

Promoción de
**Estilos de Vida
Saludables**

Módulo Del V Ciclo





Ministerio de Educación
Viceministerio de Gestión Pedagógica

JAVIER SOTA NADAL
Ministro de Educación

IDEL VEXLER TALLEDO
Viceministro de Gestión Pedagógica

HELENN CHÁVEZ DEPAZ
Viceministra de Gestión Institucional

PEDRO PATRÓN BEDOYA
Secretario General



NACIONES UNIDAS
Oficina contra la Droga y el Delito

ALDO LALE-DEMOZ
Representante de ONUDD en el Perú

ISABEL PALACIOS
Oficial Nacional de Programa - ONUDD

Personal Directivo y Técnico

Francisco Javier Marccone Flores
Jefe de la Oficina de Tutoría y Prevención Integral
Director del Proyecto AD/PER/04/H01

Darsy Calderón Rojas
Jefa de la Unidad de Prevención Integral

María Teresa Ramos Flores
Jefa de la Unidad de Tutoría

Pedro Alberto Rivera Torres
Coordinador del Proyecto AD/PER/04/H01

Felipe Arturo Jaramillo Delgado
María del Pilar Mejía Fritsch
Consultores

Sonia Sotelo Quispe
Asistente Administrativa

Elaboración:
Carmen Mercedes Ravello Bravo

Colaboración:

David Távara Ma-San
Wilma Zapana Begazo
Mauricio Calderón Carranza
Gilbert Oyarce Villanueva
Consuelo Carrasco Gutiérrez
Marco Mallqui Luzquiños



DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN
PIXELSTUDIO S.A.C.

DERECHOS RESERVADOS
Ministerio de Educación

Primera Edición
Lima - Perú. 2005

PRESENTACIÓN

El Ministerio de Educación a través de la Oficina de Tutoría y Prevención Integral (OTUPI) con la cooperación y asistencia técnica de la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (ONUDD) viene ejecutando el proyecto: "Formación Integral para la Promoción de Estilos de Vida Saludables en el Sistema Educativo Peruano" AD/PER/04/H01 GVT con la finalidad de contribuir a la formación integral de las y los estudiantes de Educación Primaria, Educación Secundaria y Formación Magisterial.

Las acciones previstas en el proyecto, forman parte de las estrategias que dentro de la perspectiva de la Tutoría y Orientación Educativa, ejecuta la OTUPI, con el propósito de contribuir al desarrollo y fortalecimiento de factores de protección que permitan a las y los estudiantes una respuesta eficaz frente a los problemas psicosociales especialmente relacionados con la sexualidad, el consumo indebido de drogas y diversas manifestaciones de violencia.

Los Módulos de Trabajo para estudiantes de Instituciones Educativas de Primaria han sido formulados para ser usados como material de apoyo en las acciones educativas que el(la) profesor(a) organice y ejecute, sea a través de las áreas curriculares o de las sesiones de Tutoría. Como material auxiliar no tiene validez sino en la medida que sea utilizado dentro de una secuencia de actividades cuidadosamente programadas. En todo caso es el criterio profesional del profesor que determinará la oportunidad de su uso, tomando en consideración las necesidades e intereses de los estudiantes, lo mismo que las características del contexto.

La Oficina de Tutoría y Prevención Integral y la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito consideran que los objetivos de la producción del material educativo se habrán logrado en la medida que los módulos de trabajo formen parte del conjunto de materiales que el(la) profesor(a) utiliza en la ejecución de experiencias de aprendizaje para la promoción de estilos de vida saludables. Las opiniones, observaciones y sugerencias que nos alcancen por profesores como producto de su aplicación, serán valiosos aportes para el perfeccionamiento de los módulos en ediciones posteriores.

INTRODUCCIÓN

El “Módulo de Fichas para la Promoción de Estilos de Vida Saludable”, es un material para el uso de los y las estudiantes del nivel primario y constituye un apoyo importante para la tarea educativa.

A través de las actividades que las fichas proponen, se invita a los niños y las niñas a identificar sus vivencias, a expresar sus percepciones sobre las situaciones cotidianas que viven en su familia, su escuela y su barrio y a reflexionar sobre ello de manera individual y grupal con sus compañeros y con sus profesores (as).

Las experiencias que los niños y las niñas irán desarrollando con ayuda de las fichas los hará sentirse motivados imaginar nuevas y mejores formas de pensar, de sentir y de actuar en situaciones relacionadas con el desarrollo de su sexualidad, la prevención del uso de drogas y la convivencia pacífica y democrática dentro y fuera de su institución educativa.

Esperamos que los profesores puedan aprovechar al máximo las posibilidades que el material ofrece y se convierta en un aporte para promover en los estudiantes aprendizajes que favorezcan su desarrollo humano integral.

