

# Educación para la ciudadanía y la convivencia

## Ciclo Inicial

(Prejardín, Jardín y Transición):  
Mi cuerpo, mi primer territorio



ALCALDÍA MAYOR  
DE BOGOTÁ D.C.

BOGOTÁ  
HUMANANA

**ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL DISTRITO**

**Proyecto de Educación para la Ciudadanía  
y la Convivencia – PECC**

Alcalde Mayor  
Gustavo Petro Urrego

Secretario de Educación del Distrito  
Oscar Sánchez Jaramillo

Subsecretaria de Integración Interinstitucional  
Gloria Mercedes Carrasco Ramírez

Subsecretaria de Calidad y Pertinencia  
Patricia Buritica

Jefe Oficina Asesora de Comunicación y Prensa  
Rocío Jazmín Olarte

Directora de Participación y Relaciones Interinstitucionales  
Adriana Mejía Ramírez

Directora de Inclusión e Integración de Poblaciones  
María Elvira Carvajal Salcedo

Directora de Educación Preescolar y Básica  
Adriana González

Director de Ciencias, Tecnología y Medios Educativos  
Oswaldo Ospina Mejía

Directora de Bienestar Estudiantil  
Andrea Verú Torres

Gerente de Proyecto  
Deidamia García Quintero

**Educación para la ciudadanía y la convivencia  
Ciclo inicial (Prejardín, Jardín y Transición):  
Mi cuerpo, mi primer territorio**

**Equipo técnico de Educación para la  
Ciudadanía y la Convivencia - SED**  
Lizbeth Alpargatero y Rigoberto Solano  
*Coordinadores Gestión del Conocimiento*  
Sandra León  
*Coordinadora Planes Integrales de Educación  
para la Ciudadanía y la Convivencia*  
Andrea Cely  
*Coordinadora Equipo Territorial  
Ciudadanía y Convivencia*

Ariel Fernando Ávila  
*Coordinador Respuesta Integral de  
Orientación Escolar – RIO*

**Revisión de Contenidos -SED**  
Claudia Alexandra Mancera Carrero  
Jeimy Carolina Vásquez González  
Rigoberto Solano Salinas

**FEY ALEGRÍA DE COLOMBIA**

Director Nacional  
P. Hernando Gálvez S.J.

Director Ejecutivo Nacional  
Víctor Murillo Urraca

Coordinador Proyecto Educación  
para la ciudadanía y la convivencia  
Jaime Benjumea Pamplona

Autoría Fe y Alegría  
Lucía Ardila Gómez  
Natalia Flórez Rojas  
Fabiola Garcerá Arango

Corrección de estilo  
Claudia Patricia Vinueza

**Equipo de arte**

Dirección de arte  
María Fernanda Vinueza  
Ilustración  
Paula Andrea Ortiz  
Diseño y diagramación  
María Fernanda Vinueza

Equipo  
editorial

**Docentes participantes de la  
validación de los módulos:**

Romelia Nuste Castro  
*IED Juan Francisco Berbeo*  
Gladys Guerrero García  
*Carlos Pizarro León Gómez*  
Guiomar Edith Mostacilla Marmolejo  
*Débora Arango Pérez*  
Maritza Gutiérrez  
*Grancolombiano*  
Nilsa Yineth Rojas Ruiz  
*Leonardo Posada Pedraza*  
Maria Cristina Ardila  
*Campestre Monteverde*  
Melba Patricia Ortega  
*Simón Rodríguez*  
Blanca Isabel Forero  
*Ciudad de Montreal*  
Carvajal Galindo Yeimy  
*El Minuto de Buenos Aires*  
Gloria Del Pilar Bejarano Agudelo  
*Mochuelo Alto*  
Javier Cely  
*Francisco José de Caldas*  
Flor Elisa Roperio Palacios  
*José Asunción Silva*  
Ángela Chicangana Ramírez  
*José Asunción Silva*  
Diana Patricia Murillas  
*Colegio Prospero Pinzón*  
Martha Alexandra Useche Quintero  
*IED Saludcoop Sur*  
Rosa Yamile Prieto Bogotá  
*Colegio San Pedro Claver*  
Liliana Maffiold  
*IED Los Periodistas*  
Marleny Díaz  
*IED Los Periodistas*

