indicadores y competencias que tributan al fortalecimiento de valores que orienten este desarrollo humano integral.

Para lograr este cometido se presenta en

este documento una serie de actividades, estrategias y ejercicios, con la peculiaridad de que algunos se orientan con la intención de trabajarlos por parte del estudiante, no solamente en el salón de clases, sino con sus familias. Es importante recordar que no solo se incide en la vida estudiantil en lo que acontece dentro del salón de clases, sino que debemos tener claro la necesidad de abordar otros contextos en los que el estudiante interactúa. Desde la perspectiva de la competencia Ética y Ciudadana se espera poder contribuir al desarrollo de una ciudadanía responsable en todos los espacios de convivencia.

Finalmente, este fascículo debe ser lo más vivencial posible. Los maestros y maestras, orientadores y orientadoras, deben hacerlo suyo, compartirlo, hacer que cobre vida con todo el personal docente y administrativo y generar un ejercicio de valoración y aprecio por parte de todo el personal de la escuela. Esto asegurará que el documento no solo sirva para su utilización en un momento determinado; sino, que sea una herramienta constante de consulta, aplicación y, sobre todo, que se constituya en un horizonte ético de actuación.

2. Actores involucrados en la propuesta de Educación Integral en Valores y Sexualidad Humana en la escuela.

La escuela cuenta con una diversidad de actores que dinamizan su quehacer y que apoyan la gestión de los aprendizajes de los-as estudiantes. En este sentido, la propuesta de Hablemos de Educación Integral en Valores y Sexualidad Humana cuenta con todos los actores y se dirige a cada uno de ellos, entendiendo que la escuela se encuentra acompañada de familias y en un contexto comunitario, desde el cual enseñamos y desde el cual aprendemos a convivir con el otro. De modo que, entendemos la escuela como parte de un sistema (figura 1), en donde se establecen vínculos histórico-culturales que influyen de manera concreta en la vivencia de la educación sexual integral y en la formación de los valores que se proponen.



Figura 1: Diagrama de actores involucrados.

Es importante constatar que varios de los temas, estrategias y actividades que se proponen para trabajarlos en los salones de clases son también sugeridos para que los estudiantes puedan abordarlos en sus casas con sus familias; y de esta forma, potenciar el trabajo ampliado con respecto al sistema integral que rodea al estudiantado del nivel primario y secundario. Es de gran importancia, además, tener en cuenta que este trabajo podrá surtir efectos en la medida en que todos los actores puedan

estar involucrados en el proceso. Por tanto, depende en gran medida de la gestión de los docentes, equipos de gestión y todo el personal del centro educativo, adquirir las competencias, la sensibilidad y la preocupación por cuidar este proceso pedagógico de alta calidad.

3. Rol del personal docente, orientadores y orientadoras.

Por la naturaleza de este fascículo de Educación Integral en Valores y Sexualidad Humana, enfocado en la salud, el bienestar y la formación humana integral del estudiantado, se espera que los-as docentes y orientadores-as puedan acompañar estos procesos dentro de la escuela y en cada salón de clases. Es importante también, el seguimiento continuo a las tareas y actividades que se asignan para que los-as estudiantes trabajen con sus familias. Se espera que el personal docente y los-as orientadores-as se muestren siempre solícitos a la hora de recabar las informaciones importantes que estas actividades y procesos puedan generar, no solo en el centro, sino dentro del contexto familiar y en la comunidad.

Algunas indicaciones a tener en cuenta para propiciar un abordaje exitoso de la Educación Integral en Valores y Sexualidad Humana en los salones de clases:

- Propiciar un ambiente de cuidado, de respeto, de derechos y de solidaridad.
- Respetar las opiniones de todos y todas.
- Se considera al estudiante el sujeto principal de este abordaje de la Educación Integral en Valores y Sexualidad Humana.
- Se propicia un ambiente de confianza para que los estudiantes puedan comunicarse entre ellos-as y con sus docentes y orientadores-as.
- Propiciar la participación, la posibilidad de lograr acuerdos y manejar los desacuerdos con sumo respeto ante situaciones que se presenten.
- Propiciar la libre expresión de ideas, sentimientos y emociones.

4. Vinculación de la Educación Integral en Valores y Sexualidad Humana con los Enfoques curriculares y las Competencias Fundamentales del Currículo Dominicano.

El Diseño Curricular Dominicano se fundamenta en tres enfoques curriculares que ofrecen sustento teórico-conceptual al desarrollo de la Educación Integral en Valores y Sexualidad Humana, que se propone en este documento. Todas las actividades parten de un enfoque histórico-cultural que tiene como centro del aprendizaje al estudiantado con sus saberes previos, sus necesidades y sus intereses. De esta forma, aprender no es una copia de la realidad, sino un proceso de construcción del aprendizaje de manera personal y colectiva, en compañía de los demás estudiantes y del maestro-a u orientador-a. Es, además, una oportunidad para contribuir a la formación de una ciudadanía crítica, responsable y sensible ante los problemas sociales que descubre, intentando resolver estos por medio del diálogo, la cooperación, el conocimiento y las habilidades que posee. Finalmente, se espera que el estudiantado valore e incorpore estos aprendizajes como un tesoro especial para toda la vida.

El siguiente esquema explica el sentido de lo que se propone, a partir de los enfoques curriculares, para el abordaje de la Educación Integral en Valores y Sexualidad Humana:



Fuente: Bases de la Revisión y Actualización Curricular (2016, pp. 38-40)

En cuanto a las Competencias Fundamentales del Diseño Curricular, es importante notar cómo contribuyen de manera particular las siguientes competencias: Ética y Ciudadana, Comunicativa, Pensamiento Lógico, Creativo y Crítico y Ambiental y de la Salud. Estas promueven el desarrollo de una ciudadanía que toma en cuenta la importancia de una educación integral en sexualidad y en valores, facilitando el que pueda cuestionarse, con sentido crítico, la realidad personal y colectiva en torno a la revisión de creencias e ideas y otros elementos.

Es por esto que la Competencia Ética y Ciudadana de la cual se sirve este documento prepara al estudiantado para que:

(...) conozca y cuestione los modos en que se manifiestan, en los ámbitos locales, las prácticas que favorecen o falsean la ciudadanía. Estas prácticas han de ser analizadas, criticadas y confrontadas con valores éticos universales, con la finalidad de visualizar y construir progresivamente un nuevo sentido de la ciudadanía y la convivencia democrática., Todo está basado en los principios de participación, equidad, interculturalidad, justicia, cooperación y cultura de paz. La vivencia de estos valores va a permitir, a un nivel más amplio, la construcción de una ciudadanía planetaria basada en unas relaciones interculturales de valoración, armonía y respeto a la diversidad (Minerd, 2016:65).

De esta forma, es posible también el logro de esta ciudadanía crítica por medio de la Competencia Comunicativa que posibilita en el estudiantado la capacidad de dialogar, de comunicarse, de establecer relaciones y, sobre todo, de expresarse a partir de emociones, sentimientos y valores necesarios para el crecimiento humano integral:

La persona comprende y expresa ideas, sentimientos, valores culturales en distintas situaciones de comunicación, empleando diversos sistemas con la finalidad de afianzar su identidad, construir conocimientos, aprehender la realidad y establecer relaciones significativas con las demás personas (Minerd, 2016a: 73).

La competencia comunicativa también prepara al estudiantado para expresarse de manera crítica y, de esta forma, favorecer opiniones, juicios y actuaciones que permitan superar prejuicios y estereotipos que obstaculizan el desarrollo de la vida y la sexualidad con mayor sentido. El pensamiento crítico de la Competencia Fundamental Pensamiento Lógico, Creativo y Crítico favorece:

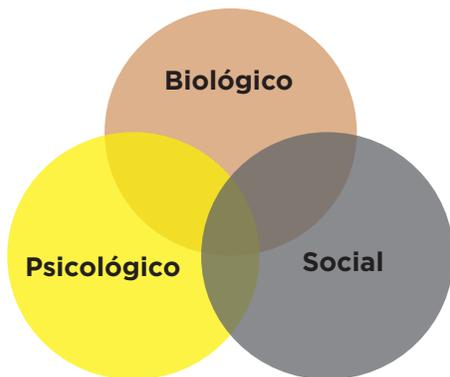
Finalmente, el pensamiento crítico favorece que la persona sea responsable de su salud integral con un enfoque sostenible necesario para el cuidado esencial de su propia vida, la de los demás y la salud del planeta en general:

La persona actúa en beneficio de su propia salud integral y la de su comunidad, en interrelación, preservación y cuidado de la naturaleza y del ambiente social, para contrarrestar los efectos negativos generados por la acción humana, evitar otros daños y promover de forma autónoma y sostenible la vida y la salud del planeta (Minerd, 2016 a: 95).

4. Conceptos importantes a tener en cuenta en torno a la sexualidad.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 1964) considera que el ser humano en salud debe llegar a un “estado de bienestar físico, mental y social” que tiene que ver con esa naturaleza del ser humano: biológica, psíquica y social. Con lo cual, se alude a esa complejidad en la que la sexualidad la vamos aprendiendo y construyendo diariamente en relación con nuestra persona, con nuestras emociones y sentimientos y con el resto de la sociedad.

Cada uno de estos elementos hacen referencia a la vida humana biológica y a la vida social. Por ende, se toma muy en cuenta la comunicación y el aspecto psicológico relacionado con lo que sentimos y con aquellas emociones más importantes de nuestras vidas que van dotando de color nuestra existencia.



La educación sexual integral, como bien plantea este enfoque biopsicosocial, debe ofrecer respuestas a partir del desarrollo del bienestar físico, psicológico, emocional y social. Se enfatiza el respeto de la vida propia y del otro, con un claro enfoque de igualdad, diversidad, solidaridad, derechos y deberes que potencien una ciudadanía crítica, lúcida y cordial.

5. Orientaciones metodológicas

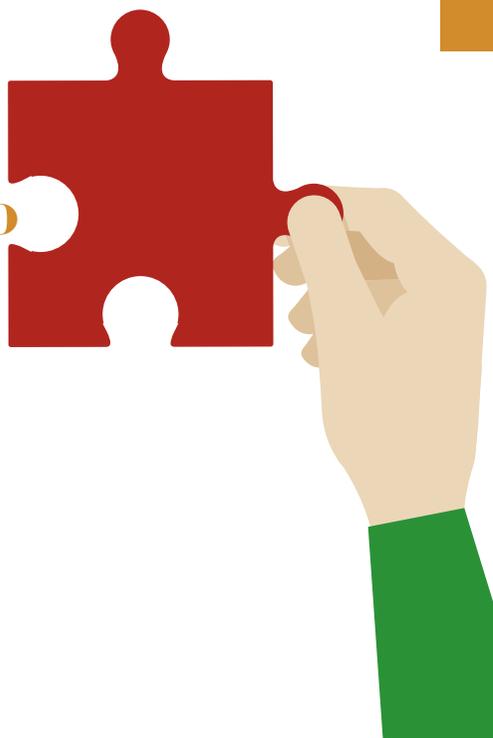
Las orientaciones que se ofrecen a continuación son una oportunidad para que los maestros, las maestras y orientadores y orientadoras de los centros educativos puedan contar con una guía y un horizonte, a partir de los cuales iniciar el trabajo con el estudiantado. Evidentemente, ninguna orientación es más importante que lo que el docente y el orientador pueden lograr en su abordaje de los valores y procesos que pueden poner al servicio de la implementación de la Educación Integral en Valores y Sexualidad Humana.

Por tanto, se sugiere leer las orientaciones y adaptar a cada contexto cada una de ellas, destacar aquellas que aporten más y generen mejores aprendizajes para el estudiantado, sus familias y la comunidad. En tal sentido, se ofrece una colección de recursos para ser utilizados en diversas actividades del Centro Educativo, ya sea en el salón de clases, en los grupos pedagógicos de docentes o en las reuniones de las Asociaciones de Padres, Maestros y Amigos de la Escuela APMAES y en las de los equipos de gestión.

Acompañar los talleres supone un ejercicio de encuentro con los demás. Por tanto, hay que lograr la conexión empática con los diferentes actores. Para las reuniones se espera que el acompañante pueda seguir la siguiente ruta:

1. Estudiar previamente las dinámicas y juegos, sus intenciones pedagógicas, visualizando con qué actores de la escuela trabajarán: padres y madres, maestros-as, equipos de gestión y estudiantes.
2. Preparar con antelación el material a utilizar y ubicar el espacio físico donde se desarrollará el taller. Este espacio debe estar ambientado con algunos carteles y producciones de los-as estudiantes que sirvan para evidenciar los procesos de aprendizaje que las actividades van generando.
3. Cuando se presenten videos, es recomendable verlos previamente (a modo de estudio), al menos dos veces, para familiarizarse con el contenido. Repasar las preguntas generadoras que se debatirán a partir del video y pensar las posibles respuestas para poder retroalimentar a los participantes.
4. Estudiar la metodología del taller en cada uno de sus pasos para evitar improvisaciones en la ejecución de estos.
5. Recibir a los-as participantes con alegría, mostrarse cercano(a) y amigable.
6. Ejercitar la escucha y la acogida, en el proceso de los talleres. Más que ofrecer respuestas, posibilitar que cada uno de los-as participantes pueda expresar sus sentimientos y emociones.
7. Propiciar un clima de respeto y acogida ante la opinión del otro y procurar el diálogo en todo momento.
8. Posibilitar la reflexión, el diálogo y la participación de los estudiantes, la resolución de problemas.
9. Retroalimentar, a partir de las experiencias compartidas en todo momento, y promover el respeto, los derechos y la solidaridad.
10. Realizar cierres pedagógicos para motivar el compromiso de los estudiantes con los reflexionado en cada encuentro.

Nivel Primario



6. Sugerencias de actividades orientadas al Nivel Primario.

Las actividades que se proponen a continuación recuperan la importancia del aprendizaje enfocado en los derechos humanos, asumiendo la sexualidad humana como parte de estos derechos. Del mismo modo se ha de considerar: la igualdad de género, la pubertad y la salud reproductiva. Esta propuesta recoge los aspectos significativos del diseño curricular dominicano en los cuales se trabajan los aspectos cognitivos, psicológicos, físicos y sociales de la sexualidad. También, permite tener una visión clara de cuáles son aquellas capacidades que hay que empoderar a lo largo de la vida para prevenir situaciones de riesgo. Todo esto conlleva a fortalecer un proyecto de vida enfocado en valores de pro-existencia y en una toma de decisiones autónoma, desarrollando de esta manera una actitud crítica ante la vida.

6.2 Conexión de la estrategia Hablemos de Educación Integral en Valores y Sexualidad Humana con los ejes transversales del Currículo en el Primer y Segundo Ciclo del Nivel Primario.

Los ejes transversales atienden a las necesidades de la sociedad que son exigidas a la educación dominicana, mediante la adecuación y actualización continua, a partir de un trabajo conjunto escuela-comunidad. Estos responden a las demandas de las comunidades, incorporando al trabajo de la escuela aquellos, que en un momento determinado, adquieren una importancia de primer orden, convirtiéndose en temáticas obligatorias para ser trabajadas en los centros educativos.