OBJETIVO DEL MÓDULO DE FICHAS

Que niños y niñas desarrollen capacidades y actitudes que favorezcan su desarrollo integral y la práctica de estilos de vida saludables, permitiendo la vivencia sana y positiva de su sexualidad, la prevención del uso indebido de drogas y la convivencia pacífica y democrática.

ESTRUCTURA GENERAL DEL MÓDULO:

El módulo del IV ciclo correspondiente a 3er y 4to grados del nivel primario contiene:

- Presentación
- Objetivo del material
- Estructura general del módulo
- Orientaciones metodológicas para el/ la profesor/ra
- Un cuadro descriptivo de cada fascículo y de cada una de las fichas que lo conforman, y su relación con las áreas curriculares.
- Fichas para los estudiantes organizados por fascículos
- Hoja para el /la profesor/ra por cada ficha

Cada módulo contiene cuatro fascículos:

- Fascículo 1: Afirmando mi autoestima
- Fascículo 2: Manejando mis emociones y afirmando mi afectividad
- Fascículo 3: Aprendiendo a vivir juntos
- Fascículo 4: Cuidándome de riesgos

Cada ficha presenta a su vez una secuencia metodológica que permite que se constituya en una unidad en sí misma. Por lo general esta secuencia considera:

- Motivación, recojo de experiencias previas o problematización.
- Ampliación y precisión de información.
- Reflexión crítico-afectiva para la toma de decisión.
- Motivación hacia mejores prácticas y/o compromisos

Junto a cada ficha se encontrará una Hoja del profesor que comprende:

- Las ideas centrales que el /la profesor /ra debe tener presente para orientar y reforzar los mensajes.
- Recomendaciones importantes con relación a las actitudes que es necesario que el profesor o profesora tenga presente en el trabajo con sus estudiantes y Criterios que debe considerar para el tratamiento de estas temáticas.
- Relación de las fichas con las áreas curriculares.

RELACIÓN DE LOS FASCÍCULOS Y LOS TRES EJES TEMÁTICOS DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLES.

Los tres primeros fascículos que conforman el módulo (Afirmando mi autoestima, Manejando mis emociones y afirmando mi afectividad y Aprendiendo a vivir juntos) están orientados a desarrollar en niños y niñas capacidades y actitudes que favorezcan factores protectores frente situaciones de riesgo psicosocial relacionados con el uso indebido de drogas, la vivencia de la sexualidad y el uso de la violencia como forma de relación con los demás.

La construcción de una autoestima positiva que asegure un sentimiento de seguridad y valoración personal en los estudiantes, la capacidad de identificar, disfrutar y manejar sus propias emociones, el refuerzo de la capacidad de comunicar con claridad y asertividad sus necesidades y deseos, así como el desarrollo de una actitud empática que les permita reconocer, entender e interesarse por las necesidades de los demás, los pone en mejores condiciones para establecer relaciones sanas y satisfactorias consigo mismo y con los demás.

El desarrollo de estas capacidades, de estas actitudes y de los valores implícitos en todo ello, debe favorecer en los niños y las niñas la posibilidad de contar con mayores recursos para enfrentar situaciones de riesgo y optar por decisiones que favorezcan su salud, su calidad de vida y su desarrollo como personas.

EL MÓDULO DE FICHAS Y SU APOORTE AL DESARROLLO DE LOS CONTENIDOS CURRICULARES.

Los contenidos que se trabajan en las fichas están orientados al desarrollo de las capacidades y competencias planteadas en diversas áreas de la estructura curricular, de manera que contribuye al logro de los propósitos educativos del nivel.

Al inicio del módulo los (las) profesores (as) encontrarán un cuadro descriptivo que presenta la relación entre las áreas curriculares, fascículo y fichas, de manera que el profesor pueda planificar con facilidad sus unidades de aprendizaje considerando el módulo.

Por su contenido formativo y su clara orientación hacia el desarrollo integral de los y las estudiantes, las fichas pueden ser trabajadas también desde la perspectiva de la tutoría.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS:

El uso de las fichas puede constituir una importante ayuda para el trabajo que debe realizar el (la) profesor (a); permitirán abordar diversas temáticas, muchas de las cuales resultan difíciles de tratar y por ello suelen desarrollarse de una manera más bien teórica. Este material tal como está estructurado le permitirá realizar un acercamiento integral a las vivencias de niños y niñas.

