



REPÚBLICA DE COSTA RICA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

PROYECTO DE ÉTICA, ESTÉTICA Y CIUDADANÍA

Programas de Estudio EDUCACIÓN PARA LA VIDA COTIDIANA

Tercer Ciclo de Educación General Básica



San José, Costa Rica

Febrero, 2012



REPÚBLICA DE COSTA RICA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA

**PROGRAMAS DE ESTUDIO DE EDUCACIÓN
PARA LA VIDA COTIDIANA**

TERCER CICLO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA

San José, Costa Rica

Febrero, 2012

mep
Ministerio de
Educación Pública

Índice

Introducción.....	3
Presentación	11
Introducción a los programas de estudio de Educación para la Vida Cotidiana.....	27
Primera unidad Educación para la Vida Cotidiana 7º año.....	36
Segunda unidad Educación para la Vida Cotidiana 7º año.....	50
Primera unidad Educación para la Vida Cotidiana 8º año.....	75
Segunda unidad Educación para la Vida Cotidiana 8º año.....	89
Primera unidad Educación para la Vida Cotidiana 9º año.....	95
Segunda unidad Educación para la Vida Cotidiana 8º año.....	106

ÉTICA, ESTÉTICA Y CIUDADANÍA: EDUCAR PARA LA VIDA

Leonardo Garnier Rímolo



La filosofía que sustenta el sistema educativo costarricense se expresa por medio de la Ley Fundamental de Educación, especialmente en los capítulos en los que se establecen los fines y, especialmente, en el marco filosófico global del sistema estipulado en el artículo 2 de dicha ley, donde se establece que los fines de la educación costarricense son:

La formación de ciudadanos amantes de su patria, conscientes de sus derechos y de sus libertades fundamentales, con profundo sentido de responsabilidad y de respeto a la dignidad

- Contribuir al desenvolvimiento pleno de la personalidad humana,
- Formar ciudadanos para una democracia en que se concilien los intereses del individuo con los de la comunidad,
- Estimular el desarrollo de la solidaridad y de la comprensión humana,
- Conservar y ampliar la herencia cultural, impartiendo conocimientos sobre la historia del hombre, las grandes obras de literatura y los conceptos filosóficos fundamentales.

De acuerdo con esos principios, la educación debía formar para la vida en un sentido integral: tanto para la eficiencia y el emprendimiento como para la ética y la estética. Los estudiantes debían desarrollar tanto las destrezas y capacidades necesarias para saber vivir como para saber convivir, enfrentando los dilemas de muy diversa índole que nos presenta la vida cotidianamente. Si bien el lenguaje de la Ley es claramente de mediados de siglo pasado, su visión sigue tan actual hoy como entonces... si no más.

Sin embargo, vivimos en un mundo – y Costa Rica no es la excepción – en el que la educación ha tendido a encogerse hacia aquellos aspectos que, por razones tampoco muy bien establecidas, se consideraron más útiles, más prácticos y, por tanto, más importantes que estos otros, que pasaron a la categoría de mero adorno o lujo que se podía tener si había recursos o tiempo, pero nunca a costa del aprendizaje de aquello que se piensa “realmente importante”... aunque no se sepa muy bien por qué o para qué.

Hace ya más de treinta y cinco años hubo una discusión peculiar en Costa Rica, cuando don José Figueres, en su último gobierno, impulsó la creación de nuestra Orquesta Sinfónica Nacional, la Sinfónica Juvenil y la Sinfónica Infantil. ¡Una aventura descabellada! – clamaron algunos, convencidos de que lo importante en aquel momento era dedicar todos nuestros esfuerzos a la producción, a la industrialización, a la modernización de la sociedad – y fue entonces cuando Figueres, que tenía muy clara la importancia de la producción y precisamente frente a unos tractores nuevos que habían llegado al país en esos días, lanzó aquella pregunta lapidaria que acabó con toda discusión: “¿Para qué tractores sin violines”?

Entendieron y entendimos... y por eso hoy nuestra producción musical tiene una calidad impresionante. Pero no entendimos del todo: hicimos una parte de la tarea – las orquestas, los músicos – pero nos olvidamos de algo que debió resultarnos obvio: las orquestas y los músicos, los artistas, además de su arte... necesitan público. Y el público ¿necesita el arte? Sin duda, pero primero necesita aprender a entenderlo y a gozarlo para alimentar esa rica y recíproca espiral de la expresión artística y sus múltiples e inesperadas reacciones que, a su vez, generan nuevas expresiones artísticas... y así sucesivamente sin un fin determinado.

Pero no lo hicimos. Nuestras orquestas tocan a medio teatro. Muchos de nuestros buenos músicos, cuando graban, terminan regalando sus discos. Lo mismo ocurre con otras manifestaciones artísticas: Nuestros pintores dependen, cuando tienen suerte, de unos pocos e insuficientes mecenas. Nuestros dramaturgos – cómo sufren – terminan escribiendo sexy-comedias para que alguien se digne montarlas; pues éstas sí se llenan semana tras semana, mientras el buen teatro es casi tan escaso como el público que lo va a ver.

Lo que tuvimos claro al redactar la Ley Fundamental de Educación o al impulsar los proyectos sinfónicos... lo olvidamos en los hechos cuando asignamos los recursos – y recordemos que los recursos reflejan las prioridades mejor que los discursos – de nuestro sistema educativo.

No hubo recursos, ni tiempo, ni espacio para las artes, para la educación estética; como tampoco hubo mayor preocupación por la formación ética y la educación para la ciudadanía, que junto con la educación física, las artes industriales y la educación para el hogar pasaron a formar parte de ese peculiar conjunto de asignaturas a las que bautizamos – en un gesto de macabra ironía – como “materias especiales”... cuando lo único que tenían de especiales era la poca importancia que les dimos.

Hoy, cuando tanto nos quejamos, sorprendidos, de la ausencia de una educación integral, de la formación ciudadana, de la supuesta “pérdida de valores”... qué poco lo asociamos con esa decisión de menospreciar el espacio y los recursos que dedicamos para que nuestras y nuestros jóvenes tengan cómo y dónde formar su identidad en ese sentido pleno e integral. ¿De qué nos sorprendemos?

Una educación para la convivencia en sus diversos sentidos

Vivir y convivir tienen muchas aristas: debemos entender que en nuestra relación con los otros – y con el entorno natural del que formamos parte – nos va la vida; ya sea que hablemos del amor o de la guerra; del trabajo o del juego; de las pasiones o los intereses, del ocio o del negocio. Para todo eso, educamos... y para eso, debemos educar a todos. No basta que unos pocos tengan acceso a una educación integral y de calidad: no buscamos una sociedad con alguna gente muy educada, buscamos una sociedad con educación integral y de calidad para todos: una sociedad educada en todo sentido.

Por eso la educación debe ser, en parte, una educación para el trabajo, para la producción y el intercambio, una educación para la convivencia económica, una convivencia eficiente y justa que nos permita sacar partido – individual y colectivo – a nuestro ingenio, a nuestro esfuerzo y a los recursos con que contamos.

Pero no sólo nos interesa el intercambio y la convivencia económica con los demás, tal y como suele reflejarse en las relaciones de producción, de comercio, y de consumo. Como bien señalaba Adam Smith en su “Teoría de los Sentimientos Morales”, nos interesa – más que ninguna otra cosa – el afecto o la simpatía de los demás, su aprecio, su respeto, su reconocimiento; nos importa qué piensan y sienten los demás sobre nosotros. En pocas palabras, nos importa importarles a los demás.

De aquí fluye esa contradicción inevitable que marca nuestras vidas: vivimos simultáneamente entre el egoísmo y la solidaridad. Buscamos poder, prestigio y riqueza, pues creemos que nos brindan todo aquello que tanto anhelamos. Pero al mismo tiempo, buscamos el afecto, el respeto, la solidaridad y el reconocimiento de los demás; pues solo ahí encontramos el sentido trascendente a nuestra vida. Más aún, finalmente hemos cobrado conciencia de que vivimos en un planeta pequeño y frágil, que ya ha dado muestras de no ser inmune a nuestros actos. También frente al planeta – frente a la Naturaleza – coexisten paradójicamente la ambición egoísta de extraer y comercializar al máximo sus recursos, con el gozo y la responsabilidad de vivir en armonía con nuestro entorno y garantizar su sostenibilidad y, con ella nuestra propia supervivencia.

Para eso debemos educar: tanto para la convivencia eficiente, útil y práctica del mundo del trabajo, del comercio o del consumo; como para la vida plena y trascendente que surge de la convivencia solidaria, del afecto desinteresado y de la responsabilidad con el medio. Esta no es una paradoja simple y, mucho menos, una paradoja fácil de traducir en recetas educativas.

Una educación para la ética, la estética y la ciudadanía

Queremos que los estudiantes aprendan lo que es relevante y que lo aprendan bien: que nuestros jóvenes adquieran y desarrollen el conocimiento, la sensibilidad y las competencias científicas; lógicas y matemáticas; históricas y sociales; de comunicación y lenguaje que la vida en sociedad exige. Todo esto es clave, pero no basta.

En un mundo incierto en el que pareciera, a veces, que todo se vale; y en el que se vuelve casi indistinguible lo que vale más de lo que vale menos; en un mundo en el que prevalece el miedo, la pregunta de ¿para qué educar? adquiere un significado adicional y angustiante.