Por su carácter articulador, los ejes transversales son un punto de conexión y “pie de amigo” para comprender las diferentes actividades que se proponen.

Primer ciclo del Nivel Primario

Lengua Española			
Ejes transversales	Grados		
	Primero	Segundo	Tercero
Salud y bienestar	Conocimiento general sobre el bienestar social (alimentos, medicinas, gestión de riesgos, salud, seguridad), mediante informaciones leídas a través de fuentes variadas o escuchadas de padres, maestros o compañeros.	Caracterización de situaciones de salud que arriesgan el entorno escolar, familiar, a través de las orientaciones de padres, maestros, compañeros, como forma de promover el bienestar común.	Manejo de informaciones y datos sencillos provenientes de fuentes diversas sobre situaciones relacionadas con el bienestar social y su impacto en el entorno escolar, familiar y en la sociedad en general.
Ciudadanía y convivencia	Escucha de diferentes conflictos que se presentan en su hogar o escuela, proponiendo cómo evitarlos según su capacidad.	Análisis sencillo de conflictos que escucha y lee, ya sea de manera convencional o no, presentes en contextos sociales (escuela, hogar, comunidad), proponer formas de mediación y/o posibles soluciones.	Elaboración y desarrollo de proyectos sencillos sobre mediación y resolución de conflictos personales, familiares, y del centro educativo, haciendo uso de la tipología textual apropiada, con miras al fortalecimiento de una convivencia pacífica, el respeto y cumplimiento de los derechos y deberes ciudadanos.

Ciencias Sociales			
Ejes transversales	Grados		
	Primero	Segundo	Tercero
Salud y bienestar	Cuidado de su cuerpo y una alimentación saludable.	Cuidado de su cuerpo y una alimentación equilibrada.	Cuidado y protección de su cuerpo, mediante alimentación balanceada.
Ciudadanía y convivencia	Actuación en su entorno cercano, utilizando el diálogo para lograr consenso y la convivencia pacífica.	Actuación en su entorno cercano, utilizando el diálogo para lograr consenso y la convivencia pacífica.	Presentación de proyectos sencillos sobre la importancia del diálogo y el consenso en la solución de conflictos y en la convivencia pacífica.
Ciencias de la Naturaleza			
Ejes transversales	Grados		
	Primero	Segundo	Tercero
Salud y bienestar	Compresión y ejecución de acciones orientadas a una buena alimentación, la prevención de enfermedades, al cuidado e higiene personal. También, entender la importancia de las vacunas, las funciones vitales de su cuerpo, tanto como su seguridad y protección. Compresión de sí mismo en relación con su entorno y con otros seres vivos.	Compresión y ejecución de acciones orientadas a la nutrición adecuada, el buen funcionamiento de los sistemas del cuerpo, la prevención de enfermedades, el cuidado personal, las funciones vitales de su organismo. Compresión de sí mismo en relación con su entorno, el cuidado a plantas y animales.	Compresión de los seres vivos, sus nutrientes, los sistemas del cuerpo, sus ciclos de vida, las enfermedades y los impulsos nerviosos. Compresión de sí mismo en relación con su entorno, y con los demás seres vivos.

<p>Ciudadanía y convivencia</p>	<p>Conciencia de la importancia de los aportes de científicos en la sociedad. La ciencia como una actividad colaborativa y de comprensión de nuestro entorno. Seguridad, sociedad y ciencia.</p>	<p>Conciencia de la importancia de los aportes de científicos, profesionales en ciencias naturales y técnicos en la sociedad. Las ciencias naturales como una actividad colaborativa, crítica y de consenso basada en la experimentación y en la búsqueda de comprensión de nuestro entorno natural. Seguridad, sociedad y ciencia.</p>	<p>Conciencia de la importancia de los aportes de científicos e ingenieros en la sociedad. Las ciencias naturales como una actividad colaborativa, crítica, de continuos avances y de consenso, basada en la experimentación y la búsqueda de comprensión de nuestro entorno natural. Seguridad, sociedad y ciencia.</p>
<p>Formación Integral Humana y Religiosa</p>			
<p>Ejes transversales</p>	<p>Grados</p>		
	<p>Primero</p>	<p>Segundo</p>	<p>Tercero</p>
<p>Salud y bienestar</p>	<p>Representación de normas que favorecen la buena convivencia en la escuela, la familia y la comunidad. Dramatización de acciones que favorecen la buena convivencia en la escuela, la familia y otros ambientes socioculturales.</p>	<p>Representación de acciones que favorecen el cuidado y el respeto del cuerpo como regalo de Dios. Elaboración de frases cortas sobre el cuerpo y el modo de cuidarlo y protegerlo.</p>	<p>Identificación y descripción de posibles situaciones de violencia, abuso, peligro físico, sexual, psicológico y emocional en su familia, en la escuela y en su comunidad. Explicación del cuidado, respeto y valoración de su cuerpo en su medio familiar y social.</p>
<p>Ciudadanía y convivencia</p>	<p>Identificación de normas que ayudan al bienestar personal, familiar y sociocultural. Identificación de normas que favorecen el bien personal, familiar y social en relatos de textos bíblicos.</p>	<p>Representación de juegos en los que se comparte amistosamente sin distinción. Socialización de valores que se cultivan a través del juego.</p>	<p>Representación de normas que favorecen la buena convivencia en la escuela, la familia y la comunidad. Dramatización de acciones que favorecen la buena convivencia en la escuela, la familia y otros ambientes socioculturales.</p>

Segundo ciclo del Nivel Primario

Lengua Española			
Ejes transversales	Grados		
	Cuarto	Quinto	Sexto
Salud y bienestar	Conocimiento sobre el bienestar social (alimentos, medicinas, gestión de riesgos, salud, seguridad, educación, entre otros), obtenido mediante fuentes de información orales y escritas.	Identificación y tratamiento de situaciones de salud que arriesgan el entorno familiar escolar, con el apoyo de los padres, maestros, compañeros, a fin de fomentar el bienestar común.	Estudio de informaciones en fuentes variadas sobre salud y bienestar social en el ámbito escolar, familiar, a través de textos funcionales y literarios.
Ciudadanía y convivencia	Caracterización de conflictos sociales que escucha y lee en distintos medios, proponiendo posibles soluciones, acordes con su conocimiento y nivel.	Investigación sobre conflictos que se presentan en diversos contextos sociales (escuela, hogar, comunidad), proponiendo formas de mediación y posibles soluciones a través de textos apropiados y el uso de recursos variados.	Desarrollo de proyectos sobre resolución de conflictos personales, familiares y del centro educativo, haciendo uso de la producción oral y escrita en el fortalecimiento de una convivencia pacífica, el respeto y cumplimiento de los derechos y deberes ciudadanos.
Ciencias Sociales			
Ejes transversales	Grados		
	Cuarto	Quinto	Sexto
Salud y bienestar	Actitud de cuidado ante sustancias que pueden ocasionar daños a su salud y a su bienestar personal.	Prevención ante sustancias que pueden ocasionar daños a su salud y al bienestar de su familia.	Prevención ante sustancias que pueden ocasionar daños a su salud y a su entorno escolar y comunitario.

<p>Ciudadanía y convivencia</p>	<p>Presentación de campañas escolares y comunitarias sobre la importancia del diálogo y el consenso en la solución de conflictos, la convivencia pacífica y cultura de paz.</p>	<p>Integración a campañas escolares y comunitaria sobre la importancia del diálogo y el consenso en la solución de conflictos, la convivencia pacífica y cultura de paz.</p>	<p>Defensa de campañas escolares y comunitarias sobre la importancia del diálogo y el consenso en la solución de conflictos, la convivencia pacífica y cultura de paz.</p>
<p>Ciencias de la Naturaleza</p>			
<p>Ejes transversales</p>	<p>Grados</p>		
	<p>Cuarto</p>	<p>Quinto</p>	<p>Sexto</p>
<p>Salud y bienestar</p>	<p>Compresión y realización de acciones personales proactivas orientadas: a una sana nutrición; protección de la biodiversidad; identificación y cuidado de enfermedades; desarrollo, cambio y cuidado de su cuerpo; funciones vitales del cuerpo; seguridad y protección.</p> <p>Compresión de sí mismo en relación con su entorno y otros seres vivos.</p>	<p>Compresión y realización de acciones personales proactivas orientadas: sistemas del cuerpo, funciones, portación y cuidado; enfermedades; reproducción, cuidado personal, funciones vitales de su cuerpo.</p> <p>Compresión de sí mismo en relación con su entorno, y relación y cuidado a plantas y animales.</p>	<p>Compresión y realización de acciones personales proactivas orientadas: a una sana nutrición; funciones y protección de órganos; identificación y cuidado de enfermedades; desarrollo, cambio y cuidado de su cuerpo; reproducción humana.</p> <p>Compresión de sí mismo en relación con su entorno y otros seres vivos.</p>

<p>Ciudadanía y convivencia</p>	<p>Conciencia de la importancia de los aportes de científicos en la sociedad.</p> <p>La ciencia como una actividad colaborativa y de comprensión de nuestro entorno.</p> <p>Seguridad, sociedad y ciencia.</p>	<p>Conciencia de la importancia de los aportes de científicos, profesionales en ciencias naturales y técnicos en la sociedad.</p> <p>Las ciencias naturales como una actividad colaborativa, crítica y de consenso, basada en la experimentación y dbúsqueda de comprensión de nuestro entorno natural.</p> <p>Seguridad, sociedad y ciencia.</p>	<p>Conciencia de la importancia de los aportes de científicos e ingenieros en la sociedad.</p> <p>Las ciencias naturales como una actividad colaborativa, crítica, de continuos avances y de consenso. basada en la experimentación y dbúsqueda de comprensión de nuestro entorno natural.</p> <p>Seguridad, sociedad y ciencia.</p>
--	--	---	--

Formación Integral Humana y Religiosa			
Ejes transversales	Grados		
	Cuarto	Quinto	Sexto
Salud y bienestar	<p>Dramatización de acciones para mantener la higiene y la salud personal en el hogar, la escuela y la comunidad.</p> <p>Descripción de cambios ocurridos en su cuerpo y en sus sentimientos.</p> <p>Identificación de situaciones de abuso físico, emocional y sexual en niños y niñas que violentan su crecimiento integral.</p>	<p>Análisis de noticias, sucesos y situaciones que dañan o maltratan y violentan el cuerpo.</p> <p>Construcción de recursos, a partir de 1 Corintios 6, 19- 20, que promuevan el respeto y cuidado del cuerpo.</p>	<p>Socialización de situaciones de riesgo, maltrato, abandono, negligencia, abuso físico, emocional y sexual.</p> <p>Investigación sobre las causas y consecuencias del maltrato y el abuso infantil.</p> <p>Elaboración de estrategias para la prevención del abuso infantil.</p> <p>Elaboración de materiales variados para la promoción del buen trato hacia los niños y las niñas en el entorno escolar y en las redes sociales.</p>

<p>Ciudadanía y convivencia</p>	<p>Descripción y socialización de normas y costumbres en la familia, en la escuela y en la comunidad.</p> <p>Elaboración de normas de convivencia que promuevan la paz en sus diferentes contextos.</p> <p>Socialización de las normas o reglas de algunos juegos practicados en su entorno y la forma de relacionarse en ellos.</p>	<p>Dramatización en la que se visualicen las normas y leyes que se practican en la convivencia cotidiana, en la familia, la escuela y la comunidad.</p> <p>Presentación de proyecto sobre las principales normas de convivencia para una relación armónica con las demás personas.</p> <p>Organización de una mesa redonda donde se construya en equipo las normas para mejorar el comportamiento en el aula.</p>	<p>Investigación y elaboración de proyecto acerca de la igualdad del hombre y la mujer según la Declaración Universal de los Derechos Humanos.</p> <p>Organización de una mesa redonda donde se analice el trato hacia la mujer en la familia, en los medios de comunicación, los anuncios publicitarios y las canciones.</p>
--	--	---	---

7. Actividades propuestas para los ciclos del Nivel Primario articuladas con las intenciones de los ejes transversales.

Afectividad

Actividad 1. Soy especial . (Primer ciclo del Nivel Primario).

Orientaciones para el desarrollo de la actividad.

Materiales:

- Un espejo
- Hojas
- Lápices de colores

La maestra o el maestro invita a que todos-as se miren en el espejo Una vez que se han mirado, se les invita a que todos y todas piensen en aquello que más les guste cuando se miran al espejo.

Actividad de cierre:

Recitar la poesía: “Soy especial”¹. Una vez que han terminado, invitamos a que en grupos de 4 personas comenten:

- ¿Qué fue lo que más te gustó del tema trabajado?
- ¿Qué fue lo más difícil?
- ¿Cómo te sentiste al mirarte al espejo?
- ¿Por qué somos especiales?

Actividad para desarrollar en casa con las familias: Los-as estudiantes se reunirán en la casa con sus familias en algún espacio tranquilo y conversarán con las familias lo que han aprendido sobre este tema que recién acaban de trabajar en el salón de clases, acerca de lo que más les gustó, lo que sintieron cuando se miraron en el espejo y cuáles son aquellas cosas que los hacen especiales.

Una vez terminada la conversación, invitan al resto de la familia a que puedan expresar unos a otros cuáles son aquellas cosas que cada uno considera que los hace especiales. En un segundo momento, cada uno de los miembros de la familia le dice a otro por qué lo considera especial.

1 Esta actividad está tomada de: MinerD (2017)

Actividad 2. Frases y palabras de afecto. (Segundo Cielo del Nivel Primario)

Ejes transversales: Salud y bienestar, Ciudadanía y convivencia

Materiales:

- Hojas de papel de colores con formas.
- Lápices.

Tiempo estimado para la actividad: 4 semanas (1 mes).

Descripción:

Se elabora en el salón de clases un espacio para la libre expresión positiva de las emociones. Puede llamarse: Espacio de los afectos y emociones. En este espacio los-as estudiantes tendrán distintos papeles, con diversas formas y colores: estrellas, gotas de agua, hojas, flor entre otras. En ellos colocarán frases dedicadas a diferentes compañeros y compañeras del salón de clases.

Se sugiere que el maestro o a maestra supervise la actividad, de tal forma que a todos los niños puedan llegarle dedicatorias de parte de sus compañeros-as.

Sugerencias para el Primer Ciclo del Nivel Primario:

Como algunos de los estudiantes del primer ciclo aún se les puede hacer difícil la escritura en esta etapa, se propone que el maestro y la maestra ayude a los-as estudiantes a poder crear el Espacio de los afectos y las emociones. Los estudiantes de segundo y tercer grados pueden escribir sus mensajes, mientras que los de primer grado pueden expresarlo visitando este espacio significativo que se ha creado en el salón de clases.

