



Educación para la Ciudadanía y la Convivencia

Manual de ciudadanía y convivencia desde la construcción colectiva de sentidos y redes

AMBIENTE



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

BOGOTÁ
HUMANANA





Manual de ciudadanía y convivencia desde la
construcción colectiva de sentidos y redes

AMBIENTE



Educación para la Ciudadanía y la Convivencia
Secretaría de Educación del Distrito
CINEP / Programa por la Paz
Bogotá, D.C., Colombia. 2015

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL DISTRITO

Educación para la Ciudadanía y la Convivencia

Alcalde Mayor de Bogotá

Gustavo Francisco Petro Urrego

Secretario de Educación

Óscar Sánchez Jaramillo

Subsecretaria de Integración Interinstitucional

Gloria Mercedes Carrasco Ramírez

Subsecretaria de Calidad y Pertinencia

Nohora Patricia Buriticá Céspedes

Jefe Oficina Asesora de Comunicación y Prensa

Rocío Jazmín Olarte Tapia

Directora de Participación y Relaciones

Interinstitucionales y Gerente de Educación para la Ciudadanía y la Convivencia

Deidamia García Quintero

Director de Inclusión e Integración de Poblaciones

Oscar Sánchez Jiménez

Directora de Educación Preescolar y Básica

Adriana Elizabeth González Sanabria

Director de Ciencias Tecnológicas y Medios Educativos

César Augusto Torres López

Directora de Bienestar Estudiantil

Mabel Milena Sandoval Vargas

MANUAL AMBIENTE

Equipo técnico de Educación para la Ciudadanía y la Convivencia – SED

Coordinadora Planes Integrales de Educación para la Ciudadanía y la Convivencia – PIECC

Sandra Liliana León Girón

Coordinadora Gestión del Conocimiento

Olga Lucía Vargas Riaño

Coordinadora Equipo Territorial Ciudadanía y Convivencia

Andrea Cely Forero

Coordinadora Respuesta Integral de Orientación Escolar – RIO

Juliana Ramírez Niño

Coordinador Iniciativas Ciudadanas de Transformación de Realidades – INCITAR

Edwin Alberto Ussa

Coordinadora Área Temática Ambiente

Gloria Stella Quiroz

Coordinadora Área Temática Cuidado y Autocuidado

Claudia Victoria Téllez

Coordinadora Área Temática Derechos Humanos y Paz

Claudia Marieta Bermúdez

Coordinadora Área Temática Diversidad y Género

Emily Johana Quevedo

Coordinador Área Temática Participación Social y Política

Carlos Eduardo Trejos

Revisión y edición de contenidos – SED

Gloria Diva Guevara

Nelly Niño Rocha

Norma Constanza Camargo



**Centro de Investigación y Educación Popular /
Programa por la Paz (CINEP / PPP)**

**Red de Facilitadores y Facilitadoras en Educación
para la Ciudadanía y la Convivencia**

Director General

Luis Guillermo Guerrero Guevara

Gerente Administrativa y Financiera

María Salas Romero

Gerente de Proyectos

Johanna Hernández Moreno

Coordinador Equipo Ciudadanía y Paz

Fernando Sarmiento Santander

Equipo de Comunicación

Jennifer Andrea Corredor Sánchez

Margareth Figueroa Garzón

Mónica Osorio Aguiar

Coordinadora Red de Facilitadores y Facilitadoras

Luz Elena Patarroyo López

Autor Manual Ambiente

Héctor David Morinelly Sánchez

Asesor en Diversidad y Género

Julio Mario Palacios Urueta

Asesora en Cuidado y Autocuidado

Diana Marcela Rodríguez Clavijo

Asesor en Derechos Humanos y Paz

Petrít Alberto Baquero Zamarra

Asesor en Participación Social y Política

Jesús Alejandro García Aguilera

Asistente Red de Facilitadores y Facilitadoras

Diana Victoria Márquez Pinzón

Reseñas Ciudadanía en Movimiento

René Sop Xivir S. J.