Al educar para la vida y la convivencia debemos educar para la eficiencia, pues sin ella no habrá forma posible de satisfacer nuestras necesidades; pero es igualmente claro que, al educar, no podemos quedarnos con las necesidades prácticas del egoísmo: necesitamos de la simpatía, de la identificación con el otro y con el entorno, como condición indispensable para la supervivencia de una sociedad libre que convive en un planeta frágil. Es por ello que, como bien señala Savater, frente a la incertidumbre, la humanidad debe guiarse por esas grandes fuerzas que la han guiado a lo largo de su historia: la ética y la estética, la búsqueda de qué es lo bueno, qué es lo correcto; y la búsqueda de qué es lo bello.

Así, como tanto ha insistido Gardner, a la educación que prepara para la búsqueda pragmática y dinámica de „lo verdadero“ debe agregarse la educación que forma para la búsqueda trascendente de „lo bueno“ y „lo bello“: una educación en la ética y la estética, como criterios fundamentales – y nunca acabados – de la convivencia humana. Una educación para la ciudadanía democrática, una educación que nos libre de la discriminación y el miedo.

Nuestros jóvenes no pueden crecer sin criterios propios en un mundo en el que se diluye el imperativo moral de luchar por aquello que es humanamente correcto o bueno. No podemos educar ni en los valores inmutables de los conservadores ni en la cómoda ambigüedad de los relativistas, sino en la búsqueda de qué es lo que nos permite vivir juntos, con respeto, con simpatía, con solidaridad, con afecto; reconociéndonos y aceptándonos en nuestra diversidad y entendiendo nuestra responsabilidad para la preservación de este, nuestro único entorno natural, al que estamos indisolublemente ligados. Para eso, educamos.

De la misma forma, debemos educar en la estética, para que nuestros jóvenes aprendan a gozar de la belleza natural y artística; para que sean capaces de apreciarla y valorarla; de entenderla – conocer y respetar sus raíces y experimentar sus derivaciones y combinaciones – para poder así comunicarse y expresarse, ellos mismos, artísticamente. Debemos recuperar la educación física en su sentido más integral: tanto como la educación para una vida saludable, para el ejercicio y movimiento de nuestros cuerpos, para elevar la disciplina y sofisticación con que somos capaces de utilizarlo; como una educación para el juego y la sana competencia, una educación que utiliza el juego como situación e instrumento de convivencia, de aprendizaje de reglas, de respeto al otro, de estímulo a la excelencia, de comprensión de las diversas capacidades y gustos; y, en especial, de disfrute del compañerismo.

Educamos para la cultura, para los derechos humanos y para eso que hemos llamado un „desarrollo sostenible“. Educamos para cultivar esa parte de nuestra naturaleza humana que no viene inscrita en el código genético, sino en nuestra historia. Educamos para el ejercicio crítico pero sensato – o sensato pero crítico – de la ciudadanía democrática. Educamos para identificar y enfrentar la injusticia; y para cerrar esas brechas que nos separan. Educamos para asimilar las nociones más abstractas y complejas del pensamiento y las formas más sublimes – y no siempre asequibles – del arte, como para manejarnos en los aspectos más indispensables de la vida cotidiana: cambiar un fusible, abrir una cuenta bancaria, reparar una silla rota, hacer un ruedo, sacar de la caja e instalar la computadora nueva, pegar un botón.

Educamos – y esto nunca debiéramos olvidarlo – para erradicar las dos causas básicas de la pobreza: la ineficiencia y el privilegio. Educamos para que prevalezcan el afecto y la razón, de manera que no se repitan los errores del pasado: educamos contra la magia y la tiranía, que suelen alimentarse mutuamente mientras atropellan a la razón y al respeto por el otro. Educamos, en fin, para vivir sin miedo en el afecto y la memoria de los demás... y cobijados por el mismo ecosistema: solo así trascendemos como individuos; solo así sobrevivimos como especie.

Es por todo ello que la alfabetización del siglo XXI significa algo más que leer, escribir y operar la aritmética básica; significa poder entender el mundo en que vivimos y expresarnos en los símbolos de nuestro tiempo y de nuestra juventud, y esos son los símbolos de la ciencia, de la tecnología, de la política, del arte, del deporte y la cultura a todo nivel. No podemos aspirar a menos.

De eso trata la iniciativa que impulsamos y a la que hemos llamado “Ética, estética y ciudadanía”.

Aspectos básicos de la iniciativa

Luego de una serie de talleres, discusiones, reuniones y más talleres, acompañados por sendos trabajos elaborados por distintos consultores que se tomaron su trabajo muy en serio, fuimos consolidando un conjunto de ideas para concretar nuestra propuesta, con la que intentamos reintroducir – o introducir mejor y con más fuerza – los criterios para una educación integral que no solo guíe y prepare a nuestros estudiantes para la construcción del conocimiento y la búsqueda – siempre elusiva – de lo verdadero, búsqueda que usualmente asociamos a la razón; sino también para la búsqueda y construcción de aquello que asociamos con la ética y la estética: de aquello que por diversas y cambiantes razones consideramos lo bueno y lo bello, y que asociamos con la pasión. En estas búsquedas, por supuesto, todo se entrecruza – como bien sabían los griegos – pues también somos capaces de descubrir belleza o enfrentar serios dilemas morales en los procesos aparentemente objetivos de la búsqueda científica, y apasionarnos con ella; como de descubrir las peculiares razones del arte o su verdad trascendente.

Nada de eso, por supuesto, se da en abstracto, sino en el contexto de este complejo y diverso mundo que nos toca vivir y que nos hace cada día más evidente la necesidad y casi la urgencia de una educación que nos prepare para convivir armoniosamente con los demás y con el entorno del que formamos parte.

Una educación ética y para la ética

Con respecto a la ética, se enfatizó que no es algo que se pueda aprender como mera información, ni siquiera como „conocimiento“... sino como vivencia, como creencia, como convicción y que, por tanto, debe aprenderse mediante una metodología que enfrente a los muchachos con „dilemas éticos“ de distintos tipos:

- Cotidianos.
- Históricos.
- Artísticos.
- Ficticios.

La resolución de estos dilemas no puede ser antojadiza o casual, sino que debe incorporar tanto la adquisición de conocimientos mediante procesos sistemáticos de identificación, investigación, deliberación y resolución de los distintos dilemas. En este proceso, es particularmente importante la confrontación de diversas posiciones mediante procesos respetuosos y tolerantes que permitan elaborar los criterios propios mediante los cuales valorar estos dilemas, desarrollar posiciones frente a ellos, y proponer soluciones – no necesariamente únicas – considerando los criterios y soluciones de los demás. Finalmente, debe haber un elemento clave de conceptualización y de explicitación de los argumentos, que es indispensable para que las experiencias y vivencias constituyan un aprendizaje en el sentido pleno del término y no una mera acumulación de anécdotas, pues este aprendizaje debe servir a los y las estudiantes para enfrentar dos tipos distintos de retos.

Por un lado, el reto – particularmente frecuente – de las respuestas maniqueas a los diversos dilemas: las salidas fáciles, las recetas, las verdades absolutas e inmutables con que tanto nos gusta superar nuestras dudas y enfrentar nuestras opciones. En el otro extremo, está el riesgo de diluir los dilemas en un mero relativismo para el que todo da igual, todo vale igual, todo importa lo mismo... que es como decir

nada vale, nada importa: desaparecen los criterios de valoración ética (y, por cierto, estética) y deja de tener sentido la interacción con los otros como una forma de vida.

Una educación ciudadana y para la ciudadanía

En el campo de la ciudadanía, las diversas experiencias muestran algo que también es cierto en los campos de la ética y la estética, pero que aquí adquieren particular importancia; y es que no basta que la ciudadanía sea parte de una asignatura propiamente dicha. Más aún, no basta que permee el currículo, sino que debe marcar toda la vida del centro educativo e ir más allá: a la relación entre el centro educativo y la comunidad. Si algo es evidente para los estudiantes es la falta de congruencia entre el discurso y la práctica: un discurso cargado de ética y valores ciudadanos acompañado de una práctica autoritaria... simplemente no funciona con los jóvenes. La responsabilidad y los derechos solo se aprenden cuando su conceptualización va acompañada de la práctica y la práctica se conceptualiza.

De aquí la importancia de redefinir la relación adulto-adolescente, docente-alumno, escuela-comunidad y, por supuesto, la necesidad de tomarse en serio la educación para el hogar: esa preparación para la vida más próxima, para la convivencia en su sentido más íntimo, más intenso y – sin duda – más difícil, pues incluye desde los detalles más prácticos hasta los sentimientos más profundos.

En el campo de la ciudadanía adquieren especial relevancia las competencias, destrezas, habilidades que puedan desarrollar las y los jóvenes para convivir en sociedad dentro de un marco democrático de Estado de Derecho y de respeto a los derechos en su sentido más pleno. Hay prácticas que deben aprenderse y, valga la redundancia, practicarse, hasta que se vuelvan no solo entendidas y practicadas... sino casi intuitivas: el sentir democrático.