Mariluz Muñoz Sotaquira  
*IED Los Periodistas*  
Patricia Castellanos  
*Agustín Nieto Caballero*  
María Victoria Orozco Díaz  
*Colegio Republica Bolivariana de Venezuela*  
Angélica María Rodríguez  
*Colegio Andrés Bello*  
Julieta Rojas Charry  
*Domingo Faustino*  
María Margarita Acuña Rodríguez  
*Colegio José Joaquín Casas*  
Ricardo Murcia Roncancio  
*Manuel Del Socorro Rodríguez*  
Luis Edilberto Novoa  
*Marruecos y Molinos*  
Sandra Johana Albarracín Lara  
*Aguas Claras*  
Miryam Bautista Gil  
*Entre Nubes*  
Claudia Liliana Gómez Rodríguez  
*IED Atenas*  
Rosa Elena Carrillo  
*IED Atenas*  
Raúl Sánchez Lara  
*IED Juan Rey*  
José Rafael Quilaguy Bernal  
*IED Los Alpes*  
Mireya Moreno Hernández  
*La Belleza*  
Martha Helena Lagos Beltrán  
*Florentino González*  
Lida Mireya Rodríguez  
*Florentino González*  
Nelson Enrique Flórez  
*Atabanza - I.E.D*  
Natalia Cruz Cárdenas  
*Eduardo Umaña Mendoza*  
Karol Viviana Sarmiento  
*Eduardo Umaña Mendoza*  
Danny Paola Villamil Villamil  
*Ofelia Uribe de Acosta I.E.D*  
Blanca Inés Rodríguez  
*Ofelia Uribe de Acosta I.E.D*  
Nubia Liliana Ortiz Cárdenas  
*Paulo Freire*  
Luz Stella Olaya Suárez  
*Sorrento*  
Patricia Padilla Casas  
*Col. Ciudad Bolívar Argentina*  
Martha Isabel Torres  
*IED Los Periodistas*  
Martha Alejandra Montoya  
*Luis Eduardo Mora Osejo*  
Sandra Emilia Sierra Zanguña  
*Nueva Delhy*

Ingrid Natalia Cruz Cárdenas  
*Eduardo Umaña Mendoza*  
María Fernanda Medina  
*IED El Porvenir*  
Yenny Patricia Castellanos  
*Agustín Nieto Caballero*  
María Victoria Orozco  
*República de Venezuela*  
Rafael Quilagua Bernal  
*Los Alpes*  
Yeimy Carvajal  
*El Minuto De Buenos Aires*  
Guillermo Ibáñez  
*IE Eduardo Santos*  
Aura Nieves Riascos  
*IE Alexander Fleming*  
Diana Carolina Villate  
*IE Eduardo Santos*  
Lida Yolima Cárdenas  
*IE Eduardo Santos*  
Victoria Orozco  
*República de Venezuela*  
Yuliete Rojas Charry  
*Domingo Faustino*  
Liliana Ortiz Cárdenas  
*Paulo Freire*  
Lorenzo Zúñiga Goyeneche  
*Antonio Villavicencio*  
María Esperanza Castillo  
*Antonio Villavicencio*  
Luz Ofelia Borbón  
*CEDIT San Pablo*  
Alejandra Gutiérrez Ballén  
*Ciudad de Bogotá*  
Viviana Méndez Munévar  
*Ciudad de Bogotá*  
Myriam Cortes Mendieta  
*Colombia Viva*  
Andrea Murcia  
*Delia Zapata Olivella*  
José de Jesús Ovalle Balaguera  
*Delia Zapata Olivella*  
Ivon Pajaro Olmos  
*Escuela Normal María Montessori*  
Omar Gutiérrez González  
*Escuela Normal María Montessori*  
Martha Patricia Torres  
*Gustavo Rojas Pinilla*  
Luz Liliana Sarmiento  
*IED Estrella del Sur*  
Ana Rita Rozo Suárez  
*IED Montebello*  
Orfi Yineth Delgado Santamaría  
*IED Villa Rica*  
Inna Pahola Muñoz  
*John F. Kennedy*