Asesor artístico y de acompañamiento juvenil

Jaime Enrique Barragán Antonio

Revisión y edición de contenidos – CINEP / PPP

Sergio Andrés Coronado Delgado

Línea editorial y diseño

Paola Catalina Velásquez Carvajal

Corrección de estilo

Enrique Rodríguez Araújo

Ilustraciones

Martha Lucía Castro Ramos

Alejandra Céspedes Cárdenas

**Red de Facilitadores y Facilitadoras en Ciudadanía
y Convivencia – Área temática Ambiente**

Alejandro Torres Cárdenas, Ainus Humedales, Kennedy

Álvaro Ortega Navas, Corporación Illkomayo, Kennedy

Camilo Castillo, Corporación Tierravida, Usaquén

*Santiago Rodríguez, Colegio Francisco Javier Matiz, San
Cristóbal*

Estudiantes

Alexis Cifuentes Castrillón, Colegio San Bernardino, Bosa

Angie Katherine González Briceño, Colegio Alfredo Iriarte,

Rafael Uribe Uribe

Brigitte Nathalia Yate, Colegio Miguel de Cervantes Saavedra,

Usme

Derly Rocío Ortiz Cortes, Colegio Alfredo Iriarte, Rafael

Uribe Uribe

Diego Alejandro Franco Collazos, Colegio Alfredo Iriarte,

Rafael Uribe Uribe

Edwin Javier Lozano Roncancio, Colegio Alfredo Iriarte,

Rafael Uribe Uribe

Heidy Daniela Torres Ríos, *Colegio Miguel de Cervantes Saavedra, Usme*
 Hugo Andrés Godoy, *Colegio Rafael Delgado Salguero, Rafael Uribe Uribe*
 Jonathan Flórez, *Colegio Rafael Delgado Salguero, Rafael Uribe Uribe*
 Jordan Bernal Forero, *Colegio Alfredo Iriarte, Rafael Uribe Uribe*
 Kevin Esteban Cortés, *Colegio Alfredo Iriarte, Rafael Uribe Uribe*
 Laura Vanessa Beltrán, *Colegio Miguel de Cervantes Saavedra, Usme*
 Luis Sánchez, *Colegio Ricaurte, Los Mártires*
 Naren Camilo Barón, *Colegio Ricaurte, Los Mártires*
 Yerson Efrén Barajas Sichara, *Colegio Rural Quiba Alta, Ciudad Bolívar*
 Yessica Paola Mejía Ríos, *Colegio Alfredo Iriarte, Rafael Uribe Uribe*

Gestoras y gestores

Alba Nubia Muñoz, *Engativá*
 Constanza Camargo
 Diana Trujillo, *Barrios Unidos*
 Diego A. Bulla, *Ciudad Bolívar*
 Evelin Langebeck, *Ciudad Bolívar*
 Lina Vásquez, *Sumapaz*
 María Andrea Orozco, *Bosa*
 María Fernanda Cristancho, *Engativá*
 Nelly Niño Rocha, *SED*
 Olga Lucía Espejo, *Suba*
 Yurani Palacios Mosquera, *Santa Fe y Candelaria*

Docentes

Angélica Calvachi, *Colegio Rafael Delgado Salguero, Rafael Uribe Uribe*
 Camilo Ernesto Cortez González, *Colegio Rafael Delgado Salguero, Rafael Uribe Uribe*

Elizabeth Rodríguez, *Colegio Colombia Viva, Rafael Uribe Uribe*
 Giovanni Silva, *Colegio Chuniza, Usme*
 Liliana Gaitán Martínez, *Colegio Arborizadora Baja, Ciudad Bolívar*
 Mireya Ibáñez Boyacá, *Colegio Villa Elisa, Suba*
 Nixon Bolney Barraza Valero, *Colegio Rafael Delgado Salguero, Rafael Uribe Uribe*
 Wilson Canelo Peña, *Colegio Débora Arango Pérez, Bosa*

Fotografías

Carlos Crespo
 Erika Martínez Guevara
 Grupo ecológico juvenil Asinus
 Nasy Reyes Bermudéz
 Pillkomayo Xue

Impresión

Editorial Gente Nueva

Archivo digital Secretaría de Educación del Distrito y
 Archivo digital CINEP / PPP.

Esta publicación hace parte del Convenio 2543 de 2014, cuyo objeto es “Aunar esfuerzos para desarrollar la segunda fase de la Caja de Herramientas Pedagógicas de Educación para la Ciudadanía y la Convivencia”, suscrito entre la Secretaría de Educación del Distrito, el CINEP / Programa por la Paz, y Fe y Alegría.