También hay un conjunto de valores que son fundamentales en la formación ética y ciudadana: valores como la justicia y la equidad; la autonomía, entendida como antítesis del autoritarismo o el mero tutelaje; la tolerancia y el respeto y aprecio de la diversidad; la expansión de la libertad en su sentido amplio de capacidad: soy libre cuando tengo la libertad real de ejercer mis capacidades y mi potencial; la dignidad como derecho a una vida buena y, en especial, como derecho a no ser humillado, a no ser tratado – ni sentirse – como menos que nadie. La solidaridad y la simpatía: la identificación con el otro. La responsabilidad con nosotros, con los otros y con el entorno. El derecho a los sentimientos: el regreso a una educación sentimental.

Una educación estética y para la estética

Con respecto a la enseñanza de las artes, nos planteamos la necesidad de que nuestra educación logre al menos cuatro objetivos. En primer lugar, se trata de que las y los estudiantes disfruten del arte: ¡simplemente que lo gocen! Decirlo es fácil y hasta parece obvio, pero nos hemos acostumbrado tanto a hacerlos sufrir el arte, repetir el arte, cumplir con el arte... o no hacer nada con el arte, que no siempre es fácil regresar a ese objetivo tan simple de sentir aquello que se hizo para ser sentido con intensidad. La realidad, sin embargo, es a veces descorazonadora y hasta un objetivo tan modesto como este topará con problemas, como ocurre tantas veces en nuestras escuelas y colegios, donde se muestra un cuadro, se escucha una pieza musical o se hace leer una novela solamente para preguntar luego por algún párrafo, alguna fecha o cierto detalle técnico de la obra... sin dejar espacio siquiera para que un estudiante se permita olvidarlo todo y dejarse llevar por la pasión.

En segundo lugar, habría que complementar el disfrute con la apreciación, que no es lo mismo. Apreciar incorpora además elementos de valoración, criterios de calidad y gusto que, si bien no tienen por qué ser rígidos ni únicos – y mucho menos encasillar el arte en géneros „mejores“ o „peores“ – sí tienen que permitir a cada quien valorar las cualidades de las obras de arte que tiene ante sí y distinguir, dentro de cada género, por qué considera que, respecto a esos criterios, unas puedan ser valoradas con respecto a otras: unas pueden gustarle más o menos que otras... o no gustarle del todo, aunque algún experto insista en que deberían gustarle. Incluso poder decir sí, esta obra es superior a aquella pero, a mí, me gusta más aquella... y ojalá tener argumentos que les permitan entender por qué aprecian así el arte.

Aquí lo importante ya no es el mero gozo o la emoción que provoca el arte, sino los criterios con los que apreciamos y valoramos cada objeto o proceso artístico.

En tercer lugar, además de disfrutar y apreciar el arte – o para disfrutarlo y apreciarlo en una forma más plena – es necesario entenderlo, comprenderlo en un doble sentido.

Por un lado, esto refiere a los elementos que podríamos llamar técnicos y conceptuales de la obra de arte de que se trate: desde las técnicas de la disciplina o disciplinas específicas con que se ha diseñado y construido la obra de arte; hasta los aspectos científicos y tecnológicos que estarían por detrás de determinada tonalidad o brillo de los colores, de determinados movimientos del cuerpo, del balance de una escultura o los timbres de cierta tonada.

Por otro, estaría aquella otra parte de la comprensión que tiene que ver con los aspectos históricos de la pieza artística – y, claro, de su autor o autora – que inevitablemente nos remiten a los determinantes individuales y sociales, políticos y culturales que rodean y explican – de nuevo, nunca de manera unívoca – la obra y que, si bien no determinan qué le dice a la obra al receptor sí enmarcan el sinnúmero de procesos sociales – colectivos e individuales – que dan identidad a la obra de arte en el momento de su creación y aquellos que pueden darle muy diversos sentidos según el momento histórico en que fue realizada y aquel en que nos enfrentemos a ella. El punto es que el arte nunca se da en un vacío: ni del lado de su creación ni del lado de su apreciación o percepción. Ambos procesos están socialmente determinados, aunque nunca de forma tan clara que nos permita una interpretación o apreciación única o estática. Es parte de la gracia que tiene la vida... y las expresiones que la vida genera.

Cuarto, y como debiera resultar obvio a estas alturas, nuestra iniciativa asume que no podemos limitarnos a que nuestra juventud disfrute, aprecie y comprenda – cada quien a su manera – el arte. Aspiramos a más: queremos que todo eso le permita, a cada joven, expresarse artísticamente: que puedan pintarnos, declamarnos, cantarnos o escribirnos lo que quieran – o necesiten – decirnos o decirse. No buscamos – y esto es importante entenderlo – que cada estudiante sea “un artista” en el sentido tradicional del término – un virtuoso con su instrumento o su medio artístico – pero sí que cada quien se atreva y logre expresar en formas artísticas sus intereses y preocupaciones, sus pasiones y angustias, sus gustos y frustraciones, sus emociones y sus razones, de tal forma que, al hacerlo, busque conmovernos... más que convencernos, ya que si algo busca el arte es eso: conmover.

Disfrutar, apreciar, comprender y expresar... cuatro retos de la educación artística que, de lograr incorporarse con más sentido y fuerza en nuestros colegios, transformarían sin duda la enseñanza en esos centros y la vida de nuestra gente joven. Pero pidamos más... y hemos pedido más a nuestros equipos de trabajo.

Una educación contextualizada

Queremos que nuestras y nuestros colegas se apropien del arte, lo mismo que del conocimiento científico o de su concepción ciudadana, pero que lo hagan con una mente abierta y crítica, no con una mentalidad aldeana, complaciente o snob. Hoy, cuando hablamos de una educación contextualizada no nos referimos solamente a que cada estudiante debe conocer a fondo sus raíces, su comunidad local, las vivencias de su barrio – o su país – y las formas artísticas, culturales y cívicas que le son propias y que, por supuesto, debe conocer; sino que estén en capacidad de “apropiarse del mundo”.

Claro que es importante tener muy claras nuestras raíces, pero no para quedarnos en ellas sino para crecer con ellas y a partir de ellas. El contexto de los jóvenes de hoy no se detiene en el pueblo o barrio, ni en el cantón o la provincia en que viven. No se detiene siquiera en las fronteras nacionales: son jóvenes que forman parte, cada vez más, de una comunidad enormemente diversa pero con algo muy peculiar que también los identifica: una comunidad de jóvenes; jóvenes que comparten angustias y gustos a lo largo y ancho del planeta – como ocurrió, aún sin Internet, en los años sesenta, cuando París, Tlatelolco y Pekín parecían fundirse en un solo instante al ritmo de alguna tonada de los Beatles. Hoy es mucho, pero mucho más intenso ese sentido de pertenencia a un conglomerado global; y no hay aldeanismo que lo detenga.

Por eso, disfrutemos, entendamos y apreciemos nuestro arte, hagamos nuestro arte; pero sepamos ser dueños del arte del mundo, un arte construido a lo largo de la historia y que está hoy aquí, disponible para lo que queramos hacer con él. Arte del mundo, arte de todas las épocas y de todos los géneros – cultos y populares –: a eso debemos exponer a nuestros jóvenes si realmente queremos verlos crecer y crear. Lo mismo debe ocurrir con la ciencia, con el deporte, con la política, con la propia vida en familia y con nuestra propia concepción de ser humanos y de los derechos y responsabilidades que esto implica, concepciones que si bien tienen siempre una base y un origen histórico específicos, son también conceptos, visiones y creencias que adquieren una connotación cada vez más universal.

Además, pedimos a nuestro equipo de consultores y colegas del MEP un esfuerzo particular en este ejercicio: no limitarse a lo que tradicionalmente hemos llamado arte en el MEP, es decir, algunas formas de las artes plásticas y algunas formas musicales. Hay que abrir el abanico, hay que dejar que la imagen cobre su sentido pleno y cambiante: que incorpore la fotografía y la fotografía en movimiento, el audiovisual, instrumento joven por antonomasia; hay que permitir que la danza se combine con la música en una concepción más plena del movimiento humano que complete esa visión de la educación física que tantas veces se limita a que ellos corren tras la bola mientras ellas hacen porras. ¿Y la novela? ¿Y la poesía? Las tenemos olvidadas y menospreciadas – junto con el teatro y los cuentos – en los cursos de español; cursos que, en nuestra propuesta, deben recuperar su pleno sentido artístico.

Una iniciativa que busca impactos más allá de las asignaturas

Es importante entender, para tener el impacto al que aspiramos, la enseñanza de la ética, la estética y la ciudadanía deben marcar y alterar el currículo completo: los movimientos artísticos deben marcar los cursos de Estudios Sociales tanto o más que las batallas y las conquistas; la formación de los colores debe aparecer en la clase de química; las ondas deben sonar en la clase de física y las ecuaciones de matemática deben ilustrar la trayectoria de las pelotas hacia el marco o la interacción de las notas en el pentagrama o, mejor, su vibración en las cuerdas de la guitarra y en nuestro propio cuerpo... en el que hasta los sentimientos vibran de distintas formas con la música.

Más aún, la enseñanza de las artes – como la enseñanza de la ética o de la ciudadanía tienen que salir del aula y llenar el colegio entero, volverlo un espacio agradable, bello; un espacio de convivencia, un espacio que se disfruta y se siente propio, un espacio – y un tiempo – en los que la juventud construye su identidad de cara a sí misma y al mundo en que se encuentra. La ética, la estética y la ciudadanía tienen incluso que salirse del colegio y empapar a la comunidad, hasta que la comunidad entienda que solo cuando la escuela es mejor que la sociedad... es capaz de transformar esa sociedad.

