





habilidades para vivir  
(Procesos Formativos para Crecer como Persona)



Despertar de la Consciencia Sensorial  
Una Propuesta Curricular desde Fe y Alegría

## HABILIDADES PARA VIVIR

**Procesos formativos para crecer como persona  
Una propuesta curricular desde Fe y Alegría Bogotá.**

### **Fe y Alegría de Colombia**

P. Manuel Uribe Ramón, s.j.  
Director Nacional.

Victor Murillo Urraca.  
Director Regional Bogotá — Tolima.

### **Este trabajo fue producido por**

Hernando Gálvez Arango, s.j., Coordinador del proyecto Habilidades para Vivir Bogotá.

Claudia Marcela Cruz. Docente de Habilidades para Vivir.  
Marcela del Pilar Morán. Docente de Habilidades para Vivir.

### **Con la colaboración del equipo de docentes de Habilidades para Vivir de Bogotá**

Armando Castiblanco.  
Tania Cruz López.  
Nancy García.  
Paula Maritza Guzmán.  
Rocio Goyeneche.  
Paola Ximena Pedraza.  
Carolina Quimbay.  
Karín Quiñónez.  
Sandra Lorena Restrepo.  
Martha Janeth Ruíz.  
Claudia Mercedes Villarraga.

### **Diseño y Diagramación**

Marcela Figueroa.  
Luisa Fernanda Vélez.  
María Fernanda Vinuesa.

### **Ilustración**

María Fernanda Vinuesa.

### **Impresión**

Diseño, diagramación e impresión:  
Editorial Kimpres S.A.S.  
PBX: 413 68 84  
Bogotá

Fe y Alegría Bogotá.  
Diagonal 34 No 4 - 94  
Teléfono: 3 23 77 75  
Fax: 2 45 84 16  
Página web: [www.feyalegria.org](http://www.feyalegria.org)  
e-mail: [fyacolrgbog@col.net.co](mailto:fyacolrgbog@col.net.co)

Primera edición 500 ejemplares  
ISBN 958-97601-3-9

### **Fecha de publicación**

Primera Edición: Abril 2005  
Segunda Edición: Octubre 2015

Prohibida su reproducción total o parcial, por cualquier medio, sin autorización escrita del representante legal de Fe y Alegría Colombia. Todos los derechos reservados.



Esta impresión se ha efectuado con recursos de World Vision por los niños.







## 4.2 Entre Gustos y Aromas



**Eje:** Familia.

**Logro:** Agudiza los sentidos del gusto y el olfato, a partir de estímulos externos.

**Recursos:** Vendas, 20 frascos con tapa, muestras de: frutiño, cebolla picada, creolina, vinagre, acetona, límpido, bóxer, hierbabuena, valeriana, cigarrillo, café, naranja, condimentos, perfume de adulto, betún, canela, aguardiente, perfume bebé, chocolate o chocolatina y pétalos de rosa, vasos plásticos, cucharitas, sal azúcar, jugos preparados (Naranja/ Zanahoria/ Tomate de árbol/ ó Limón/ Pizca de sal/ Panela); 8 fotocopias del **Anexo 4.2**, música suave (opcional) y cuaderno de Habilidades para Vivir.

## Motivación

### Experiencia gustativa

Forme grupos de 8 estudiantes y ubíquelos en diferentes puntos del salón.

Previamente, prepare un jugo de tres sabores: Ejemplos Naranja/ Zanahoria/ Tomate de árbol/ ó Limón/ Pizca de sal/ Panela.

Entregue un vaso a cada grupo y haga que lo degusten, aclarando que debe ser en pequeñas dosis, para optimizar la identificación de sus componentes. Posteriormente, disponga para cada grupo tres vasos con una solución de agua y sal, o agua y azúcar, cada uno con diferentes cantidades, de la siguiente manera:

**Vaso A:** Una cucharadita de sal o azúcar.

**Vaso B:** Cuatro cucharaditas de sal o azúcar.

**Vaso C:** Ocho cucharaditas de sal o azúcar.

Entréguelos desordenadamente, y haga que los organicen, según la cantidad de sal o azúcar que contengan. Haga que socialicen al grupo en general, los dos momentos de la experiencia.





## Actividad central

### Experiencia olfativa

Con anterioridad, consiga 20 frascos pequeños con tapa, preferiblemente, que no sean transparentes; márkelos con los números del uno al 20, y deposite en ellos las siguientes muestras: Frutiño (refresco en polvo), cebolla picada, creolina, vinagre, acetona, límpido, bóxer, hierbabuena, valeriana, cigarrillo, café, naranja, condimentos, perfume de adulto, betún, canela, aguardiente, perfume bebé, chocolate o chocolatina y pétalos de rosa.

Informe que recibirán 5 grupos de estímulos, que deberán oler, con los ojos vendados, e identificar a qué elemento co-rresponden y si resulta agradable o desagradable para ellos.

El coordinador pasará los estímulos a sus compañeros, dando un tiempo prudencial para ser captado, escribirá el nombre de cada integrante del grupo, y debajo del número que corresponde al estímulo, marcará con una (D), si fue desagradable, y una (A), si el estímulo resultó agradable, según la opinión que le dé cada uno de ellos.

Al terminar de percibir el primer grupo de estímulos, indique a los estudiantes que deben destaparse los ojos, y escribir en el cuaderno, a que elemento corresponden, los olores identificados. Repita el mismo proceso del ejercicio con los otros cuatro grupos de estímulos.

### Plenaria

Socialice libremente con el grupo en general las siguientes preguntas:

¿Qué dificultades tuvieron al realizar las experiencias del taller de hoy?

¿Qué tuvieron en cuenta, para identificar los estímulos? Según los registros de los coordinadores, ¿cuáles fueron los estímulos más agradables y cuáles los más desagradables para cada grupo?

Desde lo trabajado hoy, ¿qué puede concluir con respecto al sentido del gusto y del olfato?



### Para tener en cuenta

1. Si no encuentra algunos de los sabores y olores propuestos en la guía, ubique unos que sean estimulantes en éstos sentidos.
2. Llévelos a sensibilizar sus sentidos del gusto y el olfato, para captar la mayor cantidad de estímulos que le proporciona el ambiente (colegio, hogar, calle, etc.)
3. Si lo desea, ambiente la estimulación, con música suave y preferiblemente, sin letra.
4. Acompañe de cerca a los coordinadores de cada grupo, para que le permitan al compañero el mayor contacto posible con el estímulo.
5. Tenga en cuenta que este taller tiene muchos recursos para su realización, prepare los elementos con anticipación.

### Experiencia pedagógica

1. Describa cinco experiencias gustativas agradables.
2. ¿Qué características podría tener el olor que le gustaría que tuviera su hogar?
3. Resuelva en el cuaderno el siguiente cuadro de relaciones, recuerde la situación y asigne uno o varios sabores u olores, según lo que represente para usted.

### Situaciones

1. El recreo.
2. La misa dominical.
3. La evaluación de matemáticas.
4. Robo en el salón.
5. Regaño de los padres.
6. Caricia de los padres.
7. Pelea entre amigos.
8. Entrega de boletines.
9. Hablar en público.
10. Recibir un regalo.

### Sabores y olores

- a) Una manzana.
- b) Incienso.
- c) Un limón.
- d) Una cebolla.
- e) Un vaso con agua
- f) Alcohol
- g) Fruta podrida
- h) Arequipe
- i) Sal
- j) Un perfume

Estímulos	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
Nombres																					