Reflexión al término de la actividad cada semana:

Como esta actividad dura un mes (4 semanas); la maestra, al término de cada semana puede hacer una recogida de aquellos mensajes y expresiones de afecto más significativos o que más les han resonado a los estudiantes, preguntando:

- ¿Cómo me he sentido con los mensajes recibidos?
- ¿Cuáles son los mensajes que más te han gustado? ¿Por qué?

Actividad para desarrollar en la casa con su familia:

1. Comparte con tu familia estos mensajes.
2. Proponles un espacio en la noche para compartir mensajes similares.
3. Exprésale lo mucho que amas a toda la familia por medio de mensajes de afecto y que ellos también puedan expresar lo que sienten por ti.
4. Al final de la semana compartan las siguientes preguntas entre todos-as: ¿Cómo se han sentido al recibir los mensajes? ¿Cuáles nos han gustado más? ¿Por qué?

Actividad 2. ¿Qué sientes? (Primer ciclo del Nivel Primario)

Materiales:

Cartulina (emociones dibujadas)

Tiempo estimado para la actividad: 25 minutos.

Descripción:

Con las imágenes que tiene el docente previamente preparado y organizados en círculo en el salón de clases se enseñan las imágenes acompañadas de las siguientes preguntas:

1. ¿Cuál de las siguientes imágenes se parece a lo que tú sientes hoy? Señálalo con el dedo.
2. ¿Cuál de estas imágenes se parece a lo que siente papá?
3. ¿Cuál de estas imágenes se parece a lo que siente mamá?
4. ¿Cuál de estas imágenes se parece a lo que sientes cuando no comparten contigo?
5. ¿Cuál de estas imágenes se parece a lo que sientes cuando comes helado de chocolate?
6. ¿Cuál de estas imágenes se parece a lo que sientes cuando estás cansado?
7. ¿Cuál de estas imágenes se parece a lo que sientes cuando te hacen un regalo?
8. ¿Cuál de estas imágenes se parece a lo que sientes cuando te sientes mal?

Reflexión al término de la actividad:

La maestra o el maestro recupera los aspectos más importantes de la actividad

1. ¿Qué fue lo que más me gustó de esta actividad? ¿Por qué?
2. ¿Qué fue lo que menos me gustó? ¿Por qué?
3. ¿Qué imagen me gusta más? ¿Por qué?

La maestra y el maestro procuran cerrar pedagógicamente con un mensaje positivo a los-as estudiantes con respecto a los sentimientos y emociones. Estos (sentimientos y emociones) son importantes en nuestra vida como los colores, porque nos avisan, nos recuerdan cosas importantes de nuestra vida, y nos permiten amar, sentir y resolver problemas en nuestra vida.

Sugerencias para el Segundo Ciclo del Nivel Primario:

Para los estudiantes del segundo ciclo de primaria se propone que puedan dibujar sus emociones y sentimientos a partir de las preguntas anteriores. En el salón de clases se puede hacer un espacio para colocar las producciones artísticas a modo de galería de arte, puede llamarse: Galería de nuestros sentimientos y emociones.

Se invita a los-as estudiantes que pasen a apreciar cada una de las producciones realizadas por sus compañeros-as

Actividad para desarrollar con la familia de los-as estudiantes:

La maestra o el maestro una vez que termina la actividad, elige con ayuda de los-as estudiantes un día para que los padres puedan pasar al salón de clases y visitar la galería de sentimientos y emociones.

Una vez que termina la actividad se puede reflexionar con los padres y las madres a partir de las siguientes preguntas:

- ¿Qué sintieron ante las obras de artes de sus hijos y los compañeros de sus hijos?
- ¿Cuál fue la que más me gustó? ¿Por qué?
- ¿Qué pienso del uso de los colores?

Actividad 3. Película: Intensa-Mente. (Inside out) (Primer Ciclo y Segundo Ciclo del Nivel Primario).

Materiales:

- Computadora.
- Proyector.
- Bocina para amplificar el sonido.

Tiempo estimado para la actividad: 2 horas

Descripción:

Se proyecta en clases la película intensamente. El maestro y la maestra debe estar atento y atenta a las emociones que susciten en el salón de clases. Si se considera muy larga la película, se pueden utilizar dos períodos en los que se corte una primera parte de la segunda para terminar con la segunda parte.

Finalizado el visionado se pueden compartir las siguientes preguntas con los-as estudiantes:

Preguntas para estudiantes del Segundo Ciclo del nivel Primario para compartir luego del visionado de la película *Intensa-mente*:

¿Quiénes son los protagonistas de esta película? ¿Cómo se llaman?

¿Cuáles de estas emociones conoces?

¿Crees que todas las emociones son importantes? ¿Por qué?

¿Qué aprendiste de esta película? Comenta a todos los compañeros y compañeras.

Cierre conceptual:

Comparte con los-as estudiantes las oportunidades que ofrecen a las emociones a los seres humanos. Coméntales que no hay emociones ni buenas, ni malas, ellas son simplemente una expresión de nuestra vida que nos ayudan a comprendernos mejor y a comprender nuestra acción en el mundo. Es por eso que lo importante no es juzgar las emociones, sino conocerlas, ver ¿qué me quieren comunicar? ¿a dónde me quieren llevar?, ¿por qué siento esto?

Sugiere a tus estudiantes que anoten en un cuaderno cuáles son aquellas emociones que más sienten y qué es lo que él cree que le quieren comunicar. Al término de la semana pídeles que revisen sus apuntes y saquen conclusiones importantes para su vida.

Preguntas para estudiantes del Primer Ciclo del nivel Primario para compartir luego del visionado de la película Intensa-mente:

¿Qué es lo que más me gustó de la película?

¿Cuáles de estas emociones tú has sentido más?

¿Crees que todas las emociones son importantes? ¿Por qué?

¿Qué aprendiste de esta película? Comenta a todos los compañeros y compañeras.

Actividad 4. Expreso afecto a los seres humanos, y todos los seres vivos. (Actividad para el Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Primario).

Materiales:

- Crayolas, témperas, marcadores de colores.
- Papelógrafos.
- Papel periódico.

Tiempo estimado para la actividad: 1 hora

Descripción: Se espera que los-as estudiantes en grupos de cinco puedan elaborar algunas obras de arte, entre las que se encuentran: la pintura mural, en la que todos puedan trabajar de manera colaborativa, utilizando estrategias como el diálogo y el consenso. Es importante que el maestro pueda orientarles con lo siguiente:

Escoger a algunas personas del aula a las que van a regalarle su obra de arte. De tal forma que el trabajo artístico se convierte a la vez en un regalo para los-as demás

Escogemos algún tema para nuestro dibujo colectivo: puede ser la amistad, la alegría de estar juntos y juntas, el reconocimiento a mis compañeros-as.

Comenzamos a realizar un boceto de nuestro dibujo.

Elegimos las personas que van a colorear cada una de sus partes.

Luego, lo colocamos en un lugar visible del salón de clases donde los estudiantes de cada equipo exhibirán sus obras y tendrán la oportunidad de explicarlas a los-as demás.

Pasado el tiempo de la exposición la dedican a las personas o a la persona que han elegido.

Preguntas para la reflexión al finalizar la actividad:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?

Actividad 5. Pintura mural.

Materiales:

- Crayolas, témperas, marcadores de colores.
- Cartulinas blancas.
- Papel periódico.

Tiempo estimado para la actividad: 1 hora

Descripción:

El maestro y la maestra junta a los-as estudiantes en equipos de 6 personas. Luego pide a los-as estudiantes que realicen un dibujo colectivo libre en el que plasmen todos juntos su arte. Este dibujo puede ser abstracto o, por el contrario, conseguir aplicar algunas formas, sombras, luces y todo aquello que quieran expresar.

Lo importante es que todos-as se pongan de acuerdo en alguna idea que deseen expresar en sus grupos de trabajo.

Cierre conceptual de la actividad: Galería de arte

Una vez que los-as estudiantes hayan terminado sus proyectos de arte, se realizará una exhibición colectiva de sus obras.

Actividad 6. Trabajo en equipo. (Primer ciclo del Nivel Primario)

Tiempo estimado para la actividad: 20 minutos.

Descripción:

Los niños se juntarán en parejas, eligiendo a uno de sus compañeros previamente, luego se les invitará a representar las siguientes acciones en pareja:

- Aserrar madera.
- Remar en un bote.
- Rebobinar hilos.
- Tirar alternadamente de una cuerda (tira y afloja).
- Imitar las acciones, gestos o emociones del otro como si fuera un espejo.

Diversidad e igualdad

Motivación para trabajar el tema de la identidad sexual y de género:

Actividad 1: Somos iguales y diferentes.

Pedir a un niño y a una niña que se pongan de pie (preferiblemente que tengan estatura y color de piel diferentes), preguntar en qué aspectos son ellos iguales y luego, en cuáles son diferentes.

Decir la siguiente expresión: “Sabían ustedes que hay personas a quienes les encanta el color de sus ojos”. ¿Qué parte de tu cuerpo te gusta mucho? ¿Por qué? Permitir que los niños y las niñas expresen sus ideas. Preguntar si han escuchado la palabra discriminación, si saben qué significa.

La discriminación ocurre cuando rechazo, ignoro o trato mal a una persona por su color de piel, por ser niño o niña, por ser de otro país, por la forma de su cuerpo, por sus habilidades y destrezas, por su religión o por otras razones. ¿Alguna vez te has sentido que alguien te rechaza o ignora por ser cómo eres?. Invitar a los-as estudiantes a escuchar la fábula: “El guineo verde que quería ser amarillo”. (Ver anexo 3).

Segundo momento de la actividad

Sentados en círculo. leer la fábula “El guineo verde que quería ser amarillo” ¿En qué eran iguales? ¿En qué eran diferentes? ¿Por qué los guineos maduros no querían jugar con el guineo verde? ¿Cómo te sientes cuando alguien no quiere jugar contigo y te discrimina?

Cuando alguien es diferente a ti: ¿Qué haces?, ¿cómo se deben tratar las personas diferentes a nosotros? ¿Los niños y las niñas son diferentes, pero iguales? ¿Cómo se deben tratar los niños y cómo las niñas? ¿Cómo una persona respeta a otra, aunque sean diferentes?

Cierre conceptual de la actividad:

Invitar a ponerse de pie y buscar una pareja. A uno de los dos se les vendan los ojos y su pareja debe guiarlo a buscar un sombrero de papel que hay en el otro extremo del salón. Esto debe hacerlo sin tocarlo, solo por medio de instrucciones (sigue derecho, dobla, arriba, abajo). Cuando terminan, deben conversar sobre cómo se sienten las personas que tienen discapacidad visual y son discriminadas.

Actividad para realizar con la familia:

Se propone que los-as estudiantes puedan leer a sus familias: padres, madres, hermanos, hermanas, tutores-as, abuelos-as la fábula, “El guineo verde que quería ser amarillo” y realizar aquellas preguntas a los padres y madres y otros miembros de la familia para llevarlos a reflexionar sobre la importancia de la igualdad y la diferencia. Entre las posibles preguntas están:

¿En qué aspectos eran iguales?

¿En qué aspectos eran diferentes?

¿Por qué los guineos maduros no querían jugar con el guineo verde?

¿Cómo te sientes cuando alguien no quiere jugar contigo y/o te discrimina?

Relación con el cuerpo y salud.

Motivación para el maestro y la maestra²:

El cuerpo y nuestra relación con él es uno de los vínculos más importantes que establecemos las personas desde el comienzo de la vida. Es por esto que de las mejores experiencias que podemos tener están aquellas referidas al cuidado, las caricias, el cariño y el buen trato. Es importante que el docente sepa guiar esta reflexión con el cuidado que merece y con la solicitud que amerita el tema. Es a través del cuerpo que los estudiantes expresan emociones, sentimientos, comunican estados de ánimos y experimentan los mayores sueños y deseos.

Es por esto que la relación con el cuerpo, además de una importante comunicación, potencia la salud y el bienestar del estudiantado.

² Es importante que al servir de referencia la siguiente motivación, con el propósito de enfocar el tema de la relación con el cuerpo y la salud, el docente pueda preparar con anterioridad los temas referidos a tan importante temática. Es un tema de especial sensibilidad y cuidado, por tanto, se espera que sea tratado con la adecuada solicitud por parte del docente.

Actividad 1: Conozco mi cuerpo, me relaciono con él. (Primer ciclo del Nivel Primario y Segundo ciclo del nivel primario)

Ejes transversales: Salud y bienestar, Ciudadanía y convivencia.

Materiales para utilizar en el taller:

Caja forrada con papel de regalo.

Papeles con diferentes frases referidas al cuerpo.

Rompecabezas de figura humana masculina y figura humana femenina

En un primer momento de inicio, el docente se coloca en el centro del salón de clases con la caja decorada con algunos papeles dentro de ella. Estos papeles tienen diferentes mensajes que los estudiantes irán sacando y que leerán frente a los demás. Entre los mensajes se encuentran: “mi cuerpo es diferente del de” ..., “mi cuerpo es...” “mi cuerpo me ayuda a...”, “mi cuerpo es igual al de...”, entre otras. La idea es que cuando lo estudiantes vayan tomando estas frases las puedan ir contestando frente al resto del grupo y, una vez que las contesten, la maestra les preguntará: ¿Qué sintieron mientras no había sacado el papel de la caja aún? ¿Qué es la curiosidad? ¿Por qué nos da tanta curiosidad nuestro cuerpo? ¿Queremos conocer y aprender más sobre el cuerpo?

Una vez que concluyen el diálogo, el maestro o la maestra reparte entre los equipos de trabajo de cinco estudiantes un rompecabezas de figura humana, donde los estudiantes tomarán cada una de las piezas y formarán la figura.

Identificarán si pertenece a un hombre o a una mujer; luego, mencionarán aquellas características que les permitieron identificarlo.

Nota para el docente: En el caso de que los estudiantes no identifiquen los órganos sexuales femeninos y masculinos o usen nombres inapropiados; el docente orientará la forma correcta: pene, vulva, testículos, vagina.

Cierre conceptual:

Los estudiantes son invitados por el docente a compartir con su compañero en binas:

1. ¿Cuáles han sido aquellos aspectos que hemos trabajado en este taller que más te han gustado?
2. ¿Cuáles han sido aquellas ideas en torno al cuerpo que más curiosidad te despertaron?
3. ¿Qué característica de mi cuerpo me gusta más? ¿Por qué?

Actividad 2: Identidad biológica, reconocimiento y aprecio. (Primer ciclo Nivel Primario).³

Nota importante para el- la docente:

Esta actividad requiere de una preparación previa por parte del docente, sobre todo en lo referido a aquellos materiales que debe tener presentes para el desarrollo de esta; y aquellas posibles preguntas o situaciones que se puedan crear en el salón de clases a la hora de abordar estas actividades que se sugieren.