Luz Gabriela Gómez Montoya  
*Juan Francisco Berbeo*  
Clara Liliana Rodríguez  
*La Victoria*  
Leonor Delgado Herrera  
*La Victoria*  
Mallivi Melo Rey  
*La Victoria*  
Martha Patricia Montero  
*La Victoria*  
Patricia Patiño  
*La Victoria*  
Mauricio García Hernández  
*Magdalena Ortega*  
Myriam Zambrano Rozo  
*Manuel Cepeda Vargas*  
Luis Edilberto Novoa  
*Marruecos y Molinos*  
Liliana Zambrano Rozo  
*Orlando Higueta Rojas*  
Vladimir Viteri Gutiérrez  
*Paulo Freire*  
Clara Millán Reyes  
*República de Panamá*  
José Eustacio Medina Vargas  
*República de Panamá*  
Olga Lucero Castro Castañeda  
*República de Panamá*  
Víctor Baquero Rincón  
*Rural Pasquilla*  
Eduardo Ortiz Rodríguez  
*San Martín de Porres*  
Adilia Castillo Martínez  
*San Pedro Claver*  
María Leila López Contreras  
*San Pedro Claver*

**ISBN: 978-958-8731-87-2**

Esta publicación hace parte del Convenio 2965 del 2013, cuyo objeto es “Aunar esfuerzos para desarrollar una Caja de Herramientas Pedagógicas de Educación para la Ciudadanía y la Convivencia”, suscrito entre la Secretaría de Educación y Fe y Alegría de Colombia, Fundación para la Reconciliación, Fundación Centro de Investigación y Educación Popular-CINEP y el Instituto para la Construcción de la Paz-FICONPAZ.

**Secretaría de Educación del Distrito  
Fe y Alegría de Colombia**

# Taller 5

¡Me quiero, me cuido!



PRECAUCION  
CRUCE POR  
EL PUENTE



## T.5

## Concepto relacionado: Autocuidado

El Diccionario de la RAE define el autocuidado como el cuidado autónomo, es decir, la práctica de actividades que las personas realizan en favor de sí mismos para mantener la vida, la salud y el bienestar, el cual es inherente a todos los seres humanos.

Varias áreas se incluyen aquí, como por ejemplo el cuidado a sí mismos, la práctica de hábitos saludables, el descanso, la interacción social, la prevención de riesgos sociales y de vulneración de sus derechos al igual que el cuidado en el entorno.

Tejada (2010) referencia varias condiciones que permitirán a los niños y las niñas generar un proceso de aprendizaje de las prácticas de autocuidado entre ellas:

- ❁ Brindar oportunidades de decisión que propician la autonomía (hábitos, decisiones: cuándo puedo hacerlo, cómo puedo hacerlo)
- ❁ Importancia de los límites: “NO” (si son consistentes en el hogar, ellos también podrán establecer límites consigo mismos y con los otros)
- ❁ Valorar y traducir los sentimientos que nos muestran nuestros niños y niñas (no pensar, en la incapacidad, escuchar y valorar las expresiones de los niños)
- ❁ Permitir que comuniquen lo que quieren expresando lo que les pasa o sienten sin adelantarnos a lo que nos quieren decir.
- ❁ Enseñar a identificar peligros y situaciones de riesgo manejándolas y evitándolas.

Fortalecer las habilidades comprensivas que permitan la identificación/detección de riesgos sociales y del entorno en clave de prevención debe convertirse en un propósito en la formación de los niños y las niñas en las primeras edades. Será importante por lo tanto, el conocimiento de los factores de riesgo y los



factores protectores, desde una perspectiva de determinación social y enfoque diferencial, incluyendo así mismo la promoción de acciones que fomenten el respeto por la intimidad y la dignidad de los niños, las niñas y sus familias.

A nivel educativo, es necesario generar espacios para que los niños y las niñas hagan elecciones de manera independiente y sean capaces de opinar, proponer, decidir y expresar lo que les pasa, lo que sienten y lo que les gusta o disgusta sin temor. Acompañarlos impulsará las acciones que permitan a los niños y niñas construir su conciencia corporal como elemento fundamental para la formación de la identidad, la autonomía del sujeto y el cuidado especial de su cuerpo como territorio de intimidad y respeto que posibilita la construcción de un comportamiento que garantiza seguridad.

Es muy importante por lo tanto que “se apropien de claves, sentimientos y sensaciones corporales que les permiten reconocer el registro de malestar o deseo de hacer algo”. Si estos elementos están presentes en la cotidianidad de las niñas y los niños, se está propiciando la construcción de elementos necesarios para una buena autoestima y por ende del cuidado y valoración propia.

En definitiva el autocuidado, tal y como lo plantea Signorelli (2003) requiere la generación de experiencias, de situaciones que les permitan adquirir herramientas para luego desenvolverse y tomar decisiones en diferentes espacios, reforzando aspectos en torno la empatía, la confianza, la identificación de riesgos y el abordaje de los mismos.