Por último, algunas justificaciones

Una educación que no incluya de manera seria y sistemática una formación ética, estética y ciudadana, no merece llamarse educación. Esto debiera ser suficiente para justificar nuestros esfuerzos por devolverle la importancia a estos aspectos de la educación, no solo en el discurso, sino en los hechos. Pero sabemos que, muchas veces, esto no basta: ante la escasez de recursos, la falta de tiempo y demás limitaciones que enfrentamos, hasta las cosas esenciales deben “demostrar” su utilidad para ser dignas de recibir espacio, tiempo y presupuesto. Así que agreguemos unos tres argumentos que van en esa línea, sin que vengan a desmerecer el primer argumento, sino a darle armas para sustentarse en el mundo de hoy.

El primer argumento es simple: uno de los principales problemas que enfrenta nuestra educación secundaria es la deserción: apenas un tercio de quienes entran a primer grado llegan a graduarse de la secundaria. Peor aún, si consideramos solamente la secundaria, por cada graduado la sociedad invierte – o más bien gasta – casi diez años de educación, tanto por los años que se repiten como por los años que cursan aquellos que se retiran del sistema antes de terminar: cada graduado nos cuesta prácticamente el doble de lo que idealmente debería costar. Curiosamente, en Costa Rica como en otras latitudes, se presenta un fenómeno similar: aquellas y aquellos estudiantes que participan en actividades artísticas, deportivas, cívicas en su colegio, tienden a desertar mucho menos que sus compañeros que

no participan. Un estudiante que pierde una o dos materias y lleva una vida aislada o solitaria en el colegio, tiende a desertar mucho más fácilmente que un compañero o compañera que, igualmente, pierda una o dos materias pero, al mismo tiempo, sea parte del grupo de teatro, de la estudiantina, del equipo de fútbol o del grupo de baile: eso le brinda no solo el apoyo de sus compañeros sino un sentido de identidad y propósito, ya que su permanencia en el colegio trasciende lo meramente académico y se vincula, fundamentalmente, con la construcción de su propia identidad. Por eso, fortalecer estas áreas puede considerarse como una de las políticas más eficientes para reducir la deserción y bajar el costo unitario de cada graduado de la secundaria.

El segundo argumento abona al primero: una de las razones que más eleva la deserción y el costo de la secundaria es la elevada tasa de fracaso académico de los estudiantes. Cada curso perdido no solo representa tiempo perdido y dinero perdido... sino esperanzas perdidas. Y cuando estos fracasos llevan a repetir el año una y otra vez, se convierten en una causa directa del abandono del colegio por parte de los estudiantes, que se sienten muy poco atraídos por la perspectiva de volver a repetir un año por haber perdido una o dos materias. ¿Qué papel juegan aquí las artes o la educación física? ¿Qué papel juega la convivencia y la educación cívica? Uno que ha sido comprobado en forma reiterada y contundente en todo el mundo: aquellos centros educativos donde las y los estudiantes tienen acceso a una buena educación musical, una buena educación artística, una buena educación física, a una sana convivencia... son también los que muestran – para poblaciones comparables – una menor tasa de fracaso en las materias tradicionalmente llamadas académicas. Hay muchos argumentos para explicar lo que las estadísticas muestran – desde la mayor motivación y disfrute hasta el desarrollo neurológico – pero no es éste el lugar de entrar en ello. El punto es simple: parece probable que una educación más integral mejore el rendimiento integralmente. Esto, de nuevo, no solo mejoraría la calidad de la educación, sino que contribuiría a reducir el fracaso escolar y, lógicamente, el costo económico que se asocia con ese fracaso.

Finalmente, hay un argumento económico que el mundo de hoy ha vuelto mucho más evidente que en el pasado; y es que ya no podemos distinguir tan fácilmente las materias “más útiles” de las “menos útiles” en términos de lo que hoy se llama competitividad o en términos del futuro acceso al mercado laboral de nuestros estudiantes. Las industrias más dinámicas del mundo de hoy son, sin duda, las industrias del entretenimiento, que son – precisamente – industrias en las que el componente creativo, estético, artístico, es particularmente elevado. Son industrias en las que el arte y la alta tecnología se dan la mano para generar los mejores empleos y las mayores rentabilidades. Pero eso no es cierto solamente de las industrias del entretenimiento; también ocurre en las industrias electrónicas, donde el diseño estético y la funcionalidad del televisor, del teléfono, del iPod o de la computadora se vuelve tan importante como su diseño ingenieril. El sector servicios, que se expande rápidamente en nuestros países, es otro ejemplo de la importancia que tienen la sensibilidad y las destrezas o competencias que da una buena educación ética, estética y ciudadana: los hoteles, los hospitales, los bancos, el comercio, todos dependen claramente del atractivo y el buen trato que ofrecen a sus clientes y, por supuesto, a sus propios funcionarios. Finalmente, lo mismo ocurre incluso en las industrias más tradicionales, como se evidencia en la industria textil: América Latina no tiene mayor probabilidad de éxito en el mundo en una industria textil donde compite a base de productos genéricos y de bajo costo; la única oportunidad de que la industria textil sea también una industria de alta rentabilidad y salarios crecientes, es que sea una industria que compite por diseño, no por mano de obra barata. Pero la capacidad de diseño no se improvisa, se aprende al desarrollar el gusto, el sentido estético, la apreciación por lo bello.

Así, tanto si queremos reducir los costos unitarios de nuestra educación, como si queremos maximizar los beneficios privados y sociales que resulten de ella, en ambos casos debiera resultar evidente que esa educación tiene que retomar con seriedad una tarea que, por años, ha dejado de cumplir o lo ha hecho solo en forma muy limitada y displicente: la educación ética, estética y ciudadana.

¿Metas ambiciosas? Tal vez... pero pensemos en lo que podríamos perder si no lo intentamos. Nos quedaríamos sin violines... por supuesto; pero nos quedaríamos, además, sin los tractores del futuro.

PRESENTACIÓN

En Costa Rica la educación ética, estética y ciudadana es una aspiración planteada en la Ley Fundamental de Educación, marco jurídico del sistema educativo nacional desde hace 50 años.

Se han hecho muchos esfuerzos para concretar esta aspiración. Entre ellos se destaca la inclusión en los planes de estudio de asignaturas artísticas como las Artes Plásticas y Artes Musicales, y la Educación Cívica. También se han desarrollado diversos programas relacionados con la formación en valores y el desarrollo humano integral. Más recientemente la política educativa incluye el eje transversal de valores en el currículum nacional, que integra distintos temas a los cuales la sociedad costarricense les da mucha importancia: la educación ambiental para el desarrollo sostenible, la educación para la salud, la educación para la expresión integral de la sexualidad humana y la educación para los derechos humanos y la paz.

Hoy, el contexto global y sus demandas, las transformaciones asociadas a la cultura nacional y las exigencias de desarrollo, exigen replantear las formas en que este tipo de aprendizajes se promueven en las poblaciones estudiantiles. Un análisis preliminar de los planes y programas de estudio evidenció el potencial que tienen las asignaturas de Artes Plásticas, Educación Musical, Educación Cívica, Educación Física, Artes Industriales y Educación para el Hogar, para la formación ética, estética y ciudadana del estudiantado. Por esta razón, el Ministerio de Educación Pública desarrolló una iniciativa de construcción colectiva de nuevos programas de estudio para estas asignaturas. El proceso incluyó la participación articulada de agentes internos del Ministerio y agentes externos para la concepción teórica de la nueva propuesta curricular, pasando por la definición de los conceptos ética, estética y ciudadanía, a la luz de los aprendizajes que debían ser promovidos entre los estudiantes de Tercer Ciclo de la Educación General Básica y Ciclo Diversificado; la identificación de una alternativa pedagógica consecuente con la política educativa nacional pero más pertinente para estos aprendizajes, y la elaboración de los programas que guiarán el trabajo cotidiano del profesorado de estas asignaturas.

Así, especialistas nacionales y extranjeros elaboraron documentos teóricos para la reflexión acerca de la enseñanza de la ética, la estética y la ciudadanía y se realizó una intensa búsqueda de experiencias y programas en educación que vinculan estos tres conceptos en el campo educativo, tanto nacional como internacionalmente. Además, se desarrollaron sesiones de discusión, análisis y enriquecimiento de los documentos, algunas incluso con la participación abierta al público de la más variada formación profesional o con los más variados intereses, de manera que se pudiera contar con el cuerpo teórico necesario para diseñar las líneas curriculares – tanto conceptuales como operacionales – que guiaran la elaboración de los nuevos programas.

Con esta información se elaboró un documento con la propuesta de diseño curricular, pedagógico y evaluativo. Ese documento fue producto del trabajo de un equipo de asesores externos integrado por Zaida Molina Bogantes, Edgar Céspedes Ruíz y Anabelle Guerrero Canet, y las especialistas del MEP Ingrid Bustos Rojas y Ruth Vega Villalobos. Una vez concluida esta fase, los equipos de trabajo, conformados por asesores del Ministerio y especialistas universitarios en temas pedagógicos y en las disciplinas objeto de cada una de las asignaturas, se dedicaron a la redacción de los nuevos programas, bajo la supervisión del equipo de diseño curricular.