- Comentan en pequeños grupos acerca de las características corporales.
- El maestro o la maestra recoge en su diario reflexivo de clases aquellas características que se repiten en los diversos grupos para luego hacer un cierre conceptual de esta actividad.
- Es importante que el maestro o la maestra pueda ir haciendo la recogida de los conceptos más importantes en torno a aquellas características que vayan enunciando los-as estudiantes.
- Participan en un juego de roles identificando aquellas profesiones a la que les gustaría dedicarse en un futuro. Recrean el servicio a la familia, la comunidad, etc. Dibujan y modelan diferentes figuras humanas. Cierre conceptual: ¿Cómo se sintieron en la actividad? ¿Qué aprendieron? ¿Qué fue lo que más les gustó?

Se colocan las producciones en el salón de clases en un espacio dedicado a la producción de los-as estudiantes.

³ La siguiente actividad está tomada y recreada a partir del texto: Oportunidades curriculares para la educación en sexualidad, afectividad y género. Pág. 51.

Orientaciones para el Segundo ciclo:

- a. En esta actividad, los estudiantes del segundo ciclo del Nivel Primario mirarán no solamente aquellas características de su cuerpo, sino que la maestra les enfatizará cuáles son los cambios que han percibido en los últimos tiempos y qué han sentido con ellos.
- b. Una vez que terminan esta actividad se pasa a preguntarles qué entienden ellos qué es ser hombre y qué es ser mujer. Analizan junto a la maestra sus respuestas, teniendo en cuenta aquellas concepciones que se tienen con respecto a la masculinidad y la feminidad.
- c. Cierre conceptual: ¿Cómo se sintieron en la actividad? ¿Qué aprendieron? ¿Qué fue lo que más les gustó?

Actividad 2: Aspectos físicos, biológicos y sociales de la sexualidad humana. (Segundo ciclo del Nivel Primario).

Ejes transversales: Salud y bienestar, Ciudadanía y convivencia

- El docente orienta la siguiente actividad a partir de las diversas noticias que los-as estudiantes ven en los medios de comunicación y otras que leen.
- Elaboran un concepto de acuerdo con sus saberes previos y los valores adquiridos en la familia.
- Recuperan, con ayuda del docente, aquellas palabras y frases que más les llaman la atención.
- Leen la definición de sexualidad que ofrece la Organización Mundial de la Salud (OMS).
- Con la ayuda del docente, contrastan las propias ideas con las ideas que ofrece la OMS.

Nota para el docente:

Es importante que al contrastar las ideas de los estudiantes con la de la Organización Mundial de la Salud se respeten las definiciones señaladas por los estudiantes, en caso de que se puedan generar controversias con la definición oficial.

Cierre conceptual: ¿Cómo se sintieron en la actividad? ¿Qué aprendieron? ¿Qué fue lo que más les gustó?

Actividad 3: identificando las partes del cuerpo humano⁴ (Primer ciclo del Nivel Primario).

Ejes transversales: Salud y bienestar, Ciudadanía y convivencia.

Nota para el docente:

Se propone que el docente prepare esta actividad teniendo en cuenta la importancia de esta para el desarrollo integral de los-as estudiantes en esta etapa. Es importante que se pueda crear un clima de confianza, respeto y cuidado de todos y todas, para así lograr que la siguiente actividad alcance el valor que tiene. Es sumamente importante que en las Escuelas de Padres y Madres se puedan abordar estos temas que irían de la mano con una mejor implementación no solo en el salón de clases, sino que se vivencie además de la escuela en la comunidad y en la familia.

Se propone en este momento a los estudiantes ver el siguiente video: Zamba y Niña reconocen el cuerpo.

El video se puede descargar de la página también y tenerlo guardado en algún dispositivo, ya que la página permite el uso de este recurso, siempre que se cite la fuente de manera adecuada.

Luego del visionado se propone el siguiente conversatorio con los-as estudiantes:

- ¿Qué fue lo que aprendiste de nuevo en este video?
- ¿A qué parte del cuerpo se le llama partes íntimas? ¿Por qué se le llama así?
- Según el video: ¿Quiénes son las únicas personas que pueden tocarlas y en qué circunstancias?
- Si nos sentimos incómodos-as con alguien ¿qué tenemos que hacer?

⁴ Esta actividad se ha tomado y se ha recreado a partir de la propuesta del Blog educativo: educ.ar. link de consulta: <https://www.educ.ar/recursos/157438/cuidamos-nuestro-cuerpo>

Cierre conceptual: Se pide a los estudiantes que expresen aquello que más les gustó de la actividad, luego que coloquen en su diario reflexivo, algunas acciones que pueden realizar en lo adelante para valorar lo que ha aprendido.

Orientaciones para el Segundo ciclo del Nivel Primario:

Ejes transversales: Salud y bienestar, Ciudadanía y convivencia

Es importante que en este ciclo ya el maestro o la maestra pueda crear un clima de confianza que le permita a los-as estudiantes expresarse con libertad en el salón de clases para abordar temas relacionados con la pubertad. Es importante que el docente sepa que la pubertad se define como:

PUBERTAD:

La etapa en la cual los niños, niñas experimentan cambios corporales y que suele suceder entre los 9 y 16 años, con variaciones en dependencia de otras condiciones hereditarias, sociales, culturales. Está acompañada también de profundos cambios psicológicos, afectivos, sociales entre otros, y es por esto que los adolescentes necesitan un acompañamiento al experimentar nuevos cambios como: cambio de la voz, la menarquia (primera regla o menstruación), salida del vello púbico y axilar, entre otros.

Se puede comenzar la actividad con una lluvia de ideas acerca de estos primeros cambios que se van experimentando, a partir de las siguientes preguntas:

¿Cuáles son los cambios que has percibido en los últimos tiempos?

¿Cómo se han presentado? ¿Qué has sentido?

Escribe algún recuerdo reciente que te hayan suscitado estos cambios.

Escribe alguna historia que puedas compartir con algunos de tus compañeros acerca de estos cambios y escucha la que tu compañero quiere compartir con respeto.

Finalmente, luego de terminar la actividad, el docente presenta una tabla con aquellos principales cambios que se presentan en los adolescentes y recupera con ellos estos cambios que no fueron identificados inicialmente:

Cambios en la pubertad	
Hombres	Mujeres
<ol style="list-style-type: none"> 1. Crecimiento: experimentas que la estatura aumenta, los huesos se vuelven más robustos y la musculatura más firme. 2. Rostro: experimentas granitos o baros en el rostro 3. Voz: se hace más grave. 4. Órganos a genitales aumentan de tamaño. 5. Axilas: pueden sudar. 6. Vello: crecerá en el pubis, las piernas, rostro. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Crecimiento: experimentas que la estatura aumenta. 2. Comienzo de la menstruación 3. Voz: se hace más grave. 4. Aumento del tamaño de los senos. 5. Axilas: pueden sudar. 6. Vello: crecerá en el pubis, las piernas.

Una vez que han llegado a compartir estos cambios fundamentales de la pubertad, comentan en pequeños grupos aquellos cambios que también han vivido y cómo estos mismos lo han hecho sentir en todo este tiempo. El docente estará preparado para poder ofrecer aquellas respuestas que considere oportunas siempre tratando de ser muy objetivo en el tratamiento de aquellas experiencias vinculadas a emociones y sentimientos experimentados por el estudiante.

Una vez que finaliza la conversación se trata de hacer el siguiente cierre conceptual del proceso:

Ya estás creciendo, se trata de una etapa de mucho cuidado y de mucho trabajo para lograr crecer con mucho sentido. Todos los seres humanos crecemos, y crecer duele, porque hay que estirarse, hay que hacer cambios y los cambios incomodan un poco. Es importante que aprendas a ver las diferencias con mucho aprecio. Las niñas y los niños crecemos de manera diferente y se dan unos

cambios que dependen de muchos factores. Esa época en que dejas de ser niño en un proceso continuo hasta llegar a hacer adulto se llama pubertad. La pubertad es donde operan en el ser humano una serie de cambios como los que hemos visto anteriormente, pero también cambios en maneras de sentir, de pensar y de actuar.

Actividad 4. Higiene y cuidado del cuerpo (Primer ciclo del Nivel Primario y Segundo ciclo del Nivel Primario).

Ejes transversales: Salud y bienestar, Ciudadanía y convivencia

Materiales:

- Láminas con muñecos sexuados.
- Poncheras con agua.
- Jabón.
- Toallas.

Motivación inicial para la actividad 4.

La maestra o el maestro explican a los-as estudiantes la importancia que tiene para el ser humano el cuidado del cuerpo. Para esto se propone un diálogo inicial con ellos-as:

¿Qué se debe hacer para cuidar el cuerpo?

¿Qué medidas higiénicas debemos tener en cuenta para cuidar nuestro cuerpo?

¿Qué partes del cuerpo debo tener en cuenta o estar atento-a de limpiar, higienizar para no enfermarme?

El maestro o la maestra explica una vez que se ha realizado la lluvia de ideas con los-as estudiantes, la importancia que tiene la correcta higiene de las partes del cuerpo. Especialmente las manos, con las que a veces o la mayor parte de las veces tocamos otras partes sensibles del cuerpo como son las mucosas: nariz, boca, ojos. En ese sentido es bueno recordar que una de las medidas más importantes en el tiempo de la pandemia era lavar de manera correcta las manos con jabón o desinfectarlas con gel hidroalcohólico.

En cuanto a las partes íntimas como el ano, genitales, se debe utilizar siempre un jabón de ph neutro que no sea agresivo, lavar correctamente y luego secar muy bien con una toalla suave y dejar bien secas estas

partes íntimas que por naturaleza son bastante húmedas para no correr el riesgo de contraer ningún hongo.

Es importante conversar con el estudiantado la importancia de tener su propia toalla, lavarlas y hervirlas correctamente para desinfectarlas adecuadamente con jabón de cuaba.

Otro aspecto esencial es vela por un correcto cepillado de los dientes. El cepillado correcto de los dientes evitará las enfermedades bucodentales como la gingivitis, las caries, entre otros. Es importante utilizar el tiempo adecuado para llevarlo a cabo. Prestar atención a los siguientes consejos del Doctor Carlos Luaces⁵ puede ser de gran ayuda:

1. Cepíllate los dientes tres veces al día, tras cada comida

Es importante que adoptemos como costumbre cepillarnos los dientes una vez hayamos terminado de comer. Puede que no nos demos cuenta a simple vista, pero se acumulan en nuestros dientes restos de comida que es necesario eliminar.

2. Dedícale el tiempo necesario al cepillado

Un error muy común es realizar un cepillado dental demasiado breve. Si no invertimos el tiempo necesario en el cepillado, puede que las cerdas del cepillo no lleguen a lugares de la boca que están más inaccesibles y en los que se están acumulando restos de comida.

3. Elige el cepillo de dientes adecuado

Hoy en día hay disponibles cepillos de dientes con multitud de formas y tamaños. Es importante que las cerdas de nuestro cepillo no sean excesivamente duras para que no dañen nuestras encías y el tamaño del cabezal tiene que permitir hacer los movimientos naturales del cepillado.

4. Renueva tu cepillo de dientes

Las cerdas de los cepillos dentales se van desgastando con su uso, por lo que se recomienda que cada 3 o 4 meses aproximadamente el cepillo dental sea renovado.

5. Utiliza la seda dental y/o los cepillos interproximales

Ambos utensilios son idóneos para complementar la labor de los cepillos y limpiar las zonas interdentes a las que los cepillos no pueden acceder.

⁵ Tomado del blog del Doctor Carlos Luaces: <https://www.cenytdental.com/blog/10-consejos-sobre-higiene-bucal/>

6. Utiliza enjuagues bucales

El uso de los enjuagues bucales está indicado para eliminar bacterias que se han acumulado en la boca y que ni el cepillo ni la seda dental han sido capaces de eliminar. Su uso diario ayuda a mantener unos dientes y encías sanos.

7. No te olvides de limpiar la lengua

Es la parte más olvidada de la boca cuando estamos realizando la limpieza, pero la realidad es que en la lengua se acumulan miles de bacterias. Para una adecuada limpieza, se aconseja utilizar raspadores linguales, unos instrumentos que están especialmente indicados para eliminar las bacterias depositadas en esta zona.

8. Acude a las revisiones con tu dentista

Las visitas de revisión con tu dentista son la mejor medida preventiva para detectar cualquier enfermedad o problema bucodental y poder poner una solución o tratamiento a tiempo.

9. Elige una pasta de dientes adecuada a tus necesidades

Actualmente se venden pastas de dientes para solucionar numerosos problemas bucodentales: con flúor, para prevenir la sensibilidad dental, para las enfermedades de las encías, dentífricos de efecto blanqueador... Nuestra recomendación es que sea tu dentista quien te asesore sobre el dentífrico más adecuado para ti.

10. Evita alimentos excesivamente azucarados

Nuestra alimentación juega un papel fundamental en la salud de nuestra boca y dientes. Por ello, evitar un consumo elevado de alimentos y bebidas con alto contenido en azúcar puede ayudarnos a prevenir la caries dental.

Es importante además que los-as maestros-as tengan en cuenta conversar con los-as estudiantes la importancia de una adecuada técnica de cepillado⁶

Ahora que has aprendido la técnica de cepillado adecuada, un poco de disciplina para practicarla cada día te ayudará a que la sientas como algo natural. Es una de las cosas más fáciles que puedes hacer para mantener la salud de tus dientes y encías.

⁶ Las siguientes técnicas tanto del cepillado de los dientes como del uso del hilo dental están tomadas de: <https://www.koiscenter.com/es/patient-education/teeth-health/what-is-proper-tooth-brushing-and-floss-technique/>

Técnica correcta de uso del hilo dental

1. Utiliza unos 45 centímetros de hilo dental, para que tengas un trozo de hilo limpio para usar en cada diente en el proceso de limpieza.
2. Curve el hilo dental en forma de C mientras lo desliza hacia arriba y hacia abajo a lo largo de cada diente.
3. No te olvides de usar el hilo dental en la parte posterior de los dientes traseros, tanto a la izquierda como a la derecha de los dientes superiores e inferiores.

Una técnica adecuada de cepillado y uso del hilo dental como parte de su rutina diaria de cuidado bucal son los componentes más importantes en la lucha por mantener sus dientes libres de placa y proteger sus dientes y encías para toda la vida.

Lavado de las manos

Uno de los hábitos más importantes señalados con anterioridad en este documento y que se insiste tanto en la Organización Panamericana de la Salud (OPS) como en la Organización Mundial de la Salud (OMS) es la higiene de las manos. Esta costumbre se masifica en el año 2020 a raíz de la pandemia del COVID 19, que es que caemos en la cuenta de que es de suma importancia. El llamado esencial que han hecho estas dos instituciones es continuar con este sano hábito porque salva la vida, es una medida económica, sencilla y eficaz.