## Objetivo del taller

- ❁ Promover en los niños y las niñas el reconocimiento de lugares y situaciones de riesgo en su entorno que puedan afectar su integridad, ejerciendo conductas de autocuidado, favoreciendo así la construcción de actitudes y entornos protectores.

## Evidencia de participación en el proceso de aprendizaje

Los niños y las niñas dibujan en el círculo de aprendizaje del taller 5 un símbolo que represente la prevención ante los riesgos del entorno.



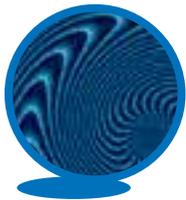
## Duración del taller:

2 horas distribuidas de acuerdo a las condiciones de ejecución del taller.

## Materiales de apoyo

- ❁ Láminas de niños y las niñas en situaciones de peligro dispuestas como señalización.
- ❁ Ambientación para el hospital.
- ❁ Muñecos caracterizados con diferentes heridas.
- ❁ Elementos para juego de roles de médico.
- ❁ Gomitas y la jeringa con un líquido dulce.
- ❁ Carné de auxiliares de la prevención.
- ❁ Elementos para hacer curaciones.
- ❁ Banderines rojos y amarillos.
- ❁ **Tarjeta de participación de cada niño y cada niña.**

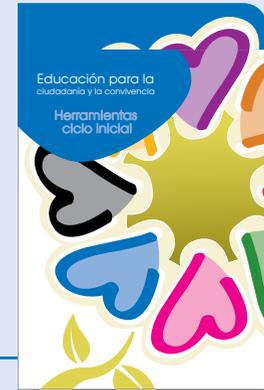
## Instrucciones de la actividad



**Momento inicial (percepción – sensibilización):** Dispondremos el lugar en forma de hospital, en el que curaremos muñecos al azar, esta clínica un bello nombre tendrá, “Hospital SANA QUE SANA” lo vamos a nombrar.

Este sitio, deberá mostrar imágenes como una gran señalización, advirtiendo la importancia de manejar con precaución algunos elementos de nuestro alrededor, por ejemplo cuando los niños toman remedios sin ninguna medicación o manejan tijeras para recortar o tenedor y cuchillo a la hora de cenar. También podremos traer a colación otros elementos de cuidado particular como el fuego, la pólvora, y otros cuyo manejo ameriten una atención sin igual pues cada uno así mismo y a si misma se debe cuidar y frente a los peligros con responsabilidad debe actuar.