El trabajo contó con el análisis, supervisión y realimentación permanente de un equipo central conformado por el señor Ministro de Educación Pública Leonardo Garnier Rímolo, la señora Viceministra Académica Alejandrina Mata Segreda, la señora Florisabel Rodríguez Céspedes, de la organización PROCESOS asesora principal del proyecto, la señora Gladys González Rodríguez, de la organización PROCESOS, coordinadora del proyecto y la señora Dyaláh Calderón DeLaO, asesora del señor Ministro y directora adjunta del proyecto. Este grupo es el autor de la síntesis que hoy se presenta en este documento.

¿Para qué educamos?

La propuesta educativa que aquí se expone parte de un referente filosófico sobre el fin último de la educación: la educación es para la vida y la convivencia. Tal y como fue planteado al inicio, vivir y convivir tienen muchas perspectivas desde las cuales debe ser visto este propósito educativo: en la relación con otros va la vida, ya sea que se hable del amor o de la guerra, del trabajo o del juego, de las pasiones o de los intereses, del ocio o del negocio. Para todo esto se educa y para eso se deben educar todos y todas.

De acuerdo con la política educativa nacional, la educación debe buscar la formación del estudiantado:

“...[para que esté] consciente de las implicaciones éticas del desarrollo, sea PERSONA con rica vida espiritual, digna, libre y justa; CIUDADANO formado para el ejercicio participativo de la democracia, con identidad nacional, integrado al mundo, capaz de discernir y competir, autorrealizado y capaz de buscar su felicidad; PRODUCTOR para sí mismo y para el país desde el punto de vista de su condición de trabajador, lo que comporta el incremento de sus habilidades, el aprendizaje de destrezas y la búsqueda del conocimiento; SOLIDARIO por experimentar como propias las necesidades de los demás y, en consecuencia, con aptitud para buscar formas de cooperación y concertación entre sectores, velar por la calidad de vida de todos los ciudadanos y de las futuras generaciones, a partir de un desarrollo sustentable, ecológico y socialmente, y CAPAZ DE COMUNICARSE CON EL MUNDO DE MANERA INTELIGENTE de tal manera que, a partir de la valoración de lo que lo identifica como costarricense, tome las decisiones que lo relacionen con otras culturas desde un punto de vista de pensador independiente, flexible y crítico, teniendo por guía los derechos y los deberes humanos”. (Consejo Superior de Educación, 1994).

Esa política educativa balanceada se nutre de tres visiones filosóficas, a saber, la HUMANISTA, que busca la plena realización del ser humano como persona dotada de dignidad y valor, capaz de procurar su perfección mediante la apropiación de los valores e ideales de la educación costarricense; la RACIONALISTA, que reconoce que el ser humano está dotado de la capacidad para captar objetivamente la realidad en todas sus formas, construir y perfeccionar continuamente los saberes y hacer posible el progreso y el entendimiento humano; y la CONSTRUCTIVISTA, que impone la exigencia de partir desde la situación cognoscitiva de cada estudiante, de su individualidad, sus intereses e idiosincrasia, por lo que debe reconocer su cultura, sus estructuras de conocimiento y emprender de manera transformadora una acción formativa.

La visión ética y ciudadana están presentes, de manera explícita, en la política educativa, mientras que es posible inferir la visión estética al promoverse la formación de personas que producen en su contexto cultural, y al reconocer la expresión artística como parte del desarrollo integral y de las formas de expresión del ser humano. Por lo tanto, educar para vivir y convivir se convierte en el reto que, de manera renovada, se plantea hoy mediante la formación ética, estética y ciudadana del estudiantado. Para ello se utiliza como vehículo pedagógico la vinculación que se establece entre estudiantes y contenido, entre estudiantes y estudiantes, y entre estudiantes y sus profesores y profesoras de Educación Cívica, Artes Plásticas, Educación Musical, Educación Física, Artes Industriales y Educación para el Hogar.

Ética, estética y ciudadanía, los conceptos básicos tras el cambio

El diseño de los nuevos programas que aquí se presentan se inició con una amplia discusión sobre los conceptos que los sustentan, a saber: ética, estética y ciudadanía, conceptos que a la vez constituyen la orientación filosófica y el propósito de la formación estudiantil. El producto de dicha discusión se concreta de la siguiente manera.

La Ética recoge los resultados de la reflexión sobre por qué en determinado contexto se considera correcto un conjunto de comportamientos y de normas en nuestra relación con los otros. Para la presente reforma curricular, que busca contribuir a la convivencia social y política, la ética es fundamental.

Se pueden señalar unos principios éticos como criterios orientadores de la acción, la decisión y el desarrollo institucional y normativo. Tales principios están sujetos a cuestionamiento y mejoramiento histórico. Entre ellos están los principios de igualdad, de justicia, de solidaridad, de reciprocidad, de responsabilidad, de cuidado, de respeto y de cooperación.

La ética es un concepto dual, con una dimensión social y otra individual. La ética del sujeto sitúa a la persona en el centro de su atención, es el ámbito intrasubjetivo. La ética social se ocupa del ámbito de lo colectivo o intersubjetivo. Ambas dimensiones son fundamentales para apoyar las elecciones y acciones sobre lo que puede considerarse correcto. Sin embargo, dado que la vida humana solo es vida en relación con los otros, la dimensión social de la ética ocupa un plano central en la reflexión y aceptación de las razones para la acción, la decisión y el desarrollo institucional y normativo. Esta ética compartida o social establece el contexto para la ética individual.

Según los diversos tipos de organización social, las sociedades se caracterizan por distintas categorías de dilemas éticos. En el caso de las sociedades democráticas, entre los dilemas colectivos fundamentales están los que se derivan de la búsqueda de la libertad versus la búsqueda de la justicia. Históricamente las sociedades encuentran acomodos institucionales y normativos ante este y otros dilemas.

En el presente, el espectro de esta ética compartida se ha ampliado con temas tales como el interculturalismo, las éticas aplicadas (bioética, ética “hacker”, la ética del desarrollo, la ética de las profesiones, entre otros), la ética global y la ética de la democracia contemporánea. Cada una de ellas plantea sus dilemas respectivos como diversidad cultural versus uniformidad de valores, ética transnacional versus ética nacional y la democracia participativa, deliberativa, procedimental o sustantiva. En el campo aplicado aparecen asuntos de definición de vida o muerte y de fundamento ético del ejercicio profesional.

Lo social depende también del comportamiento cotidiano de los individuos. En esta dimensión individual se encuentran las razones para la selección de normas y comportamientos, basada en principios que articulan derechos y deberes. Esta dimensión incluye el ejercicio responsable y respetuoso de la libertad, el desarrollo de la autonomía, el autoconocimiento, la autoestima y la autorrealización, la búsqueda de lo correcto apoyado en la lógica y en la crítica, así como la construcción de la identidad.

En los nuevos programas se propone la enseñanza de la ética con base en el ejemplo y las experiencias, donde éstas jueguen un papel más impactante que el discurso teórico, en los casos reales y estéticos que ayuden a plantear los dilemas y explicitar los principios éticos, en una enseñanza que se haga en forma respetuosa de la diversidad.

La educación de Tercer ciclo y la Diversificada busca acompañar y apoyar al estudiantado para enfrentar el reto del crecimiento en ambas dimensiones de la ética, de forma tal que permitan el desarrollo pleno de su individualidad y de su ciudadanía.

Estética¹

Al contrario de la ética, la estética no se concibe de manera normativa pues lo bello se define de acuerdo con quién lo aprecia o crea y en qué contexto. Por lo tanto, la presente propuesta conceptual en el ámbito de la estética, asume un enfoque contemporáneo basado en los principios de la posmodernidad. Bajo este enfoque el arte cuestiona las fronteras infranqueables entre disciplinas de expresión artística y se centra en una filosofía de investigación – acción en la que se plantea su integración. Otro elemento central en este enfoque es la aplicación del arte como herramienta de extensión social. Se parte de que el arte puede nutrir a otras disciplinas y enhebrar una propuesta integral con impacto en las relaciones sociales.

Desde esta perspectiva, en la enseñanza del arte se crea un enlace entre estudiantes y profesores y profesoras, quienes se visualizan como tutores en un aula creativa y abierta en la que se estimulan

¹ La definición de estética se elaboró a partir del trabajo presentado por el especialista Rodolfo Rojas Rocha.

nuevas vías de acercarse a la realidad de las comunidades y de estimular su sensibilidad como agentes de cambio para la creación de ambientes de tolerancia, de solidaridad en un contexto estéticamente concebido.

Entre las herramientas conceptuales que se integran en esta propuesta se incluyen: la relación poder-saber, el rompimiento del paradigma centro –periferia, la autobiografía, la contracultura (género, interculturalidad, hibridación), memoria social, de-construcción, doble codificación, análisis de discurso, criticidad mediática, fragmentación, temática sociopolítica, desacralización y anti-esteticismo.

Dentro de la propuesta pedagógica, se parte de cuatro objetivos básicos: que las y los estudiantes aprendan a gozar y disfrutar de las manifestaciones estéticas; que aprendan a valorarlas con un conjunto de criterios bien comprendidos; que aprendan a entender las tanto en su base conceptual y técnica – en tanto disciplinas – como en su sentido histórico-social; y, finalmente, que aprendan a apropiarse de estos medios para poder expresarse y comunicarse estéticamente, artísticamente.