La OPS sugiere que a esta sana costumbre se deben sumar otras acciones, como vacunarse contra aquellas enfermedades para las que existe inmunización y aplicar otras medidas no farmacológicas, como cuidar los estados gripales, usar tapabocas, y al toser o estornudar, taparse con un pañuelo que luego se debe desechar o hacerlo sobre el ángulo interno del codo (protocolo o etiqueta de la tos), para no contaminar las manos, entre otras acciones positivas. (OPS, 2021)

El maestro debe conversar con los-as estudiantes la importancia de estas medidas, tanto en tiempo de pandemia como en la etapa de recuperación luego de la pandemia. Se deben tener en cuenta las siguientes orientaciones, referidas a la limpieza con agua y jabón y otras referidas a la higiene con gel hidroalcohólico. (Ver Anexos 1 y 2)

Actividad de aplicación con el estudiantado:

Se coloca una ponchera con agua y jabón y una toalla cercana a la estación que se usará para que el estudiante siga las instrucciones que se han compartido de manera oral.

Una vez que han terminado, la maestra o el maestro reaccionan y otros compañeros y compañeras a la actividad que se ha realizado haciendo las correcciones y sugerencias para la mejora de este hábito.

Cierre conceptual de la actividad:

- Realizar una lluvia de ideas acerca de la importancia que tiene para todos-as la higiene corporal e íntima.
- ¿Qué importancia tiene esta para nuestras vidas?
- ¿Cómo podemos llevarla a cabo?
- ¿Qué fue lo que más me gustó de esta actividad?

Derechos y Responsabilidades

Motivación para el trabajo con el tema de los derechos y responsabilidades:

Un tema esencial para trabajar la ciudadanía con enfoque en Educación Sexual Integral es tener en cuenta que el ser humano es un sujeto de derechos, que tiene a su vez responsabilidades y se encuentra en medio de una sociedad en la que tiene que articular estos.

En este sentido es esencial para la formación ciudadana, no solamente conocerlos de manera teórica, sino desplegar una serie de procedimientos que posibiliten a su vez la valoración en los contextos diversos de estos derechos y responsabilidades ciudadanas.

Actividad 1 Estos son mis derechos y mis responsabilidades⁷ (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Primario).

Ejes transversales: Salud y bienestar, Ciudadanía y convivencia.

Materiales:

- Imágenes con los derechos de los niños. (Ver anexo 3)
- Hojas y lápices de colores.
- Letrero grande: “Estos son mis derechos como niño y niña”.
- Papelógrafo con rima sobre los derechos.

Motivación inicial.

Se invita al estudiantado a sentarse en círculo y conversar con ellos a partir de las siguientes preguntas:

- ¿Qué es un derecho?
- ¿Cuáles son los derechos del niño y la niña?
- ¿Quiénes ayudan a que se cumplan los derechos de los niños y las niñas?
- ¿Qué es un deber?
- ¿Qué deberes o responsabilidades tienen los niños en la escuela, familia, comunidad, en su casa?

7 La siguiente actividad está tomada de Guía para orientar la implementación de los talleres de Educación Sexual Integral en el Nivel Inicial y en el Primer Ciclo del Nivel Primario. Algunos momentos han sido recreados y ampliados en este documento.

Una vez que ha terminado el diálogo se presentan las siguientes definiciones en un papelógrafo:

Derecho: Busca proteger a todos los niños y las niñas y permitirles crecer felices; es algo que les toca, no cuesta nada; es algo que nos ganamos por el simple hecho de nacer y existir y que la sociedad y las demás personas deben respetar para permitirnos desarrollarnos.

Un garante: Es quien hace posible que los derechos se cumplan en la vida de los niños y las niñas: la escuela, el doctor, las personas que integran mi familia y todas las personas que son parte de la comunidad.

Los derechos son: Gozar de salud, tener un nombre y una nacionalidad, alimentación, tener una vivienda, a jugar y recrearse, a recibir atención y cuidados especiales cuando el niño sufre algún impedimento físico, mental o social, al amor y la familia, a la educación, la protección contra todo tipo de discriminación y a la educación en la tolerancia frente a las diferencias, a ser los primeros en recibir atención en situaciones de emergencia, al buen trato.

Tener en papelógrafos copiados los 26 enunciados sobre los derechos de la Ley 136-03, colocarlas alrededor del salón (como una galería de arte), invitar a los-as estudiantes a identificarlos y a pensar cómo es posible hacerlos realidad en la vida cotidiana.

En un segundo momento se les invita a dramatizar algunos de estos derechos Fundamentales, de la Constitución de la República Dominicana Título II de los Derechos, Garantías y Deberes Fundamentales Capítulo 1 de los Derechos Fundamentales; **Derechos en Ley 136-03.**

Cierre conceptual de la actividad:

Se evalúa la actividad con los-as estudiantes, preguntando, ¿Qué fue lo que más les gustó de la actividad?, ¿Qué fue lo más difícil de lograr? ¿Qué entendieron por derechos? ¿Qué importancia tiene esto para nuestra vida?

Actividad para realizar con la familia:

Realizar en familia un dibujo que represente lo que entienden por derecho y lo que entiendes por deberes. Luego realizar una lista de aquellos deberes y derechos que tenemos en familia. Observar quiénes tienen más que otros en el hogar y repensar si tenemos que ayudar a algunos de los miembros-as del hogar con sus responsabilidades.

Actividad 2. Tengo derecho a decir No⁸.

Invitar a los niños y las niñas hacer una obra de títeres ¿Cómo construir los títeres de papel?

Construir con fundas de papel los personajes de la obra de títeres. Se forman seis equipos de trabajo para construir los títeres: dos niñas, un niño, una mamá y un papá. A cada equipo se le entrega un personaje.

Deberán ponerse de acuerdo para ponerle las partes de su cara y de su cuerpo utilizando los materiales disponibles. Deben pintarle ropa interior a cada títere elaborado y vestirlo con ropa de papel o cartón que se quite y se ponga.

En los equipos pueden distribuirse el trabajo. Entregar los materiales para hacer los títeres y acompañar a los equipos cuando los estén elaborando. Al finalizar de hacer los títeres cada equipo muestra su trabajo y decide cuál de los niños o niñas será el personaje.

Colocar un teatrillo o improvisar uno con una cortina o sábana.

Leer la obra, presentar el caso y explicarle a cada niño o niña que manejará los títeres qué debe decir y cuándo.

Presentar la obra de títeres (ver la propuesta de obra).

Ver cada opción y luego analizarla. ¿Qué le pasó a la niña que fue a jugar con su amiguita? ¿Cómo decir NO cuando algo no nos gusta y nos sentimos incómodos? ¿Qué debemos hacer si alguien nos pide que nos quitemos la ropa interior? De las tres opciones cuál escogerías tú y por qué.

Se invita a los niños a exponer otras opciones ¿Qué harías tú si te pasara esa situación?

8 La siguiente actividad está tomada de Guía para orientar la implementación de los talleres de Educación Sexual Integral en el Nivel Inicial y en el Primer Ciclo del Nivel Primario. Página 92. Algunos momentos han sido recreados y ampliados en este documento.

Propuesta de obra: "Cómo decir no".

¿Cómo hacer la obra de títeres?

Sentados en círculo se presenta la situación: Un niño va a jugar a la casa de un amigo y, mientras espera que regrese de la clase de béisbol, el hermano mayor del amigo lo invita a mirar una película a su habitación y le pide que le muestre su ropa interior.

Opción 1: El niño responde que no, porque le da vergüenza, y se va corriendo a contarle a la mamá del niño.

Opción 2: El niño responde que no, porque no se muestran las partes íntimas del cuerpo, y le pide a la mamá del niño que llame a su madre y le cuenta.

Opción 3: El niño se baja su pantalón y le muestra temerosamente su ropa interior al niño.

Se discuten las diferentes posibilidades, los conceptos de coerción y consentimiento y las relaciones entre las distintas situaciones y los eventuales riesgos.

El docente recupera con los estudiantes las siguientes opciones enunciadas anteriormente:

Es importante conocer los derechos que tenemos a ser respetados y a que no invadan nuestra privacidad, es importante además saber que nuestra ropa interior, nuestras partes íntimas no tienen que ser ni vistas ni tocadas por nadie. Las opciones en las que el niño denuncia la acción del hermano mayor porque le ha violado su privacidad y le ha faltado el respeto.

Nadie tiene derecho a pedirnos lo que hemos visto en esta obra, por tanto, llamar a los adultos para que sepan lo que nos ha pasado con la persona es una de las decisiones correctas

Anexos Nivel Primario.

Anexo 1: Limpieza de las manos con agua y jabón.

Limpia tus manos

CON AGUA Y JABÓN

⌚ Duración de este procedimiento: 40-60 segundos



- 0** 

Mójese las manos con agua.
- 1** 

Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos.
- 2** 

Frótese las palmas de las manos entre sí.
- 3** 

Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.
- 4** 

Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.
- 5** 

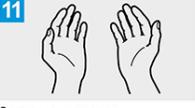
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.
- 6** 

Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.
- 7** 

Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.
- 8** 

Enjuáguese las manos con agua.
- 9** 

Séquese con una toalla desechable.
- 10** 

Sírvase de la toalla para cerrar el grifo.
- 11** 

Sus manos son seguras.

Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19

OPS Organización Panamericana de la Salud  Organización Mundial de la Salud  **Conócelo. Prepárate. Actúa.** www.paho.org/coronavirus

Anexo 2. Fábula: El guineo verde que quería ser amarillo.

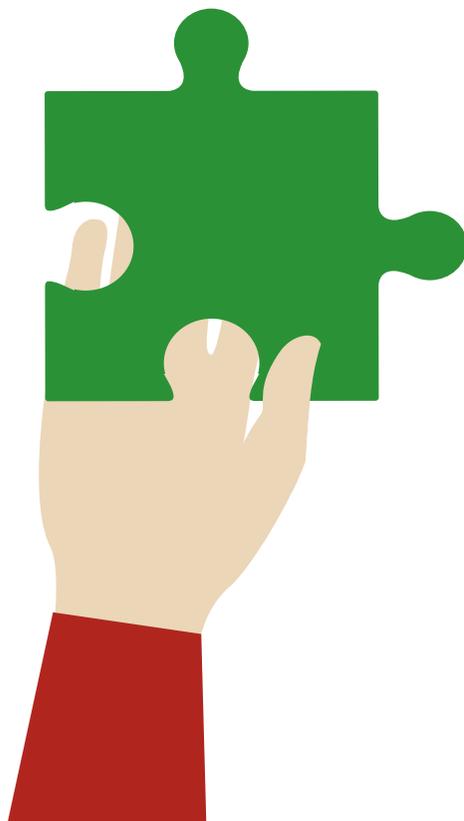
En un cajón de la cocina se escuchaba la risa y la alegría de guineos maduros y amarillos que jugaban a las escondidas y en una esquina de la mesa un guineo verde llorando sin parar ¡Estoy solo! nadie quiere jugar conmigo, es que soy diferente, ellos son maduros y amarillos, y yo soy verde y muy duro. “Yo quiero ser amarillo, yo no quiero ser verde”.

Todos los días cuando llegaba la hora de jugar el guineo verde sentía mucha angustia, tristeza y soledad. Un día decidió hablar con los guineos maduros y decirles que quería jugar con ellos, uno de los guineos maduros le dijo: “No, iporque tú eres diferente!”. Pero otro de los guineos maduros le dijo: “Yo también soy diferente, tengo pintas en mi cascara!”, y otro de ellos exclamó: “¡Yo soy delgado como mi abuela!”, y otro dijo: “Yo soy gordito como papá!” Y luego todos dijeron en coro: “Todos somos guineos pero diferentes”.

El guineo verde se sintió feliz porque él no era el único diferente del grupo, desde ese día y todos los días jugaban los guineos maduros con el guineo verde, se saludaban chocando las manos y diciendo: “Somos iguales pero las diferencias nos enriquecen”.

Moraleja: Debemos aceptar a los demás tal cuales son, no importa si son diferentes a nosotros.

Nivel Secundario



8. Sugerencias de actividades orientadas al Nivel Secundario.

Las actividades que se proponen a continuación recuperan la importancia del aprendizaje enfocado en los derechos humanos, sexualidad humana como parte de estos derechos, igualdad de género, pubertad y salud reproductiva.

Esta propuesta recoge los aspectos significativos del diseño curricular dominicano que trabaja los aspectos cognitivos, psicológicos, físicos y sociales de la sexualidad, así como la visión de cuáles son aquellas capacidades que hay que empoderar a lo largo de la vida para prevenir situaciones de riesgo, fortalecer el proyecto de vida enfocados en valores de pro-existencia y la toma de decisiones autónoma, desarrollando de esta manera una actitud crítica ante la vida.

8.2. Conexión de la estrategia Hablemos de Educación Integral en Valores y Sexualidad Humana con los ejes transversales del Currículo en el Primer y Segundo Cielo del Nivel Secundario.

Los ejes transversales atienden a las necesidades de la sociedad que son exigidas a la educación dominicana, mediante la adecuación y actualización continua, a partir de un trabajo conjunto Escuela-Comunidad. Responden a las demandas de las comunidades, incorporando al trabajo de la escuela, tópicos que en un momento determinado adquieren una importancia de primer orden, convirtiéndose en temáticas obligatorias para ser trabajadas en los centros educativos.

Por su carácter articulador los ejes transversales son un punto de conexión y “pie de amigo” para comprender las diferentes actividades que se proponen.

Primer ciclo del Nivel Secundario

Lengua Española			
Ejes transversales	Grados		
	Primero	Segundo	Tercero
Salud y bienestar	Caracterización de situaciones de salud que arriesgan el entorno escolar, familiar y comunitario en general, a través de variadas fuentes de información en diferentes formatos, proponiendo posibles acciones de solución para el bienestar común.	Estudio inferencial del alcance de la inversión en salubridad y bienestar social (alimentos, medicinas, gestión de riesgo, salud mental, seguridad social, entre otros), mediante informaciones y datos obtenidos en fuentes confiables y oficiales.	Utilización o manejo crítico de informaciones y datos de fuentes confiables sobre la inversión en salubridad y bienestar social y su impacto en la sociedad nacional.
Ciudadanía y convivencia	Uso de diferentes textos orales y escritos para caracterizar diferentes conflictos que se presentan en contextos sociales, proponiendo soluciones según su capacidad y nivel.	Presentación de análisis crítico de conflictos que se presentan en contextos sociales (escuela, hogar, comunidad, entre otros), haciendo uso de un género textual conveniente, en el que se proponen formas de mediación y/o posibles soluciones.	Elaboración y desarrollo de proyectos sobre mediación y resolución de conflictos sociales del país y el mundo, mediante textos apropiados, con miras a fortalecer la convivencia pacífica, los derechos y deberes ciudadanos.