### Sobre de Herramientas

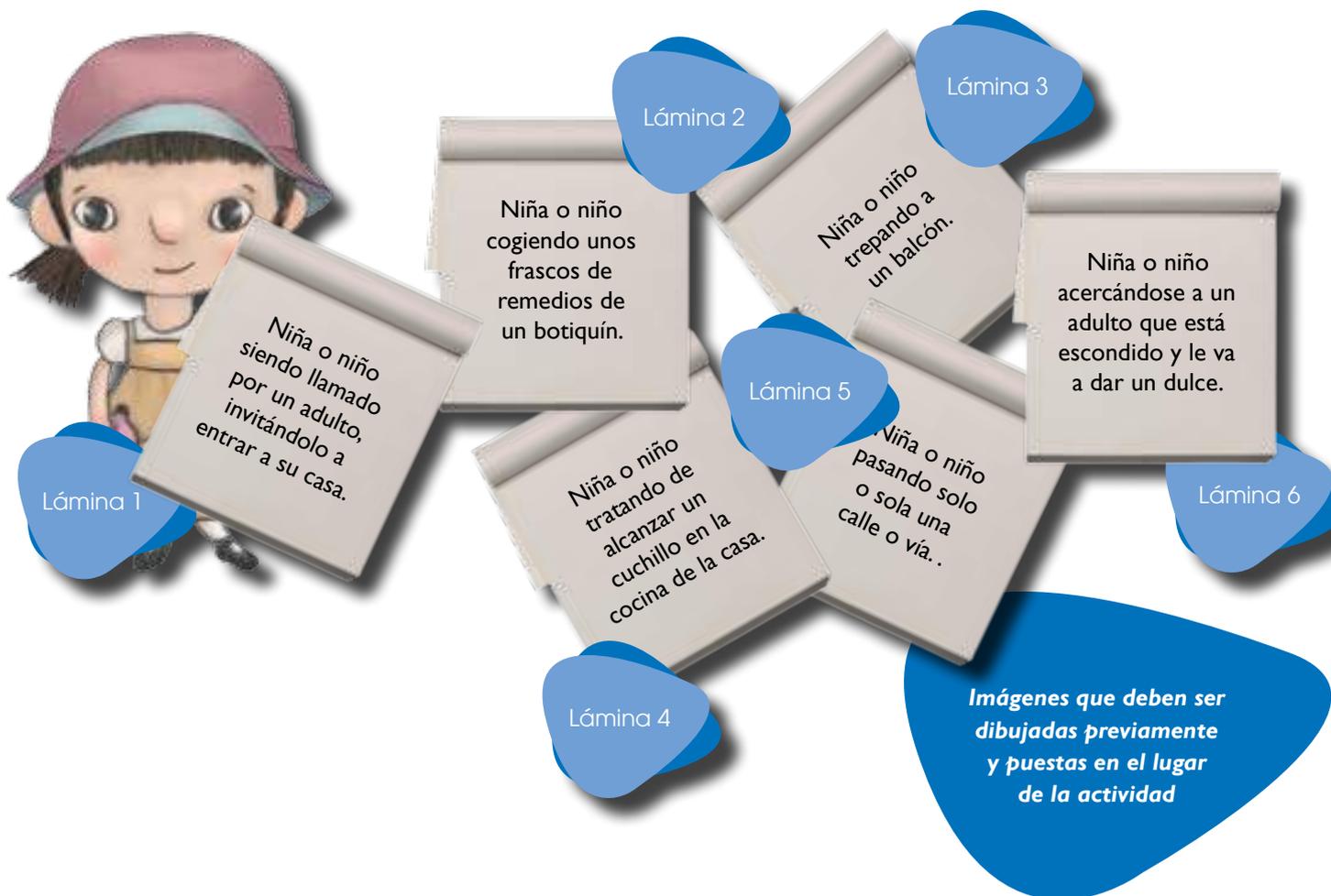


### Tarjeta de participación





Con mucha creatividad, cada explorador y exploradora expresará lo que la imagen busca representar. Y en este momento la persona mediadora con mucha atención los debe escuchar y frente a cada expresión que tengan los niños y niñas sobre esta situación particular, les irá enseñando cómo se debe actuar y claro está, dando sugerencias también estará, que les permita a todos y todas identificar riesgos del entorno para cuidar y proteger su integridad.





En este ejercicio de observación pondremos especial atención con respecto a que nuestro cuerpo un lugar privado es y si alguien sin permiso lo quiere tocar a mamá, papá, abuelos o un familiar de inmediato se lo debo contar.



**Somos exploradores y exploradoras (pensarse - pensarnos):** Un interesante cuento vamos a narrar *¡Es mejor prevenir que tener que lamentar!* dice el refrán. con el cuento escucharemos una historia particular de un muñeco llamado Gasparín que no le hizo caso a su mamá y accidentado al hospital tuvo que recurrir, en donde le enseñaron que eventos, lugares, acciones y elementos peligrosos debe aprender a manejar para convertirse en el médico protector de su integridad y así evitar que sus derechos vayan a vulnerar.

Mientras el cuento leemos, vamos encontrando personajes que al no atender las indicaciones se pusieron en riesgo, excepto pinocho y dos de los cerditos que cuidadosos se mostraron, y finalmente a todos aconsejaron.



**¡Es mejor prevenir que tener  
que lamentar! dice el refrán.**

Gasparín, era un fantasmita tierno y amigable, pero tenían un gran problema, no le gustaba escuchar las indicaciones y recomendaciones de sus maestros y familiares... Aunque siempre le daban instrucciones claras y le enseñaban sobre el cuidado que debía tener, Gasparín se metía con frecuencia en algunos problemas y con ello ponía en riesgo su integridad.

Doña fantasma aunque siempre le enseñaba a cuidarse y ante los peligros lo orientaba, se dio cuenta que Gasparín no sabía prevenir los riesgos que estaban por ahí... por ello sus aventuras te vamos a contar para que esta experiencia apliques en tu cotidianidad y no te pase

como a Gasparín que junto a sus amigos y amigas, a muchos peligros quiso exponer.

Un día, después de asistir a la escuela, Gasparín salió con su amiga Caperucita, su amigo el gato con botas, los tres cerditos y los siete enanitos.