ISBN Volumen: 978-958-8917-02-3 (Impreso)

ISBN Volumen: 978-958-8917-03-0 (Web)

ISBN Obra Completa: 978-958-8731-73-5 (Digital)

ISBN Obra Completa: 978-958-8731-66-7 (Impreso)

© Secretaría de Educación del Distrito

© CINEP / Programa por la Paz

Bogotá, D.C., marzo 2015





Ejercicio 1 - sonido Mi territorio, un solo sonido

Este ejercicio pretende ayudarme a reconocer mi cuerpo como un primer territorio creador de vibraciones sonoras que tienen un efecto sobre las otras personas.

* Para este ejercicio mi cuerpo será el instrumento. Inicialmente tengo que ser consciente de los sonidos que mi cuerpo genera de manera individual. Para esto tendré que sentarme de una manera cómoda, en posición de meditación (espalda relajada, no totalmente recta, ojos cerrados o medio abiertos y manos extendidas sobre los muslos). La idea es escuchar atentamente mi respiración, el latido de mi corazón, los movimientos de mi estómago e intestinos y cualquier otro sonido que se genere en mi cuerpo. Ver cómo estos sonidos tienen un ritmo marcado por el palpar de mi corazón.

* Una vez consciente de estos sonidos, voy a crear, con mis palmas, un ritmo que esté marcado por los sonidos identificados previamente. En este paso es importante darme cuenta de que el pulso de mi corazón puede cambiar según mis emociones, y de

Ejercicios primera piel: La epidermis - el cuerpo

acuerdo con el nivel de exigencia física de la actividad que esté realizando, por lo que el ritmo que cree puede cambiar en el tiempo.

* El siguiente paso es formar parejas y mostrar el ritmo a mi compañera o compañero. ¿Existe alguna diferencia entre los dos ritmos? ¿qué factores afectan el ritmo de mi canción? ¿qué me está diciendo este ritmo de mi cuerpo?

Coordinándonos

Este ejercicio pretende generar una melodía coordinada entre los integrantes del grupo.

* Inicialmente una persona del grupo les enseñará a los demás participantes un ritmo que creará con diferentes partes del cuerpo. Este ritmo puede ser sencillo, como dos aplausos, un golpe en los muslos y tres pisadas duras contra el piso.

* Luego, todas y todos en el grupo tendrán que hacer este mismo ritmo al mismo tiempo.

* Posteriormente una segunda persona agregará un nuevo ritmo creado con las partes del cuerpo. Estos pasos se repiten hasta poder coordinar tres o más ritmos propuestos por diferentes integrantes.

* ¿Fue posible coordinar los tres ritmos? ¿sí, no, por qué? ¿cómo me siento?

Ejercicio 2 - Imagen Actuando con mi cuerpo

- * En este ejercicio los y las integrantes del grupo (4 a 5 personas) tendrán que producir un video que nos ayude a reconocer y repensar los alimentos que consumimos diariamente. Necesitarán elementos de grabación de video (celulares y/o cámaras) y empaques o fotos de los alimentos que ingieren en un día normal.
- * El siguiente paso es crear un “plot” del video donde un personaje central le preguntará al público: ¿saben lo que están comiendo? Y ¿por qué consumo más de un tipo de alimentos que de otro?
- * Con la ayuda de los empaques y fotos, el actor o la actriz principal clasificará los alimentos en dos grupos: Procesados y no procesados. Seguidamente, el actor o la actriz le preguntará al público: ¿creen que el consumo de uno de los grupos específicos de alimentos está relacionado con la publicidad y el estado de ánimo en el que se encuentran al momento de alimentarse?
- * Una vez finalizado este video se proyectará en el espacio de trabajo y se formularán las preguntas ya mencionadas.
- * Se terminará el ejercicio con una socialización de las respuestas a las preguntas formuladas.
- * El video se puede acompañar con la música de Latin Lata.

¿Soy Lo que consumo?

Este ejercicio se puede aplicar a las tres pieles asociadas con este eje (la epidermis/cuerpo, la ropa/el vestido y la casa/habitación). Este ejercicio busca visualizar el impacto que nuestras decisiones individuales tienen en diferentes niveles.