Ciencias Sociales			
Ejes transversales	Grados		
	Primero	Segundo	Tercero
Salud y bienestar	Identificación de condiciones de salud que ponen en riesgo la estabilidad económica y el bienestar de la sociedad, mediante el análisis de fuentes diversas.	Análisis de las implicaciones sociales del gasto en salud y seguridad social, mediante el levantamiento de fuentes diversas.	Sistematización de los factores que inciden en la salud en la sociedad dominicana.
Ciudadanía y convivencia	Tipos de conflictos que inciden entre las personas. Derechos humanos.	Factores de los conflictos entre las personas. Ciudadanía.	Resolución pacífica de conflictos. Democracia.
Ciencias de la Naturaleza			
Ejes transversales	Grados		
	Primero	Segundo	Tercero
Salud y bienestar	El Planeta Tierra y Salud. Calidad de vida y su relación con recursos ecológico de nuestra comunidad	Salud preventiva. Ingeniería genética. Enfermedades. Reproducción. Ecología y Biodiversidad.	Física y el cuerpo. Instrumentación y principios físicos utilizado en Medicina para análisis. Física y Accidentes. Deporte y la Física. Química y el cuerpo humano. Nutrición y Alimentación. Farmacología: Enfermedades y Medicamentos.
Ciudadanía y convivencia	Seguridad, sociedad, tecnología y ciencia.	Industria, innovación, ciudadanía, sociedad y desarrollo científico y tecnológico vinculado con las ciencias de la vida. Cuestionamiento ético vinculado con Ciencias de la Vida.	Industria, innovación, ciudadanía, sociedad y desarrollo científico y tecnológico vinculado con la química y la Física.

Formación Integral Humana y Religiosa			
Ejes transversales	Grados		
	Primero	Segundo	Tercero
Salud y bienestar	<p>Análisis de aportes que realizan personas e instituciones que trabajan a favor de la vida de las personas.</p> <p>Análisis del papel de la tecnología para la calidad de vida de las personas.</p>	<p>Fomento del respeto y amor por la vida humana desde su concepción hasta su muerte.</p> <p>Estudio de los aportes de las ciencias ante situaciones de emergencia.</p>	<p>Análisis de las ciencias y las tecnologías y su impacto en el desarrollo humano.</p> <p>Constatación de los efectos positivos y negativos de la tecnología en la persona, la familia, la sociedad y a la naturaleza.</p> <p>Búsqueda del sentido de la vida.</p>
Ciudadanía y convivencia	<p>Presenta las características de la cultura de la vida según los valores cristianos y los Derechos Humanos.</p> <p>Realización de panel sobre la felicidad y las vivencias religiosas en la familia.</p> <p>Analiza las principales dificultades que viven los adolescentes en su desarrollo y en sus relaciones sociales y familiares.</p>	<p>Plantea los elementos culturales y valores fundamentales de la familia dominicana.</p> <p>Identificación y clasificación de los valores que se viven en su familia, en la escuela y en su comunidad.</p> <p>Argumentación sobre el respeto a la vida y a la dignidad de la persona a partir de la Declaración Universal de los Derechos Humanos y de la Constitución Dominicana.</p>	<p>Análisis de las dificultades que vive en su entorno familiar y grupal y aplica criterios para su resolución.</p> <p>Propicia un clima de armonía en la relación con sus padres, madres, tutores/as y familiares.</p> <p>Examina y enumera los distintos problemas que afectan a la familia en la sociedad de hoy.</p>

Segundo ciclo del Nivel Secundario

Lengua Española			
Ejes transversales	Grados		
	Cuarto	Quinto	Sexto
Salud y bienestar	Investigación sobre la insalubridad que pone en riesgo a la población escolar, familiar y comunitaria en general, a través de variadas fuentes de información en diferentes formatos, proponiendo acciones de solución.	Análisis concreto de la inversión destinada a salubridad y bienestar social (alimentos, medicinas, gestión de riesgos, salud mental, seguridad social, entre otros) en la comunidad y el país, mediante informaciones y datos obtenidos en fuentes confiables.	Estudio crítico de las informaciones y datos sobre la inversión en salubridad y bienestar social y su impacto en la comunidad, el entorno escolar y familiar.
Ciudadanía y convivencia	Utilización de textos variados en la caracterización de conflictos que se presentan en entornos donde se desenvuelve (escuela, hogar, comunidad, entre otros), ofreciendo propuestas de solución según su nivel y capacidad.	Análisis crítico de conflictos que se presentan en contextos sociales (escuela, hogar, comunidad, entre otros), haciendo uso de textos convenientes, proponiendo proyectos de mediación con miras a solucionarlos.	Presentación de proyectos sobre mediación y resolución de conflictos sociales (personal, familiar, comunitario, del país y el mundo), haciendo uso de la tipología textual apropiada (diálogos, análisis, otros), ofreciendo conclusiones y recomendaciones relacionadas con la convivencia pacífica, el respeto y cumplimiento de los derechos y deberes de la ciudadanía.

Ciencias Sociales			
Ejes transversales	Grados		
	Cuarto	Quinto	Sexto
Salud y bienestar	Identificación de condiciones de salud que ponen en riesgo la estabilidad económica y el bienestar de la sociedad, mediante el análisis de fuentes diversas.	Análisis de las implicaciones sociales del gasto en salud y seguridad social, mediante el levantamiento de fuentes diversas.	Sistematización de los factores que inciden en la salud en la sociedad dominicana.
Ciudadanía y convivencia	Análisis de tipos de conflictos que inciden entre las personas. Realización de campaña sobre los Derechos Humanos. Identidad y relaciones interculturales.	Factores de los conflictos entre las personas. Ciudadanía. Identidad y relaciones interculturales.	Resolución pacífica de conflictos. Democracia. Análisis de los factores que afecta, en el presente, la identidad y las relaciones interculturales.
Ciencias de la Naturaleza			
Ejes transversales	Grados		
	Cuarto	Quinto	Sexto
Salud y bienestar	Biología Humana. Célula. Genética. Evolución. Gestión de riesgo. Enfermedades por microorganismo. Enfermedades crónicas comunes. Salud preventiva. Ecología. Biogeología. Tecnología e ingeniería biológica.	Química y el cuerpo humano. Nutrición. Alimentación. Farmacología. Medicamentos y Enfermedades...	Física y el cuerpo. Instrumentación en Medicina para análisis. Física Médica. Accidentes. Deporte y la Física.
Ciudadanía y convivencia	Seguridad	Industria	Comunicación.

Formación Integral Humana y Religiosa			
Ejes transversales	Grados		
	Cuarto	Quinto	Sexto
Salud y bienestar	<p>Elaboración y presentación de su proyecto de vida.</p> <p>Indagación sobre las dificultades y retos que afectan al matrimonio y la familia dominicana.</p>	<p>Socialización y aplicación de técnicas para el manejo de conflictos.</p> <p>Respeto a las normas establecidas.</p>	<p>Socialización de valores y actitudes personales ante la resolución de problemas.</p> <p>Realización personal, familiar y comunitaria.</p>
Ciudadanía y convivencia	<p>Describe la importancia de construir relaciones de paz y de respeto ante situaciones personales, familiares, sociales, culturales y religiosas.</p> <p>Relaciones de paz, respeto y cuidado con todo lo creado.</p>	<p>Debate sobre experiencias familiares de violencia y experiencias de complementariedad entre el hombre y la mujer.</p> <p>Elaboración y socialización de un decálogo sobre la igualdad entre hombres y mujeres.</p> <p>Investigación y socialización de los beneficios y perjuicios que genera la tecnología de la información y la comunicación en la convivencia familiar.</p>	<p>- Integra valores y actitudes del cristianismo en la resolución de problemas, el fomento de su realización personal y el crecimiento comunitario a situaciones conflictivas.</p>

9. Actividades propuestas para los ciclos del Nivel Secundario articuladas con las intenciones de los ejes transversales.

Afectividad

Actividad 1. Frases y palabras de afecto. (Nivel Secundario)

Ejes transversales: Salud y bienestar, Ciudadanía y convivencia

Materiales:

- Hojas de papel de colores con formas.
- Lápices.

Tiempo estimado para la actividad: 4 semanas (1 mes).

Descripción:

Se elabora en el salón de clases un espacio para la libre expresión positiva de las emociones. Puede llamarse: Espacio de los afectos y emociones. En este espacio los-as estudiantes con distintos papeles de diversas formas y colores: estrellas, gotas de agua, hojas, flor entre otras. En ella colocarán frases dedicadas a diferentes compañeros y compañeras del salón de clases.

Se sugiere que el maestro o a maestra supervise la actividad, de tal forma que a todos los niños puedan llegarle dedicatorias de parte de sus compañeros-as.

Reflexión al término de la actividad cada semana:

Como esta actividad dura un mes (4 semanas) la maestra al término de cada una de ellas puede hacer una recogida de aquellos mensajes más significativos y afectos que más les han resonado a los estudiantes preguntando:

- ¿Cómo me he sentido con los mensajes recibidos?
- ¿Cuáles son los mensajes que más te han gustado? ¿Por qué?

Actividad para desarrollar en la casa con su familia:

1. Comparte con tu familia estos mensajes.
2. Proponles un espacio en la noche para compartir mensajes similares.

3. Exprésale lo mucho que amas a toda la familia por medio de mensajes de afecto y que ellos también puedan expresar lo que sienten por ti.
4. Al final de la semana compartan las siguientes preguntas entre todos-as: ¿Cómo se han sentido al recibir los mensajes? ¿Cuáles nos han gustado más? ¿Por qué?

Actividad 2. Expreso afecto a los seres humanos, y todos los seres vivos. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Ejes transversales: Salud y bienestar, Ciudadanía y convivencia

Materiales:

- Crayolas, temperas, marcadores de colores.
- Papelógrafos.
- Papel periódico.

Tiempo estimado para la actividad: 1 hora

Descripción:

Se espera que los-as estudiantes en grupos de 5, puedan elaborar algunas obras de arte entre las que se encuentran la pintura mural, en la que todos puedan trabajar de manera colaborativa, utilizando estrategias como el diálogo y el consenso. Es importante que el maestro pueda orientarles lo siguiente:

Escoger a algunas personas del aula a la que van a regalarle su obra de arte. De tal forma que el trabajo artístico se convierte a la vez en un regalo para los-as demás

Escogemos algún tema para nuestro dibujo colectivo: puede ser la amistad, la alegría de estar juntos y juntas, el reconocimiento a mis compañeros-as.

Comenzamos a realizar un boceto de nuestro dibujo.

Elegimos las personas que van a colorear cada una de sus partes. Luego lo colocamos en un lugar visible del salón de clases donde los estudiantes de cada equipo exhibirán sus obras y tendrán la oportunidad de explicarlas a los-as demás.

Pasado el tiempo de la exposición la dedican a las personas o a la persona que han elegido.

Preguntas para la reflexión al finalizar la actividad:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?

Actividad 3. Pintura mural. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario)

Ejes transversales: Salud y bienestar, Ciudadanía y convivencia

Materiales:

- Crayolas, temperas, marcadores de colores.
- Cartulinas blancas.
- Papel periódico.

Tiempo estimado para la actividad: 1 hora

Descripción:

El maestro y la maestra junta a los-as estudiantes en equipos de 6 personas. Luego pide a los-as estudiantes que realicen un dibujo colectivo libre en el que plasmen todos juntos su arte. Este dibujo puede ser abstracto o por el contrario conseguir algunas formas, sombras, luces y todo aquello que quieran expresar.

Lo importante es que todos-as se pongan de acuerdo en alguna idea que expresar por grupos de trabajo.

Cierre de la actividad:

1. ¿Qué fue lo más importante que he aprendido en esta actividad?
2. ¿Qué fue lo que más me gustó del aporte de mis compañeros en esta actividad?
3. Publica esta obra de arte en las redes con alguna explicación acerca de lo trabajado en tu grupo.

Relación con el cuerpo y salud.

Motivación para el maestro y la maestra⁹:

El cuerpo y nuestra relación con él es uno de los vínculos más importantes que establecemos las personas desde el comienzo de la vida. Es por esto que de las mejores experiencias que podemos tener son aquellas referidas al cuidado, las caricias, el cariño y el buen trato. Es importante que el docente sepa guiar esta reflexión con el cuidado que merece y con la solicitud que amerita el mismo. Es a través del cuerpo que los estudiantes expresan emociones, sentimientos, comunican estados de ánimos y experimentan los mayores sueños y deseos.

Es por esto que la relación con el cuerpo además de una importante comunicación potencia la salud y el bienestar del estudiantado.

Actividad 1. Nuestro cuerpo cambia . (Nivel Secundario).

Tiempo para trabajar este tema: 3 encuentros.

Preguntas problematizadoras para iniciar la actividad:

¿Qué entiendes por sexualidad?

¿Es lo mismo sexo que sexualidad?

Trabajamos algunos conceptos de importancia:

Se ha mal entendido en ocasiones que sexualidad está relacionado con lo sexual, con las relaciones sexuales y de esta manera se han alentado muchos mitos que es importante mirar a la luz de la ciencia y las nuevas investigaciones para aclarar mejor los elementos de nuestra propia naturaleza humana que conviene tener muy claros.

La sexualidad es más que el sexo, porque nos referimos a una dimensión de nuestra propia vida que tiene que ver con nuestra identidad biológica, emocional, psicológica, cultural y afectiva.

En este sentido podemos comprender que una mirada holística al tema de la sexualidad hace referencia a nuestra sexualidad multifactorial, o sea como una compleja unión de factores, que nos hace únicos y únicas.

⁹ Es importante que al servir de referencia la siguiente motivación con el propósito de enfocar el tema de la relación con el cuerpo y la salud, el docente pueda preparar con anterioridad los temas referidos a tan importante temática. Es un tema de especial sensibilidad y cuidado, por tanto, se espera que sea tratado con la adecuada solicitud por parte del docente.

¹⁰ Algunos momentos de esta actividad tienen como sustento, inspiración o toman algunos ejercicios del módulo 2 Cambios en mi cuerpo y en mi vida, ampliando mi concepto de sexualidad. Guía de orientación para estudiantes multiplicadores y multiplicadoras entre pares. Liderazgo juvenil valores y sexualidad. (2016). Ministerio de Educación de la República Dominicana.

En este momento el maestro, la maestra o la orientadora comparte con los-as estudiantes, **otros aspectos de la sexualidad:**

1. Es una capacidad humana más allá de la reproducción de la especie. Por tanto, entendemos por esta capacidad una serie de elementos fundamentales entre los que se encuentran: sentir, experimentar emociones, sensaciones, deseos, pensamientos y tomar decisiones.
2. Es una parte fundamental de nuestra identidad, por tanto, nos define, nos particulariza y a la vez nos identifica frente a otros-as.
3. Está relacionada con nuestro cuerpo. De ahí la importancia de la relación que tenemos con el mismo, cómo nos percibimos, si estamos a gusto en nuestro cuerpo. Involucra todos nuestros sentidos: tacto, vista, oídos, gusto.
4. La sexualidad se desarrolla a lo largo de toda la vida e involucra aspectos familiares, sociales, culturales.

Siendo conscientes de nuestra experiencia con la sexualidad humana y los múltiples factores que implica. Es importante ver los cambios que acontecen en nuestra vida, entre ellos en nuestro cuerpo humano, que tienen que ver con esta definición de la sexualidad, pero a la vez de nuestra propia identidad.

Preguntas para la reflexión:

¿Qué cambios has experimentado en el cuerpo?

¿Qué sensaciones, sentimientos, experiencias te han provocado estos cambios?

¿Qué informaciones acerca de estos cambios tienes? Conversemos algunas de ellas.