Ciudadanía²

Se parte del concepto de ciudadanía en democracia es decir, de una ciudadanía que reconoce, fundamentalmente, la igualdad de los derechos y deberes de todos y el consecuente respeto mutuo y el respeto por las reglas legítimamente establecidas. Quien ejerce la ciudadanía se concibe idealmente como una persona comprometida con la democracia como mejor forma de gobierno. Ese compromiso implica considerarla como el mejor procedimiento de gobernar y de dirimir las diferencias y conflictos, a través del engranaje legal e institucional que consolida y permite el funcionamiento de la sociedad en su conjunto. También significa considerar que en la democracia el gobierno es el gobierno de las mayorías, pero hay respeto formal y real de las minorías hacia las mayorías y viceversa.

Ejercer la ciudadanía implica: (i) reconocer y valorar la política como una actividad necesaria para la vida colectiva, (ii) integrarse al sistema político, es decir, participar cuando lo considera importante y no disociarse ante la insatisfacción o pérdida de apoyo en algún nivel del sistema, (iii) buscar la propia libertad sin interferir con la de las otras personas, (iv) identificarse con su Estado-nación o comunidad política, reconociendo un sentido de pertenencia, una tradición histórica y de espacio compartidos. (v) conocer y comprender los mecanismos institucionales para expresar apoyo o rechazo a las medidas que tome el gobierno o para pedir su intervención ante conflictos entre grupos o personas y (vi) escoger entre mecanismos representativos o participativos según la ocasión, (vii) observar el cumplimiento de los deberes ciudadanos.

La educación para la ciudadanía busca la formación de una persona crítica ante el sistema político, en el sentido de que utilice las herramientas para la formación de criterio o juicio político, se informe, exprese sus opiniones y sepa ponderarlas, sepa deliberar y demande cada vez más una democracia más profunda y sostenible y busque ampliar sus derechos y los de sus conciudadanos. Sus prácticas deberán reflejar su aprecio por los valores de igualdad, solidaridad y tolerancia y su compromiso con los derechos humanos, la equidad de género y la creación de oportunidades para la ciudadanía joven. También contará con los elementos necesarios para su participación organizada y su actuación constructiva para la solución de los problemas colectivos. Es además, responsable de sus decisiones, actos y deberes.

¿Cómo incluir la ética, la estética y la ciudadanía en la educación media?

Para concretar la reforma curricular se tomaron decisiones sobre aspectos operativos, partiendo de que lo que se busca es una modificación de algunos programas para el Tercer Ciclo de la Educación General Básica y el Ciclo Diversificado. Esta modificación consiste en la elaboración de nuevos programas de estudio para las asignaturas de Educación Cívica, Artes Plásticas, Educación Musical, Educación Física,

² El marco conceptual de ciudadanía, base de este resumen, fue elaborado por los Especialistas Florisabel Rodríguez y Rotsay Rosales.16 Programas de Estudio de Educación Cívica

Artes Industriales y Educación para el Hogar. Para el resto de las asignaturas de estos ciclos educativos no se cambian los programas. La elaboración de los nuevos programas de cada asignatura se encargó a un equipo de profesionales compuesto por un asesor o asesora externa especialista en la temática, asesores o asesoras nacionales o regionales del MEP y al menos un profesor o profesora con amplia experiencia en el aula. Otro equipo de profesionales, integrado por funcionarios de la Dirección de Desarrollo Curricular del MEP y asesores o asesoras externas especialistas en la materia, asesoró y supervisó todo el proceso. A continuación se detallan las modificaciones de tipo operativo.

Herramientas de seguimiento previstas

El proceso de seguimiento para la reforma curricular se inició con la capacitación del profesorado. Como primera actividad se realizaron actividades en algunas instituciones educativas, en los que se aplicaron diferentes unidades de los programas, antes de llevarlos a todo el país. Esto tiene el fin de observar la forma en que este personal se enfrenta a los programas y de valorar los aprendizajes del estudiantado. Mediante la sistematización de estas experiencias se espera identificar las mejores formas de preparar al resto del profesorado de estas asignaturas para su implementación, además de eventuales modificaciones a los programas.

Una vez concluidas las actividades de aplicación de algunos módulos, el Instituto de Desarrollo Profesional Uladislao Gámez Solano iniciará la capacitación masiva, y la Dirección de Desarrollo Curricular se responsabilizará de una adecuada asesoría y seguimiento, coordinando con las Direcciones Regionales.

Recursos necesarios

La reforma curricular fue diseñada para potenciar el aprovechamiento de los recursos con los que actualmente cuenta el Ministerio, por lo que no se requiere la contratación de más profesores ni la dotación de alguna infraestructura o equipo especial o exclusivo para la aplicación de este cambio. No obstante sí se requerirá la elaboración paulatina de materiales didácticos para el profesorado y su preparación para un mejor desarrollo de los programas. Estas tareas se realizarán con los mismos recursos económicos del MEP por lo que, para los próximos dos años, tal y como se hizo para el año 2008, se definirá como área prioritaria de capacitación, la preparación de los recursos humanos que se requieren para poner en práctica los nuevos programas de estudio de las asignaturas Educación Cívica, Educación Musical, Artes Plásticas, Educación Física, Educación para la Vida Cotidiana y Artes Industriales.

¿Qué características técnicas poseen los nuevos programas?

El enfoque curricular de los nuevos programas se basa en la política educativa nacional, potenciando la visión constructivista como sustento de las estrategias pedagógicas y de evaluación, y la articulación permanente de la ética, la estética y la ciudadanía. Dos elementos favorecieron estas decisiones técnicas. El primero se refiere a la elaboración teórica de cada uno de estos temas por separado y a las interconexiones que entre ellos se dan, tal y como fue expuesto más arriba. El segundo está referido a los hallazgos producto del análisis de experiencias nacionales³ e internacionales en este campo⁴:

- Se refleja una importante producción conceptual en los últimos años que podría interpretarse como una tendencia que busca que la formación del estudiantado en estas áreas deje de estar en el segundo plano. Esta reflexión ha implicado el desarrollo de reformas educativas y replanteamientos pedagógicos,

³ El análisis de las experiencias exitosas a nivel nacional fue realizado por Kattia Arroyo Guerra en ética; Evelyn Siles García en ciudadanía y Guillermo Rosabal Coto en estética

⁴ Este análisis fue elaborado por los especialistas Jorge Vargas González y María Cristina Olano.

- La mayoría de las experiencias analizadas se circunscriben fundamentalmente al desarrollo de una de las áreas o al de dos de ellas, articuladas. Así, hay experiencias que ligan ética con ciudadanía y ética con estética, por ejemplo. Aparecen algunas experiencias que ligan las tres, pero más como consecuencia de la puesta en práctica del programa que de una concepción originalmente orientada a la articulación de éstas,
- Las experiencias estudiadas que se consideran exitosas presentan preferentemente elementos curriculares y pedagógicos constructivistas. Todas parten de la premisa de que la formación de la ética ciudadana debe ser producto de la experiencia, más vivencial que teórica, y esto se explica por dos razones. Por una parte, porque el desarrollo de las competencias mencionadas supone dinámicas y espacios de aprendizaje, de reflexión y de vida en torno al acontecer diario, tanto en el entorno inmediato como global; de lo contrario los valores, los derechos, las normas representarían palabras vacías, si no se las transforma en actos. Para que cada uno pueda apropiarse de estos contenidos para la vida hay que probarlos, ensayarlos, ejercitarlos, practicarlos, repetirlos, es decir, vivirlos en el quehacer cotidiano de la vida. Y por otra, porque se reconocen como escenarios privilegiados de la formación, el aula, la escuela y el contexto que les rodea. Por tal razón, no se podría pretender que las clases – por más prácticas que sean – sustituyan la vida, sino que la potencien y preparen al estudiante para ella.

Se destacan a continuación estos elementos técnicos.

El enfoque curricular⁵

Tal y como se expuso al inicio, esta propuesta se basa en los tres pilares de la política educativa nacional, a saber el humanismo, el racionalismo y el constructivismo, elementos de una sola visión curricular. Como teoría epistemológica, el constructivismo es el elemento que permite definir con mayor claridad las formas de estimulación del aprendizaje del estudiantado, por lo que se desarrolla con mayor amplitud en este momento, complementado con algunos elementos del enfoque socio – reconstructorista. Ambos enfoques se asumen desde una visión que permite reflejar los elementos del humanismo, el racionalismo y el propio constructivismo como visiones filosóficas que les sirven de fundamento.

Desde el elemento humanista, los enfoques asumidos en la reforma curricular permiten cultivar valores y actitudes éticos, estéticos y ciudadanos que le permitan al estudiante el pleno desarrollo de sus potencialidades en beneficio de su propia persona, de la comunidad nacional y del entorno natural. Los aportes del racionalismo se integran a través del reconocimiento de la capacidad racional del estudiante que le permite construir y reconstruir conocimiento a partir de la captación objetiva de la realidad. El constructivismo se refleja como una tesis epistemológica caracterizada esencialmente porque es el individuo quien construye el conocimiento a partir de la interacción con su realidad.

Por la naturaleza de los enfoques conceptuales y de las asignaturas que se incluyen en la propuesta curricular, se necesita un currículo que estimule un estudiantado responsable de su propio aprendizaje, activo, participativo, creativo, que se acerque a su entorno, lo conozca y reaccione, que interactúe con sus compañeros y docentes, que exprese sus conocimientos y construya a partir de ellos nuevos conocimientos, es decir que actúe como un verdadero corresponsable de su propio aprendizaje.