Criterios a tener en cuenta:

El uso adecuado del material requiere de parte del profesor que:

- Asuma un rol motivador de los procesos individuales y grupales que sus estudiantes desarrollarán.
- Se esfuerce por ser abierto/a, respetuoso/a y tolerante frente a las diversas vivencias de los estudiantes, así como saber valorar los esfuerzos personales y grupales. Es importante recordar que en muchos de los aspectos a trabajar en las fichas no se tienen verdades absolutas y de lo que se trata es de desarrollar en los niños y las niñas su capacidad reflexiva, de autoevaluación y de toma de decisiones frente a situaciones problemáticas y de conflicto.
- Desarrolle un rol mediador y orientador, mostrándose dispuesto a aclarar dudas y confusiones, así como complementar información necesaria.
- Busque tener siempre una mirada positiva y optimista frente a las dificultades y debilidades de sus estudiantes, inspirando fe y confianza en las posibilidades de cambio y mejora.
- Valore y favorezca las mejores condiciones tanto para el trabajo a nivel individual como grupal.
- Tenga un conocimiento integral del contenido y alcances de los fascículos y de las fichas a través de una revisión previa de éstas, así como de La Hoja del Profesor y de La Guía de Estilos de vida saludables. Ello le permitirá:
 - Tener claridad sobre la forma en que podrá incorporarlo al trabajo de las áreas curriculares.
 - Identificar el momento adecuado para el uso de las fichas, ya que podrían ser parte de una estrategia mayor que considere otras actividades previas o posteriores sobre el mismo punto.
 - Tener claridad respecto de los mensajes a reforzar.

Para la aplicación de las fichas:

Para la aplicación de las fichas sugerimos que el/la profesor / ra considere la siguiente secuencia, sin que ello signifique que sea la única posibilidad de uso:

1. Realizar una breve introducción, motivación o presentación del tema a trabajar, teniendo en cuenta cuánto conocen los estudiantes sobre ello. Este momento debe ayudar también a que en el grupo se vaya creando un clima de confianza y respeto que es fundamental para el tratamiento de los contenidos de las fichas.

2. Entregar a cada niño o niña una copia de la ficha (si esto es posible) e invitarles a revisarla y desarrollarla. Con los más pequeños convendría que se haga una lectura conjunta con ayuda del profesor o profesora.

En el caso que no sea posible que cada niño o niña tenga una copia de la ficha se puede elaborar en grande el material de motivación que la ficha propone, organizar a los estudiantes en grupos y darles una ficha para que trabajen en conjunto. En este caso los y las estudiantes pueden desarrollar las actividades propuestas usando su cuaderno.

3. Monitorear o acompañar el desarrollo de las diversas partes del trabajo de la ficha y mantenerse atento/a para orientar los momentos en que los grupos tienen que hacer una tarea común, así como los momentos de plenaria en que participan todos los integrantes del salón.

4. Reforzar -en los momentos adecuados- las ideas centrales que la ficha señala, teniendo en cuenta las ideas principales que van saliendo en el propio trabajo y las señaladas en la hoja del docente.

5. Realizar siempre una reflexión y motivación final que ayude a que lo aprendido pueda ser practicado en casa, en el aula o en la comunidad, por lo general cada ficha propone una actividad para la casa que puede servir con este fin.

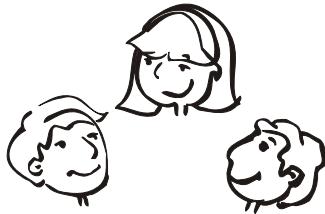
PARA LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS:

¡Hola! somos la Oficina de Tutoría y Prevención Integral del Ministerio de Educación y pensando en ustedes hemos elaborado estas fichas. Sabemos que les gustará porque en ellas hay muchas cosas que les interesa y les gusta.

Ustedes quieren disfrutar, divertirse, jugar; quieren sentirse seguros junto a las personas que aman y vivir tranquilos. Nosotros también queremos eso.

En las fichas van a encontrar actividades interesantes como dibujar, leer historias, responder preguntas, hacer juegos y mucho más.

Cuando uses las fichas encontrarás momentos en que tienes que pensar y trabajar solo o sola, pero hay otros momentos en que encontrarás varias caritas:



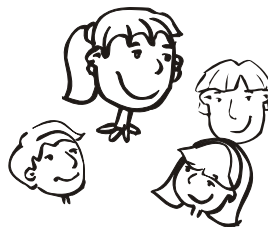
Significa que tienes que reunirte con tus compañeros y compañeras para hacer cosas juntos.

Otras veces encontrarás una carita grande y otra chica:



Quiere decir que tienes que trabajar tú con tu profesor o profesora:

Cuando encuentres este dibujo



Quiere decir que tú y tus compañeros trabajarán todos juntos con su profesor o profesora.

Este material ha sido elaborado para ti y esperamos que te diviertas y aprendas mucho.