Cambios físicos y psicológicos en la pubertad	
Físicos	<p>Mujeres: Aparición de acné, crecimiento del vello axilar, olor corporal, aparición de la menstruación, crecimiento del vello púbico, cambios en el cuerpo: ensanchamiento de las caderas, etc. Cambios en la estatura, el llamado “estirón” en las mujeres es antes que en los hombres.</p>
	<p>Hombre: Aparición de acné, crecimiento del vello axilar, cambio de la voz, olor corporal, crecimiento del vello púbico, crecimiento del pene y los testículos, aumento de la musculatura. Cambios en la estatura, el llamado “estirón”, acontece más tarde que es las mujeres.</p>
Psicológicos	<p>Mujeres: Necesidad de intimidad, cambios en sus emociones, cambios en los estados de ánimo, que pueden oscilar de la alegría a la tristeza. Búsqueda y construcción de su identidad con más conciencia de las cosas que desea, desea ser tenida en cuenta.</p>
	<p>Hombres: Necesidad de intimidad, cambios en sus emociones, cambios en los estados de ánimo, que pueden oscilar de la alegría a la tristeza. Búsqueda y construcción de su identidad con más conciencia de las cosas que desea, desea ser tenido en cuenta.</p>

Importante para las mujeres tener en cuenta el siguiente cambio que es la aparición de la menstruación:

La menstruación (también llamada periodo o regla) es cuando la sangre y el tejido que cubre tu útero salen de tu cuerpo a través de tu vagina. Esto suele ocurrir todos los meses.

Comienza en la pubertad y entre las edades de 12 a 14 años.

Tiene una duración de 3 a 7 días y se presenta mes tras mes, cada 28 días en promedio. La duración de la salida de flujo sanguíneo y el tiempo del inicio entre una menstruación y otra varía de una mujer a mujer. Comienza con pequeñas manchas que aumentan progresivamente y se producen en mayor cantidad entre el segundo y tercer día. Pero como todas las mujeres son distintas, también lo son la frecuencia, cantidad de flujo y duración de sus periodos menstruales. A la primera menstruación se le llama menarquia; suele iniciarse entre los 11 y 14 años, pero también puede iniciarse antes o después. Las primeras reglas o ciclos menstruales suelen ser muy irregulares y pueden presentarse cada 15 días, cada mes o cada dos meses, incluso pueden faltar por varios meses hasta que la mujer alcanza suficiente madurez en su desarrollo biológico e inicia ciclos más regulares (Minerd, 2016 (e): 39).

Cierre de presentación de los cambios en la adolescencia.

- Se propone escuchar la canción Todo cambia, de Julio Numhauser, (Ver anexo 3) interpretada por Mercedes Sosa. Una vez que termina la canción se anima esta actividad de cierre con las siguientes preguntas:

¿Qué parte de la canción te ha llamado más la atención?

¿Qué relación tiene con la presentación anterior?

¿A qué me invita esta canción?

¿Cuáles de los cambios anteriores he experimentado?

¿De cuáles cambios yo era consciente? ¿De cuáles no lo era?

¿Qué me comunican estos cambios?

Cuidados y salud en la adolescencia

Mantener la higiene diaria de todo nuestro cuerpo, especialmente de los genitales. Nuestro cuerpo necesita cuidados especiales de nuestra parte, en especial nuestros genitales. Para que gocemos de una buena salud

física, mental y espiritual, es importante que nuestra relación con el cuerpo sea responsable. En este sentido el cuidado del aseo de los genitales es de gran importancia, así como conocer la manera más pertinente de hacerlo. (Minerd, 2016 (e): 32). A continuación, algunas orientaciones:

Higiene de los genitales	
Mujer	Hombre
1. Lavar la vulva dejando correr abundante agua de arriba a abajo utilizando jabón neutro. (Siendo la flora vaginal muy sensible, es recomendable utilizar un jabón neutro que no posee químicos agresivos).	1. Retirar el prepucio hacia atrás y lavar el glande con abundante agua y jabón neutro. (Siendo el glande es una parte muy sensible del pene, es recomendable utilizar un jabón neutro que no posee químicos agresivos)
2. Enjuagar con abundante agua.	2. Enjuagar con abundante agua el glande.
3. Secar muy bien con una toalla pequeña exclusivamente para los genitales. (Un secado adecuado evita los hongos, el mal olor y el picor).	3. Secar muy bien con una toalla pequeña exclusivamente para los genitales. (Un secado adecuado evita los hongos, el mal olor y el picor).

En esta etapa se sugiere que los-as adolescentes puedan tener acceso a una alimentación adecuada. Un cuerpo que experimenta cambios de talla de peso, masa corporal, deba contar con una cantidad de nutrientes importantes para llevar a cabo. A continuación, una serie de recomendaciones (Minerd, 2016 (e): 33):

- **Una alimentación variada.** Se orienta el consumo de frutas, verduras y hortalizas. La mitad de las calorías de la alimentación deberían proceder de productos elaborados a base de trigo, cereales, papas, yucas y legumbres y no de dulces caramelos, chocolates etc. Es conveniente consumir productos integrales por su alto contenido energético, necesario en esta etapa de la vida.
- **Hidratarse adecuadamente.** Se recomienda tomar de seis (6) a ocho (8) vasos de agua al día.

- **Evita la ingesta de comida rápida o “comida chatarra” con frecuencia.** Esta comida es perjudicial para la salud ya que no cuenta con los nutrientes equilibrados y necesarios para el desarrollo.
- **Hacer ejercicios de forma rutinaria.** Se recomienda montar bicicleta, nadar, correr y practicar algún deporte. Estos hábitos contribuyen a una mejor salud. Cuando se practica algún deporte y se hace ejercicio físico se mejora la resistencia cardiovascular, se procesa de manera positiva el estrés y se potencia la creatividad y la confianza en uno/a mismo/a.
- **Descansar lo suficiente.** ¡El crecimiento y el desarrollo consumen mucha de nuestra energía! Es de suma importancia dormir de ocho (8) a nueve (9) horas al día. El momento del descanso debe ser preparado de manera adecuada: conviene despedir el día haciendo un resumen en la mente de las cosas más importantes acontecidas y abrirse al sueño para reparar las energías del día vivido.
- **Revisar regularmente nuestros pechos y genitales, y ante cualquier anomalía conversar con una persona adulta de confianza y consultar personal de salud.** Tanto el hombre como la mujer deben estar atentos a las señales que emite el cuerpo. Nadie conoce nuestro cuerpo mejor que nosotros mismos y nosotras mismas. Es de vital importancia tomar en cuenta que se puede visitar un centro de salud ante cualquier duda, molestia o anomalía, y que, de todas formas, conviene visitar con alguna periodicidad al ginecólogo o ginecóloga, en caso de las chicas, y en el urólogo o la uróloga en caso de los chicos.

Cierre conceptual de la actividad:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aspectos necesitas reforzar, tener en cuenta?

Actividad 2. Higiene y cuidado del cuerpo (Nivel Secundario).

Ejes transversales: Salud y bienestar, Ciudadanía y convivencia

Materiales:

- Láminas con muñecos sexuados.
- Poncheras con agua.
- Jabón.
- Toallas.

Motivación inicial para la actividad.

La maestra o el maestro explican a los-as estudiantes la importancia que tiene para el ser humano el cuidado del cuerpo. Para esto se propone un diálogo inicial con ellos-as:

¿Qué se debe hacer para cuidar el cuerpo?

¿Qué medidas higiénicas debemos tener en cuenta para cuidar nuestro cuerpo?

¿Qué partes del cuerpo debo tener en cuenta o estar atento-a de limpiar, higienizar para no enfermarme?

El maestro o la maestra explica una vez que se ha realizado la lluvia de ideas con los-as estudiantes, la importancia que tiene la correcta higiene de las partes del cuerpo. Especialmente las manos, con las que a veces o la mayor parte de las veces tocamos otras partes sensibles del cuerpo como son las mucosas: nariz, boca, ojos. En ese sentido es bueno recordar que una de las medidas más importantes en el tiempo de la pandemia era lavar de manera correcta las manos con jabón o desinfectarlas con gel hidroalcohólico.

En cuanto a las partes íntimas como el ano, genitales, se debe utilizar siempre un jabón de ph neutro que no sea agresivo, lavar correctamente y luego secar muy bien con una toalla suave y dejar bien secas estas partes íntimas que por naturaleza son bastante húmedas para no correr el riesgo de contraer ningún hongo.

Es importante conversar con el estudiantado la importancia de tener su propia toalla, y lavar y hervirlas correctamente para desinfectarlas adecuadamente con jabón de cuaba.

Otro aspecto esencial es vela por un correcto cepillado de los dientes. El cepillado correcto de los dientes evitará las enfermedades bucodentales

como la gingivitis, las caries, entre otros. Es importante utilizar el tiempo adecuado para llevarlo a cabo. Prestar atención a los siguientes consejos del Doctor Carlos Luaces¹¹ puede ser de gran ayuda:

1. Cepíllate los dientes tres veces al día, tras cada comida

Es importante que adoptemos como costumbre cepillarnos los dientes una vez hayamos terminado de comer. Puede que no nos demos cuenta a simple vista, pero se acumulan en nuestros dientes restos de comida que es necesario eliminar.

2. Dedícale el tiempo necesario al cepillado

Un error muy común es realizar un cepillado dental demasiado breve. Si no invertimos el tiempo necesario en el cepillado, puede que las cerdas del cepillo no lleguen a lugares de la boca que están más inaccesibles y en los que se están acumulando restos de comida.

3. Elige el cepillo de dientes adecuado

Hoy en día hay disponibles cepillos de dientes con multitud de formas y tamaños. Es importante que las cerdas de nuestro cepillo no sean excesivamente duras para que no dañen nuestras encías y el tamaño del cabezal tiene que permitir hacer los movimientos naturales del cepillado.

4. Renueva tu cepillo de dientes

Las cerdas de los cepillos dentales se van desgastando con su uso, por lo que se recomienda que cada 3 o 4 meses aproximadamente el cepillo dental sea renovado.

5. Utiliza la seda dental y/o los cepillos interproximales

Ambos utensilios son idóneos para complementar la labor de los cepillos y limpiar las zonas interdentales a las que los cepillos no pueden acceder.

6. Utiliza enjuagues bucales

El uso de los enjuagues bucales está indicado para eliminar bacterias que se han acumulado en la boca y que ni el cepillo ni la seda dental han sido capaces de eliminar. Su uso diario ayuda a mantener unos dientes y encías sanos.

¹¹ Tomado del blog del Doctor Carlos Luaces: <https://www.cenytdental.com/blog/10-consejos-sobre-higiene-bucal/>

7. No te olvides de limpiar la lengua

Es la parte más olvidada de la boca cuando estamos realizando la limpieza, pero la realidad es que en la lengua se acumulan miles de bacterias. Para una adecuada limpieza, se aconseja utilizar raspadores linguales, unos instrumentos que están especialmente indicados para eliminar las bacterias depositadas en esta zona.

8. Acude a las revisiones con tu dentista

Las visitas de revisión con tu dentista son la mejor medida preventiva para detectar cualquier enfermedad o problema bucodental y poder poner una solución o tratamiento a tiempo.

9. Elige una pasta de dientes adecuada a tus necesidades

Actualmente se venden pastas de dientes para solucionar numerosos problemas bucodentales: con flúor, para prevenir la sensibilidad dental, para las enfermedades de las encías, dentífricos de efecto blanqueador... Nuestra recomendación es que sea tu dentista quien te asesore sobre el dentífrico más adecuado para ti.

10. Evita alimentos excesivamente azucarados

Nuestra alimentación juega un papel fundamental en la salud de nuestra boca y dientes. Por ello, evitar un consumo elevado de alimentos y bebidas con alto contenido en azúcar puede ayudarnos a prevenir la caries dental.

Es importante además que los-as maestros-as tengan en cuenta conversar con los-as estudiantes la importancia de una adecuada técnica de cepillado¹²:

Colocación del cepillo de dientes

La forma de sujetar el cepillo de dientes depende de la parte del diente que se esté cepillando.

1. Empieza por las superficies externas e internas, y cepilla en un ángulo de 45 grados con pasadas cortas de medio diente contra la línea de las encías. Asegúrate de llegar a los dientes posteriores.
2. Pase a las superficies de masticación. Mantenga el cepillo plano y cepille hacia adelante y hacia atrás a lo largo de estas superficies.

¹² Las siguientes técnicas tanto del cepillado de los dientes como del uso del hilo dental están tomadas de: <https://www.koiscenter.com/es/patient-education/teeth-health/what-is-proper-tooth-brushing-and-floss-technique/>

3. Una vez que llegue a las superficies interiores de los dientes delanteros, incline el cepillo verticalmente y dé suaves golpes hacia arriba y hacia abajo con la punta del cepillo.
4. Asegúrese de cepillar suavemente a lo largo de la línea de las encías.
5. Cepíllate la lengua con un movimiento de barrido de atrás hacia delante para eliminar las partículas de comida y ayudar a eliminar las bacterias causantes del mal olor para refrescar el aliento.

Ahora que has aprendido la técnica de cepillado adecuada, un poco de disciplina para practicarla cada día te ayudará a que la sientas como algo natural. Es una de las cosas más fáciles que puedes hacer para mantener la salud de tus dientes y encías.

El docente puede sugerir imágenes de los recuadros para llevar a cabo un correcto cepillado e higiene bucal:

Técnica correcta de uso del hilo dental

4. Utiliza unos 45 centímetros de hilo dental, para que tengas un trozo de hilo limpio para usar en cada diente en el proceso de limpieza.
5. Curve el hilo dental en forma de C mientras lo desliza hacia arriba y hacia abajo a lo largo de cada diente.
6. No te olvides de usar el hilo dental en la parte posterior de los dientes traseros, tanto a la izquierda como a la derecha de los dientes superiores e inferiores.

Una técnica adecuada de cepillado y uso del hilo dental como parte de su rutina diaria de cuidado bucal son los componentes más importantes en la lucha por mantener sus dientes libres de placa y proteger sus dientes y encías para toda la vida.

El o la docente pueden sugerir imágenes sobre el uso del hilo dental:

Lavado de las manos

Uno de los hábitos más importantes señalados con anterioridad en este documento y que se insiste tanto en la Organización Panamericana de la Salud (OPS) como en la Organización Mundial de la Salud (OMS) es la higiene de las manos. Esta costumbre se masifica en el año 2020 a raíz de la pandemia del COVID 19, que es cuando caemos en la cuenta de que

es de suma importancia. El llamado esencial que han hecho estas dos instituciones es continuar con este sano hábito porque salva la vida, es una medida económica, sencilla y eficaz.