- * Para esta primera versión del ejercicio los y las participantes necesitarán traer de sus casas imágenes que muestren los alimentos que consumen en un día normal (estos pueden ser empaques de la comida procesada que consumen).
- * Con la ayuda de los empaques y de algún buscador en línea calcularán la ingesta energética personal en un día. Este número deberá estar en kilocalorías diarias.
- * Se buscará cuál debe ser el consumo normal de calorías diarias para una niña, un joven y una persona adulta. ¿Cómo se compara mi consumo de calorías con el consumo recomendado para alguien de mi edad?
- * Con la ayuda de los paquetes se creará un collage que visualice mi consumo de calorías vs el consumo recomendado para alguien de mi edad.



Ejercicio 3 - Palabra llamado colectivo

- * Las y los integrantes del grupo encontrarán en una caja diferentes palabras relacionadas con este eje y con el ambiente. Las palabras pueden ser generales; no tienen que ser específicas. Tendrán que ser verbos, adjetivos, nombres, etc.
- * Cada integrante del grupo escogerá una palabra de la caja y se la pegará a la parte del cuerpo en la cual crea que queda mejor.
- * Se conformarán cuatro grupos. Cada grupo tendrá que crear con sus palabras una frase ambiental que le quiera transmitir al grupo en general.
- * Esta frase puede ser complementada con la parte del cuerpo que el integrante escogió.
- * Al final, las cuatro frases serán presentadas en plenaria, y entre todas y todos trataremos de construir un corto mensaje ambiental compuesto por las cuatro frases ya creadas.

Mi cuerpo hablando

¿Qué diría mi cuerpo si pudiera hablar? En este ejercicio se pretende crear un pequeño video o representación (5 minutos) que exprese de una forma verbal lo que mi cuerpo diría si pudiera hablar con palabras.

- * Se crearán cinco grupos de mínimo cuatro personas. A cada grupo se le asignará una parte del cuerpo y una situación común de un o una habitante de Bogotá.

- * ¿Cómo se siente esta parte de mi cuerpo en esta situación? ¿Cómo experimenta esta parte corporal el ambiente en el cual se encuentra y sus cambios? ¿Cómo se siente con la ropa que tiene puesta?
- * Después de pensarse estas preguntas los y las integrantes del grupo tendrán que crear un guión de la representación o video.
- * Podrán usar para este video cualquier material que se pueda reutilizar.
- * Para finalizar, las representaciones serán presentadas en plenaria, y se discutirá qué podemos hacer para que nuestro cuerpo se sienta mejor en estas situaciones.



Ejercicio 4 - Cuerpo Rascando nuestras raíces

- * Se le pedirá a los y las integrantes del grupo que caminen lentamente por el lugar de trabajo sosteniendo la mirada aleatoriamente con los demás integrantes del ejercicio.
- * Posteriormente se formarán parejas que sostendrán una conversación. La idea es que cada integrante de la pareja “rasque” la o las partes de su cuerpo que representan mejor sus ancestros y raíces.
- * También, de forma individual, cada integrante se “rascará” la o las cicatrices que tenga.
- * Como parte del diálogo se formularán las siguientes preguntas: *¿qué efecto tiene en mi cuerpo el hecho de “rascarme”? ¿qué parte de su cuerpo consideran representa mejor sus raíces y ancestro? ¿por qué? ¿cómo sus cicatrices representan historias del pasado?*
- * Para finalizar, se realizará una socialización con las respuestas encontradas.

¿Cómo se siente?

Este ejercicio pretende despertar la sensibilidad de la piel de los participantes.

- * Para este ejercicio nuevamente necesitaremos residuos sólidos que ya no estemos usando en nuestros hogares.
- * Se conformarán parejas que trabajarán juntas. Una de las personas tendrá sus ojos vendados y sus pantorrillas y brazos descubiertos.

* Con una gran delicadeza la persona que no está vendada rostará la piel de su compañera con cada uno de los materiales que se trajeron de la casa.

* ¿Cómo se siente? ¿cómo describirías la sensación? ¿existe alguna diferencia entre lo que sientes en la pantorrilla y tus brazos? ¿por qué? ¿qué tipo de material es este? **¿orgánico**, inorgánico, plástico, cartón, etc.?