Del enfoque constructivista se asume que:

- El estudiante es quien, de manera activa, construye su propio conocimiento como resultado de sus interacciones tanto con el medio físico como con el social,
- El proceso de aprendizaje es continuo y progresivo, es decir, es inacabado y está en constante evolución,

⁵ La propuesta inicial para el diseño curricular fue elaborado por la especialista Zaida Molina Bogantes y las asesoras de la División de Desarrollo Curricular del Ministerio de Educación, Ingrid Bustos Rojas y Ruth Vega Villalobos.

- Las personas aprenden de manera significativa y permanente cuando construyen en forma activa sus propios conocimientos,
- Las experiencias y los conocimientos previos del educando son esenciales en la construcción de nuevos conocimientos,
- La base del proceso de construcción del conocimiento está en la “acción sobre la realidad” que realiza el sujeto que conoce,
- En la perspectiva del constructivismo social, el desarrollo del pensamiento y la conciencia están condicionados por el contexto socio-histórico y cultural en que se desenvuelve el sujeto que aprende,
- En el proceso de construcción del conocimiento la mediación es fundamental, las estrategias metodológicas adecuadas y un rol mediador de facilitador por parte del docente son esenciales,
- La acción grupal dinamiza los procesos de creación del conocimiento y fomenta la calidad de los aprendizajes,
- Se busca el desarrollo integral de la persona, con énfasis en la capacidad crítica, reflexiva y creadora,
- La educación tiende a fomentar el desarrollo de conocimientos, habilidades, actitudes y hábitos para la investigación y la innovación, como base para el progreso de la sociedad y el mejoramiento de la calidad de vida,
- Se estimula en los estudiantes el desarrollo de su personalidad considerando el aprender a ser, aprender a aprender, aprender a hacer y aprender a convivir,
- Se propone desarrollar las potencialidades del estudiantado de acuerdo con sus ritmos y diferencias personales pero considerando el avance científico-tecnológico y el trabajo competitivo.

Del enfoque socio-reconstructivista se asumen planteamientos como los siguientes:

- Se busca el estímulo de aprendizajes significativos que permitan elevar la calidad de vida en relación con las necesidades y demandas cambiantes de las personas, las familias, las comunidades y la sociedad en general,
- Se propicia la participación crítica de los ciudadanos en la vida social, productiva, cultural y política del país. Para ello se busca la formación de un ciudadano crítico, creativo, comprometido y dinámico,
- Se toma en cuenta para la planificación y ejecución del currículo el conocimiento de la realidad y la problemática de la comunidad y la interacción permanente que existe entre el individuo y su entorno sociocultural,
- Se tiende a alcanzar una educación que beneficie a todos, que mejore la calidad de vida y logre, por tanto, la justicia social,
- Se estimula la ampliación de la participación de la familia y la comunidad en el proceso educativo, mediante la integración de una verdadera comunidad educativa,
- Se propicia la descentralización educativa y curricular para lograr una gestión moderna del proceso educativo,
- La educación se ve como un derecho y un deber de la persona humana sin distinción de edad, etnia, sexo, religión, posición económica, social o política,
- La propuesta visualiza la vivencia social como práctica de la democracia y como forma de vida en la que se reafirman los valores éticos, morales, estéticos y ciudadanos, en el marco del respeto y la tolerancia que garantice la justicia social, la cultura de paz y el fortalecimiento de la identidad nacional,

- Se asume el país y el mundo como una sociedad pluriétnica y pluricultural, en la que el estudiantado conoce y valora otras culturas y la suya propia.

Para concretar la opción asumida en el enfoque curricular y en el enfoque pedagógico, se plantean las siguientes pautas u orientaciones curriculares específicas:

- *Centrarse en la persona:* la propuesta curricular se centra en el estudiante como el sujeto principal y centro del currículo. En su proceso de construcción de conocimiento el estudiante debe ser activo con respecto a su entorno físico o los objetos materiales concretos contenidos en el mismo. Asimismo, es esencial el aporte que provee el estudiantado de sus aprendizajes previos, para sustentar sobre ellos los nuevos conocimientos. El estudiante como sujeto y centro de las experiencias de aprendizaje debe vivenciar muchas actividades en forma independiente, ya sea individual o colectivamente. Es fundamental que ellos asuman, con conciencia, su propia responsabilidad y participen con entusiasmo, no como receptores y repetidores sino como actores involucrados en su aprendizaje, mediante el principio de “aprender a aprender”.
- *Integración o correlación entre las asignaturas involucradas en la ética, la estética y la ciudadanía y entre estas y las otras materias del plan de estudios:* aunque la propuesta curricular se organiza en asignaturas, se opta por buscar elementos que permitan establecer relaciones entre esas asignaturas y las otras que completan el plan de estudios de III ciclo y Educación Diversificada. Para lograr esto, se asume el principio de integración curricular, en su primer nivel: la correlación. Es decir, se buscan puntos de contacto entre las asignaturas los cuales pueden relacionarse con diversos elementos: los aprendizajes por lograr, las estrategias de aprendizaje o los contenidos. Cuando se aplica este principio de correlación, las asignaturas mantienen su identidad y su propio perfil, pero entran en relación o contacto con otras asignaturas del plan de estudios. Se propone buscar esta correlación desde la propia asignatura, seleccionando elementos de convergencia en relación con diferentes elementos del currículo.
- *Mediación pedagógica orientada hacia la integración de los conocimientos para la elaboración de aprendizajes:* en vista de la visión de currículum integrado que aquí se propone, la mediación pedagógica, es decir, el trabajo de vinculación cotidiana entre estudiantes y su profesor o profesora, debe facilitar los espacios para que esta integración se haga posible. Como acciones concretas se encuentran los ejercicios de resolución de problemas propuestos por el estudiantado desde una perspectiva exploratoria, el análisis de una situación de comunicación de interés del grupo, la realización de una tarea compleja ejecutada en un contexto dado, la producción de trabajos personales que movilicen cierto número de conocimientos, una visita de campo sobre la cual cada estudiante debe elaborar una hipótesis para explicar el fenómeno observado, trabajos prácticos de laboratorio, la creación de una obra de arte, y como un todo, la resolución de un proyecto de clase.⁶
- *Búsqueda de una línea constructivista:* una pauta curricular básica en esta nueva propuesta curricular es la de optar por la línea constructivista. Se trata de fortalecer, tanto en el diseño general de la propuesta curricular como en los programas de estudio de cada una de las asignaturas que han sido involucradas elementos como: centrar el currículo en el estudiante y el aprendizaje, propiciar el aprendizaje significativo, considerar los aprendizajes previos, concebir al estudiante como constructor de su propio aprendizaje a partir del “aprender a aprender”, propiciar el trabajo colaborativo, estimular la construcción del conocimiento a partir de la realidad, propiciar procesos metodológicos activos y participativos que generen la construcción del conocimiento por parte del estudiantado, propiciar procesos evaluativos que atiendan los principios constructivistas e incluyan la auto-evaluación y co-evaluación.

⁶ Esta idea se toma a partir del trabajo de Roegiers del 2007.

- **Principio de flexibilidad y contextualización:** la propuesta curricular que se plantea para la formación en ética, estética y ciudadanía y los nuevos programas de estudios para las asignaturas involucradas ofrece espacios para su adecuación al contexto y a las condiciones reales de cada institución y de su estudiantado. Esta flexibilidad se concreta, al incluir en los programas de estudio varios elementos curriculares que se ofrecen como “sugerencias” más que como “prescripciones”. Específicamente se da este carácter flexible a las estrategias de mediación, a las de evaluación, a las que se ofrecen para establecer la correlación entre asignaturas, así como aquellas sugerencias que se proponen para impactar la institución educativa y la comunidad.

La contextualización implica considerar los elementos propios del entorno geográfico, económico y socio-cultural en que está inserto cada centro educativo y su estudiantado. Esto se concreta en la incorporación de un espacio en el programa de estudios, para el planteamiento de una serie de sugerencias para impactar la vida institucional y, desde ahí, la comunidad en sus diversos sentidos: desde la comunidad local hasta la comunidad global en que se siente inmerso cada estudiante.

- **Elementos prescriptivos:** hay dos elementos fundamentales, dentro de la propuesta curricular para la formación ética, estética y ciudadana que poseen carácter prescriptivo y que permiten, por tanto, la condición de currículo nacional básico del sistema educativo costarricense. El primer elemento es el compuesto por los “aprendizajes por lograr” en cada uno de los talleres o proyectos de las asignaturas, que se presentan como logros por alcanzar y que orientan el desarrollo de los procesos de aprendizaje. Estos aprendizajes pueden incluir algunos de carácter individual y otros colectivos y se incluyen en los proyectos, antes de las columnas que contienen los contenidos curriculares, con los cuales debe tener total congruencia. El segundo elemento de carácter prescriptivo es el contenido curricular. Tales contenidos, desglosados en contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales deben ser desarrollados obligatoriamente en todas las instituciones educativas. Estos contenidos podrían ser enriquecidos por los docentes si ellos lo estiman pertinente y si las condiciones de la institución, del alumnado y del tiempo lo permiten.

