



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
e-mail: 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.

5^o





5.2 Otras Formas de Percibir a mi Familia

SENSOPERCEPCIÓN GUSTATIVA Y OLFATIVA

El gusto y el olfato, son dos sentidos que compartimos con los animales mamíferos superiores, muchas de las sustancias que los alimentan a ello, nos alimentan a nosotros también, aunque existen enormes diferencias en cuanto al modo de preparación y presentación, en donde el hombre derrocha su creatividad, sobretodo aquellas personas sobresalientes de percepción gustativa y olfativa, como gourmets y catadores.

Los seres humanos también nos proyectamos en nuestros hábitos alimenticios: ¿Qué comemos y cuando lo comemos, o bebemos?; también con la cantidad, el ritmo y la masticación.

En cuanto al olfato, nos es también común con los animales, pues representa un instrumento vital, que nos orienta, nos atrae o repele y advierte algunos peligros. Para el hombre el olfato viene a ser un sentido predominantemente estético y de placer: al ejercitarlo, nos guiamos más por la mente y por nuestros razonamientos que por el mero instinto; lo psicológico y lo social, prevalece sobre lo fisiológico.



Gusto

En íntima relación con el sentido del olfato ésta el del gusto. Algunas cualidades que se suponía que eran propias del gusto pertenecen, en realidad, al olfato. Los sabores primarios son el amargo, el dulce, el ácido y el salado. El gusto está también relacionado con las sensaciones dolorosas y táctiles; por ejemplo: un sabor cáustico puede hacerse doloroso y un sabor suave da una sensación táctil. Así, el sentido del gusto es un fenómeno muy complejo, basado también en interacción de varios estímulos cuyos efectos no son el resultado de una suma sino de la integración de una unidad.

Olfato

Comparado con la visión y el oído, el sentido del olfato ocupa un lugar secundario en la mayor parte de los seres humanos. Los llamados receptores olfatorios están situados tan profundamente en la nariz que se hace difícil realizar experimentos con ellos. H. Henning (1924) limitó los olores a seis factores básicos, a saber: a especias, fragante, etéreo, resinoso, pútrido y chamuscado. Como los demás órganos de los sentidos, el del olfato tiene la facultad de analizar y sintetizar, extendiendo también una adaptación olfatoria.¹¹

¹¹ SERRANO, Op. cit, p 73-77.





Eje: Familia.

Logro: Emplea sus sentidos, para percibir a los integrantes de su familia.

Recursos: 5 recipientes plásticos para salsas, con diferentes sabores (Dulce, salado, ácido, picante e insípido y otros que considere estimulantes al sentido del gusto), cuaderno de Habilidades para Vivir.

Motivación

Previamente deposite en los recipientes plásticos, los sabores dulces salados, ácidos, picantes e insípidos. Haga que los estudiantes prueben un poco de cada uno de los sabores, aclarando que deben experimentar, atentamente cada estímulo.

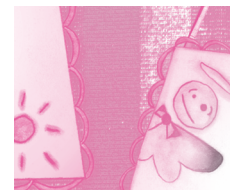
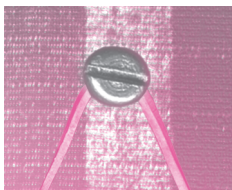
Terminada la degustación, solicite que, individualmente, intenten relacionar algún sabor con los miembros de su familia y lo especifiquen en su cuaderno de Habilidades para Vivir, en el siguiente cuadro.

Sabor	Miembro de Familia	¿Por qué?

Actividad central

Dirija a los estudiantes para que realicen un recorrido por el colegio, buscando cosas con olores especiales, agradables y desagradables, por un tiempo aproximado de 15 minutos, y lleven al salón, algunos que le sean posibles. Vuelva al salón de clase e indique que deben volver a centrar la atención en el aroma de cada uno de los objetos





escogidos, y evocar miembros de su familia que puedan relacionarse con ese olor en especial, tomando atenta nota en el cuaderno, por medio del siguiente cuadro:

Olor	Miembro de Familia	¿Por qué?

• Plenaria

Lleve a los estudiantes a analizar las relaciones que sacaron en los dos cuadros e intenten hacer una descripción de los miembros de su familia, apoyados en los olores, sabores y el por qué de esa relación.

Haga una reflexión en torno a la importancia de emplear los sentidos del gusto y el olfato, para reconocer detalladamente los objetos. Apóyese en la **Orientación Teórica 5.2** sobre “**Sensopercepción gustativa y olfativa**”.

Para tener en cuenta

1. Posibilite que los estudiantes experimenten, al máximo, el contacto con los estímulos gustativos y olfativos.
2. Apoye de cerca, la búsqueda de relaciones entre los aromas y sabores con los miembros de su familia y piense, previamente, en ejemplos para orientarlo.
3. Durante la plenaria, permita que los estudiantes den ejemplos sobre olores y sabores, y su relación con las personas.

Experiencia pedagógica

Revise las relaciones entre sabores y olores, directamente con los miembros de su familia.

Deténgase a percibir, los olores característicos de su hogar y busque objetos que se hayan impregnado con ellos. Registre las experiencias, de los dos ejercicios, en el cuaderno de Habilidades para Vivir.



5°