La OPS sugiere que a esta sana costumbre se deben sumar otras acciones, como vacunarse contra aquellas enfermedades para las que existe inmunización y aplicar otras medidas no farmacológicas, como cuidar los estados gripales, usar tapabocas y, al toser o estornudar, taparse la boca con un pañuelo que luego se deberá desechar o hacerlo sobre el ángulo interno del codo (protocolo o etiqueta de la tos), para no contaminar las manos, entre otras acciones positivas. (OPS, 2021)

El maestro debe conversar con los-as estudiantes la importancia de estas medidas, tanto en tiempo de pandemia como en la etapa de recuperación luego de la pandemia. Se deben tener en cuenta las siguientes orientaciones, referidas a la limpieza con agua y jabón y otras referidas a la higiene con gel hidroalcohólico. (Ver Anexos 1 y 2)

Actividad de aplicación con el estudiantado:

Se coloca una ponchera con agua y jabón y una toalla cercana a la estación que se usará para que el estudiante siga las instrucciones que se han compartido de manera oral.

Una vez que han terminado, la maestra o el maestro reaccionan (y otros compañeros y compañeras también) a la actividad que se ha realizado, haciendo las correcciones y sugerencias de lugar para la mejora de este hábito.

Cierre conceptual de la actividad:

- Realizar una lluvia de ideas acerca de la importancia que tiene para todos-as la higiene corporal e íntima.
- ¿Qué importancia tiene esta para nuestras vidas?
- ¿Cómo podemos llevarla a cabo?
- ¿Qué fue lo que más me gustó de esta actividad?

Derechos y Responsabilidades

Motivación para el trabajo con el tema de los derechos y responsabilidades:

Un tema esencial para trabajar la ciudadanía con enfoque en Educación Sexual Integral es tener en cuenta que el ser humano es un sujeto de derechos, que tiene a su vez responsabilidades y se encuentra en medio de una sociedad en la que tiene que articular estos. En este sentido, es esencial para la formación ciudadana, no solamente conocerlos de manera teórica, sino desplegar una serie de procedimientos que posibiliten, a su vez, su valoración en los contextos diversos de estos derechos y responsabilidades ciudadanas.

Actividad 1. Mis derechos como adolescente y joven. Los derechos humanos. La solidaridad¹³. (Nivel Secundario).

Ejes transversales: Salud y bienestar, Ciudadanía y convivencia

Materiales:

- Papelógrafos.
- Marcadores.

Situación inicial: Mira a tu alrededor, en la misma República Dominicana, en tu propia provincia, pueblo o municipio.

¿Qué situaciones de violación de derechos ves a tu alrededor?

¿Qué sientes?

¿Por qué crees que existen o acontecen estas situaciones?

¿Qué piensas tú que puede hacerse para que esto no pase?

El maestro, la maestra, el orientador y la orientadora ofrecen un espacio de reflexión para que todo el grupo pueda expresar sus opiniones. Se recogen en un papelógrafo aquellas ideas que conviene tener presentes durante todo el encuentro. Es importante que se tenga en cuenta aquellos sentimientos que arrojan las situaciones de injusticia dado que esas mismas situaciones, y lo que provocan en lo interno de los estudiantes, son las que se pueden traducir luego en actuaciones para la resolución del problema. Una vez que se ha compartido la información, a partir de las preguntas de la situación inicial, se procede a compartir las preguntas de indagación de los saberes previos:

¹³ Algunos momentos de esta actividad tienen como sustento, inspiración o toman algunos ejercicios del módulo 4. Mis derechos como ser humano y como adolescente. Guía de orientación para estudiantes multiplicadores y multiplicadoras entre pares. Liderazgo juvenil valores y sexualidad. (2016). Ministerio de Educación de la República Dominicana.

¿Qué son los derechos? ¿Cuándo se puede considerar que una persona es sujeto de derechos?

Para aprender más te presentamos el siguiente resumen de la Doctora Adela Cortina Orts:

Los derechos humanos, como es sabido, son aquellos derechos que se reconocen a todo ser humano por el hecho de serlo. No se conceden a las personas, sino que se les reconocen. Si recordamos muy rápidamente, aunque ustedes deben saberlo mejor que yo', cuáles son los derechos ya reconocidos internacionalmente, hablaríamos de los derechos civiles y políticos, los derechos sociales, económicos y culturales, el derecho a la paz, el derecho a un medioambiente sano y el derecho al desarrollo. Estos derechos están ya reconocidos, y componen lo que se puede considerar los mínimos de justicia que una sociedad tiene que cubrir, para no considerarse una sociedad bajo mínimos de humanidad.

Los derechos tienen que ver con la justicia, y estos ya se han reconocido urbi et orbe. Ese tipo de derechos es el que hay que proteger para no caer bajo mínimos de humanidad. Una sociedad que no esté empeñada en que se protejan los derechos civiles, económicos, sociales, culturales, el derecho a la paz, el medioambiente, y el derecho al desarrollo está bajo mínimos de moralidad o, lo que es lo mismo, bajo mínimos de humanidad (Cortina, 2001).

Preguntas para la reflexión luego de la lectura:

1. ¿Qué aprendiste en este extracto del texto de la Dra. Adela Cortina acerca de los derechos?
2. ¿Qué es una sociedad bajo mínimos de humanidad? (Recordarle al docente o al orientador que los mínimos de humanidad son aquellas situaciones de injusticia que podemos ver en nuestras sociedades).

Podemos pedirle a los estudiantes que pongan ejemplos de estas situaciones de mínimos de humanidad.

3. ¿Por qué afirma Adela Cortina que los derechos tienen que ver con la justicia?

Para que conozcas más sobre la historia de los Derechos Humanos:

Estos derechos se encuentran establecidos en la Declaración Universal de los Derechos Humanos, que fue aprobada por los países miembros de las Naciones Unidas en 1948. Esta declaración establece, además, el compromiso para que todos los países protejan estos derechos a todas las personas que viven en ellos y establece que el respeto a los derechos humanos es la base de la libertad, la justicia y la paz en el mundo.

La Declaración Universal de los Derechos Humanos señala que todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y que no pueden ser discriminados por razón de su nacionalidad, origen, raza, sexo, religión, opinión política, posición económica o por cualquier otra condición. Estos derechos son universales, inherentes a todos los seres humanos, inalienables e irrenunciables; es decir, que como seres humanos nos corresponden a todos y todas, Nadie nos los puede negar ni se puede renunciar a ellos (Minerd, 2016 (e): 72-73).

El conjunto de estos derechos se divide principalmente en tres tipos:

- **Los derechos civiles y políticos**, tales como el derecho a la vida, la libertad, una nacionalidad, la igualdad ante la ley, la no discriminación, la libertad de pensamiento y expresión, entre otros.
- **Los derechos económicos, sociales y culturales**, tales como el derecho al trabajo, la seguridad social, la salud, la educación, disfrutar de nuestra identidad y cultura, entre otros.
- **Los derechos colectivos** (también llamados derechos de tercera generación), tales como el derecho a disfrutar de un medio ambiente saludable y no degradado, el derecho de los pueblos indígenas a que su cultura sea respetada y preservada, etc.

Los derechos de la niñez y la adolescencia

Los derechos de la niñez y la adolescencia también son derechos humanos y se refieren a normas universales específicas para proteger a las personas menores de edad y garantizar que puedan desarrollarse plenamente en un ambiente de justicia, libertad y protección. La Convención sobre los

Derechos del Niño fue aprobada por las Naciones Unidas en 1989 y es el tratado de derechos humanos al que más Estados se han comprometido. Considera a niños, niñas y adolescentes como sujetos plenos de derechos.

La República Dominicana ratificó la Convención en junio del año 1991, con lo que el Estado se responsabilizó a garantizar estos derechos para todos los niños, niñas y adolescentes que habitan en el país. Para esto, el país ha formulado políticas de protección para esta población y ha adaptado sus leyes nacionales, especialmente el Código para el Sistema de Protección y los Derechos Fundamentales de Niños, Niñas y Adolescentes (Ley 136-03), que es la principal ley que protege los derechos de la niñez y la adolescencia y que el Estado debe asegurar que sea cumplida.

Todos los niños, niñas y adolescentes tienen los mismos derechos desde su nacimiento hasta los 18 años. Todos los derechos son igualmente importantes y se relacionan entre sí; es decir, que el logro de uno depende y contribuye al logro de los demás. Estos derechos se agrupan en:

- **Derecho a la supervivencia:** Disfrutar de un nivel de vida adecuado para su desarrollo físico, mental, espiritual y social; tener un nombre y una nacionalidad; vivir con sus padres y disfrutar de su amor y protección; disfrutar de la salud y de la seguridad social; ser atendidos primero en una emergencia o desastre.
- **Derecho al desarrollo pleno de sus potencialidades:** Recibir una educación de calidad; disfrutar de la recreación, el esparcimiento y el ocio; recibir información útil para su vida.
- **Derecho a la protección** contra cualquier situación que afecte su bienestar, su desarrollo o su vida; a no ser discriminados por ninguna razón; a ser protegidos o protegidas contra el trabajo infantil, cualquier forma de abuso, maltrato, abandono y explotación; a ser protegidos de la trata, las adopciones ilegales y los conflictos armados; a recibir protección especial en caso de discapacidad, de no vivir con su familia o por un conflicto con la ley; derecho a la intimidad y a que su vida privada y familiar sea respetada; derecho a la protección de la imagen.

- **Derecho a participar** en las acciones y decisiones que les afectan o les interesan y asumir un rol activo en la sociedad; expresar su opinión libremente y a ser escuchados, a buscar, recibir y difundir informaciones; participar en las decisiones que les afectan; tener libertad de pensamiento y asociación; seguir la religión que consideren; vivir libremente con su identidad y su cultura. (Minerd, 2016 (e): 74).

Ejercicio para poner en práctica lo aprendido acerca de los derechos de la niñez y la adolescencia:

- Organiza una mesa redonda en el salón de clases en la que investigues acerca de los derechos sexuales y los derechos reproductivos.
- Aborda por qué son importantes tenerlos en cuenta en nuestra sociedad.
- Publica en las redes sociales un “post” acerca de la importancia de esta actividad en la comunidad educativa.

Actividad para realizar en la escuela con padres, madres y amigos de la escuela:

1. Prepara un panel con padres y madres, estudiantes y miembros de la comunidad en la que se aborden los siguientes temas:
 - Importancia de la educación sexual integral y los valores en la escuela.
 - Importancia de los Derechos.
 - Importancia de llevar a cabo estas actividades en diálogo con la escuela, la familia y la comunidad.
2. Escribe una nota de prensa para publicar en el periódico escolar con el título: La importancia de los derechos humanos para los estudiantes.

Cierre conceptual de la actividad:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aspectos necesitas reforzar o tener en cuenta?
4. ¿A qué me invita este tema de los derechos?

Anexos Nivel Secundario.

Anexo 1: Limpieza de las manos con agua y jabón.



Limpia tus manos

CON AGUA Y JABÓN

⌚ Duración de este procedimiento: 40-60 segundos

- 0** 

Mójese las manos con agua.
- 1** 

Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos.
- 2** 

Frótese las palmas de las manos entre sí.
- 3** 

Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.
- 4** 

Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.
- 5** 

Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.
- 6** 

Frótese con un movimiento de rotación el dorso del pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.
- 7** 

Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.
- 8** 

Enjuéguese las manos con agua.
- 9** 

Séquese con una toalla desechable.
- 10** 

Sírvase de la toalla para cerrar el grifo.
- 11** 

Sus manos son seguras.

Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19

OPS

Organización
Panamericana
de la Salud

Organización
Mundial de la Salud

Conócelo. Prepárate. Actúa.
www.paho.org/coronavirus

Fuente: OPS y OMS. (2021)

Anexo 2: Limpieza de las manos con gel hidroalcohólico

Limpia tus manos

CON UN GEL A BASE DE ALCOHOL

C Duración de este procedimiento: 20-30 segundos



1a  Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies.

1b  Frótese las palmas de las manos entre sí.

2  Frótese las palmas de las manos entre sí.

3  Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.

4  Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.

5  Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.

6  Frótese con un movimiento de rotación el dorso de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda y viceversa.

7  Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.

8  Una vez secas, sus manos son seguras.

Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19

OPS Organización Panamericana de la Salud  Organización Mundial de la Salud

Conócelo. Prepárate. Actúa.
www.paho.org/coronavirus

Fuente: OPS y OMS. (2021)

Anexo 3: Todo cambia, de Julio Numhauser. Intérprete: Mercedes Sosa.

Cambia lo superficial
Cambia también lo profundo
Cambia el modo de pensar
Cambia todo en este mundo.

Cambia el clima con los años
Cambia el pastor su rebaño
Y así como todo cambia
Que yo cambie no es extraño.

Cambia el más fino brillante
De mano en mano su brillo
Cambia el nido el pajarillo
Cambia el sentir un amante.

Cambia el rumbo el caminante
Aunque esto le cause daño
Y así como todo cambia
Que yo cambie no extraño.

Cambia, todo cambia.
Cambia, todo cambia.
Cambia, todo cambia.
Cambia, todo cambia.

Cambia el sol en su carrera
Cuando la noche subsiste
Cambia la planta y se viste
De verde en la primavera.

Cambia el pelaje la fiera,
Cambia el cabello el anciano.
Y así como todo cambia,
Que yo cambie no es extraño.

Pero, no cambia mi amor
Por más lejos que me encuentre
Ni el recuerdo ni el dolor
De mi pueblo y de mi gente.

Lo que cambió ayer
Tendrá que cambiar mañana
Así como cambio yo
En esta tierra lejana.

Cambia, todo cambia
Cambia, todo cambia
Cambia, todo cambia
Cambia, todo cambia.

Pero no cambia mi amor
Por más lejos que me encuentre
Ni el recuerdo ni el dolor
De mi pueblo y de mi gente.

Y lo que cambió ayer
Tendrá que cambiar mañana
Así como cambio yo
En esta tierra lejana.

Cambia, todo cambia
Cambia, todo cambia

Bibliografía

Cortina, Adela (2001) La manida palabra ética. Recuperado de: <https://www.uv.es/~fores/contrastes/quince/cortina.html>

Minerd (2016 (a)) Bases de la Revisión y Actualización Curricular. Santo Domingo: Ministerio de Educación de la República Dominicana.

Minerd (2022 (b)) Adecuación Curricular Nivel Primario. Ministerio de Educación de la República Dominicana.

Minerd (2022 (c)) Adecuación Curricular Nivel Secundario. Ministerio de Educación de la República Dominicana.

Minerd (2016 (d)) Guía para orientar la implementación de los talleres de Educación Sexual Integral en el Nivel Inicial y en el Primer Ciclo del Nivel Primario. Santo Domingo: Ministerio de Educación de la República Dominicana.

Minerd (2016 (e)) Liderazgo juvenil valores y sexualidad. Guía de orientación para estudiantes multiplicadores y multiplicadoras entre pares. Santo Domingo: Ministerio de Educación de la República Dominicana.

Organización Panamericana de la Salud (2021) La higiene de manos salva vidas. Recuperado de: <https://www.paho.org/es/noticias/17-11-2021-higiene-manos-salva-vidas#:~:text=Razones%20para%20ello%20hay%20m%C3%BAltiples,a%20las%20que%20se%20enfrenta>