Caperucita le dijo a Gasparín que fueran a visitar a un lobo feroz que le ofrecía en su casa dulces y un rico salchichón. Pero el primer cerdito valiente le dijo, que no fuera desobediente pues no se debe recibir nada de un extraño y menos visitar una casa mal oliente, pues en compañía de extraños no podemos estar ya que un mal recuerdo nos podemos llevar y a nosotros mismos nos debemos cuidar.

Por otro lado, el gato con botas como era tan brincón, le propuso a Gasparín prender fuego a un montón de hojas secas y a un tarro de basura que había en un rincón.

Al ver lo que sucedía allí, el segundo cerdito a Gasparín le dijo, cuando juegas con fuego un gran dolor en tu cuerpo puedes sentir, pues grandes quemaduras vas a conseguir, recuerda, que los niños y niñas con fuego no deben jugar, pues es un elemento que sólo los adultos pueden manipular.

Los siete enanitos le dijeron a Gasparín, a nosotros nos gusta ricos platos preparar, como él los quería imitar con varios productos se puso a experimentar y entre mantequilla, azúcar y harina una torta quiso hornear, pero con una olla caliente que había en un fogón, un fuerte susto Gasparín se llevó, ya que al tercer cerdito que con inquietud lo observaba con agua quemó y por intentar sanarlo unos remedios le dio y más mal herido al hospital lo mandó.

Y mientras tanto...Pinocho que de su hada aprendió que frente a los riesgos debemos saber actuar, con gran propiedad les pidió a todos y todas recordar que hay lugares, acciones y elementos peligrosos para los cuales nos debemos preparar, y así cuidar nuestra integridad, y con esta moraleja esta historia ha de terminar.



**Ubicamos pistas (diálogo de saberes):** Después de narrar el cuento con todos y todas un juego de roles experimentaremos y a ser médicos del hospital “SANA QUE SANA” jugaremos, con lo elementos necesarios que recibiremos: una gomita, una jeringa con un dulce peculiar, y por supuesto no podemos olvidar, el carné que nos certifica como auxiliares de la medicina preventiva y el autocuidado de verdad.

Entre juegos, preguntas y respuestas a los pacientes (muñecos) que encontremos vamos a curar, observamos las señales y a través del diálogo identificamos lo que les pudo pasar y cómo ante el riesgo es necesario actuar, por ejemplo si en un muñeco una herida notamos sobre esto hipótesis planteamos, una piedra pudo ser o un descuido de una mesa al caer, nuestro médicos nos contarán cómo este muñeco ante el riesgo se pudo proteger.



**Encontramos caminos (transformando realidades):** Ahora en nuestro colegio vamos a identificar las situaciones de riesgo físico que se pueden encontrar y de forma organizada una caminata realizar.

Con ayuda de banderines los lugares de peligro se van a marcar, la roja indicará que un gran riesgo este sitio puede presentar y que a los adultos se lo debemos contar para que se pueda solucionar. Con la amarilla sitios de menor riesgo marcaremos y a los adultos les pediremos que una señal allí ubiquemos, por ejemplo: cuando un desnivel encontramos con amarillo el borde pintamos.

Si en el colegio otras situaciones de riesgo se pueden observar, entre todos y todas las haremos notar, y recomendaciones sobre ellas vamos a expresar. Con los niños y niñas más pequeños la persona mediadora intervendrá ayudando con preguntas que las respuestas pueda orientar.



**Descubrimos tesoros (reconstruyendo saberes):** Para finalizar, preparados estamos, pues sobre prevención y autocuidado juntos trabajamos. Así a otros niños y niñas puedo ayudar, con unas indicaciones que los pueden guiar. Ahora con todos lo que aprendimos, un decálogo de cuidado, prevención y atención vamos a construir que nos permitan identificar riesgos y estar seguros en todo lugar. Será muy importante escuchar las recomendaciones de nuestros exploradores y exploradoras, y a la vez hacer una retroalimentación ya que si todos y todas

escuchamos las indicaciones que nos hacen papá, mamá, familiares, maestros y maestras con amor, seremos los abanderados siempre del cuidado y la protección.



¡Ah! no podemos olvidar, en esta oportunidad muy cerca del tesoro voy a estar. Pero antes voy a recordar que ante los riesgos del entorno una actitud de autocuidado debo reflejar. Un símbolo del cuidado en la tarjeta de participación vamos a dibujar para que siempre estemos pendientes y los riesgos logremos identificar siendo los banderines de la prevención una opción que los exploradores y exploradoras pueden seleccionar.





EDUCACIÓN PARA LA CIUDADANÍA Y LA CONVIVENCIA