- **Principio de transversalidad:** esta nueva propuesta curricular asume, como otro principio básico, la transversalidad. Se eligió un eje transversal que impregna toda la propuesta curricular (los perfiles, los proyectos incluidos en los programas, las actividades co-curriculares, los espacios curriculares abiertos y los proyectos institucionales). En este caso específico se optó por el eje valores, particularmente por los valores éticos, estéticos y ciudadanos, los cuales permearán, en esta reforma, las asignaturas de Educación Física, Educación Cívica, Artes Industriales, Artes Plásticas, Educación Musical y Educación para el Hogar. Es preciso avanzar también hacia la transversalidad de estos valores en el resto de las materias del currículo, estimulando la ruptura de límites artificiales entre distintos campos del conocimiento y facilitando así la asimilación e internalización de los aprendizajes.

La estrategia pedagógica⁷

El enfoque pedagógico que sustenta este diseño se corresponde directamente con el enfoque curricular. La visión humanista de esta pedagogía lleva a colocar a la persona aprendiente como centro del acto educativo, de manera que todo el currículo se flexibiliza para adaptarse a su realidad de sujeto del proceso.

La visión racionalista permite partir de que cada estudiante es una persona capaz de aprender, de conocer, de construir y de transformar el conocimiento. Así mismo promueve el reconocimiento del bagaje de saberes construidos por la humanidad a lo largo de la historia.

Los procesos educativos se diseñan, entonces, desde la experiencia y la práctica hacia la comprensión de los conceptos, el aprendizaje de los procedimientos y la asunción de actitudes. “Aprender haciendo” es la clave pedagógica desde este enfoque.

⁷ La propuesta de estrategia metodológica fue elaborada por el especialista Edgar Céspedes Ruíz

La propuesta pedagógica incluye las siguientes características:

- Activa: promueve la actividad propositiva del estudiantado hacia la búsqueda del conocimiento. Los estudiantes y las estudiantes, entonces, participan en actividades de grupo, de equipo, y con la comunidad que les permite la construcción individual y colectiva de los conocimientos.
- Democrática: visualiza la vivencia social como práctica de la democracia y como forma de vida en la que se reafirman los valores éticos, morales, estéticos y ciudadanos. Esto implica que la participación del estudiantado en la toma de decisiones, en las propuestas metodológicas, en la evaluación, es importante. Igualmente importante es la mediación pedagógica y el diálogo entre el estudiantado y el profesorado.
- Creativa: esta característica se da en dos sentidos. Por un lado la propuesta pedagógica tiende al desarrollo de la capacidad creadora de cada estudiante en procesos de resolución de problemas, enfrentamientos de retos, creación de alternativas; por otro lado, la propuesta tiende a que las estrategias de mediación busquen ser innovadoras, asertivas e inclusivas.
- Integradora: las estrategias metodológicas propician la integración de elementos de la comunidad a la vida del centro educativo.
- Flexible: la flexibilidad debe permitir que la obtención de los conocimientos individuales y colectivos previstos, y los contenidos curriculares (conceptuales, procedimentales, y actitudinales) se concrete adaptando las metodologías a la realidad del contexto socio económico y cultural del centro y del estudiante.

Esta propuesta se basa en los siguientes principios pedagógicos:

- La propuesta pedagógica asume los saberes sistematizados por la humanidad a lo largo de la historia como base para la construcción y reconstrucción del conocimiento y de los valores en los procesos educativos,
- El papel del mediador, fundamental en estos procesos, exige de él una sólida formación profesional, tanto en el dominio de la disciplina como de la didáctica,
- La mediación pedagógica propicia que la persona aprendiente disfrute del conocimiento y de los procesos de aprendizaje, además de promover el desarrollo de su capacidad de asombro,
- Lo afectivo y emocional se reconoce como un elemento importante en los procesos de aprendizaje,
- La actividad lúdica forma a la persona en relación con las demás y consigo misma,
- La construcción colectiva de los conocimientos facilita su apropiación individual, proceso interior progresivo y diferenciado que se debe respetar,
- Cada persona construye sus propias herramientas conceptuales y su propio aprendizaje, a partir de las experiencias que vivencia, apoyadas por la mediación pedagógica y por el trabajo grupal,
- La individualización permite reconocer las diferencias en la diversidad,
- Las estrategias pedagógicas se vinculan con la experiencia cotidiana y la realidad social, cultural y económica de la persona aprendiente, de manera que el aprendizaje se torne significativo y pertinente,
- La evaluación forma parte del proceso de aprendizaje, educa por sí misma y permite orientar y reorientar los procesos pedagógicos en función del fortalecimiento de su calidad,
- Los procesos de auto-evaluación, co-evaluación y evaluación unidireccional permiten el autoconocimiento, el reconocimiento y la toma de decisiones a partir de ello,

- Las estrategias pedagógicas deben promover en el estudiantado el desarrollo de su capacidad de asombro, como llave para entrar al mundo del conocimiento y a la construcción de saberes, de valores y de actitudes positivas frente a la vida,
- Se propiciará el conocimiento y aceptación de sí mismo, el respeto y la relación afectiva y afectuosa con los otros,
- Las estrategias metodológicas que se planteen deben propiciar en forma permanente la investigación y la experimentación,
- La construcción colectiva de los conocimientos facilita que el aprendizaje sea lúdico, que las relaciones interpersonales sean afectivas y que se produzca la apropiación individual de los conocimientos,
- Las estrategias metodológicas que se propongan deben estar acordes con el nivel de desarrollo intelectual, psíquico y social del estudiante,
- Se deben concebir las estrategias metodológicas como procesos y no como actividades aisladas.

La estrategia de evaluación⁸

A partir del enfoque curricular adoptado, se propone una evaluación enfocada principalmente en el conocimiento y manejo de los procesos más que en la medición de los resultados finales.

Desde la perspectiva del constructivismo, la evaluación es parte integral del proceso de enseñanza y aprendizaje con la finalidad de continuar construyendo los conocimientos y las destrezas. La evaluación es concebida como un proceso valorativo de investigación permanente donde constantemente se recolecta información, se construyen juicios y se toman decisiones en torno al desarrollo del proceso de construcción del aprendizaje.

Las sugerencias evaluativas presentadas en los programas incluyen técnicas e instrumentos novedosos y variados donde el estudiante tenga la posibilidad de actuar con espontaneidad, gusto e interés. Evaluar se considera como una acción colectiva, reflexiva, estimuladora de la autonomía y la criticidad. Con su aplicación se podrán mostrar los avances del aprendizaje en el desarrollo intelectual, personal y social del estudiante. Es importante que las acciones evaluativas que utilice el educador sirvan para que los estudiantes puedan ver su grado de avance en el proceso de aprendizaje y la medida en que se han acercado al logro de los aprendizajes individuales y colectivos propuestos dentro del proyecto. Por esta razón es muy importante que las sugerencias evaluativas incluyan la evaluación en cada etapa, centrada en los procesos, así como la aplicación de pruebas individuales que evalúen la aplicación de los aprendizajes logrados.

De acuerdo con lo anterior, la propuesta evaluativa considera las siguientes orientaciones generales:

- La evaluación es formativa y orientadora, integrada en el propio proceso de enseñanza y aprendizaje,
- La intención de la evaluación es investigar sobre el grado de comprensión, internalización y aplicación de conocimientos y no el dominio de conocimientos aislados,
- El evaluador determina cómo y cuándo aplicar las diversas técnicas, según la situación concreta, el proceso de aprendizaje y el contenido curricular,
- Las diferencias individuales, los ritmos de aprendizaje y los niveles de desarrollo son muy importantes,

⁸ La estrategia de evaluación de los procesos educativos fue elaborada por la especialista Anabelle Guerrero Canet

- La evaluación estimuladora de la autonomía y criticidad se caracteriza por su acción colectiva y consensual, investigativa y reflexiva,
- La utilidad de la evaluación comprende, además, recoger información sobre dificultades, vacíos y logros, para así informar al docente y a los estudiantes sobre lo que realmente ha sucedido con el proceso de construcción del conocimiento,
- Se estimula la participación activa de los estudiantes en la evaluación, se fomenta la auto o co-evaluación y se considera la evaluación del docente como una más entre otras,
- La información obtenida por medio de la evaluación es importante tanto para los estudiantes como para los docentes y para la familia, la información tiene que ser incorporada por las partes para que se convierta en un elemento importante y fundamental y así enriquecer los procesos de enseñanza y aprendizaje, informando a los estudiantes y sus familias sobre su aprendizaje y a los docentes sobre su práctica pedagógica,
- Las acciones evaluativas se dirigen a mostrar a los estudiantes el avance en el proceso de aprendizaje y a propiciar en los estudiantes y docentes el acercamiento al logro de los contenidos curriculares.
- Es necesario que el estudiante pueda actuar con agrado, espontaneidad e interés, por lo tanto, en la evaluación se requiere la utilización de técnicas e instrumentos variados.

La estrategia evaluativa plasmada en los proyectos que componen los programas de las asignaturas tiene las siguientes características:

- La concepción de la evaluación centrada y enfocada en los procesos de aprendizaje, se hace en cada etapa de desarrollo del proyecto, o cada vez que se introduzca un nuevo contenido curricular, tema o concepto,
- La evaluación se centra en los procesos de construcción de conocimientos a la luz de los contenidos curriculares conceptuales y actitudinales,
- Las sugerencias de estrategias de aprendizaje y de mediación pedagógica requieren de sugerencias de estrategias de evaluación pues es así como estudiantes y docentes van construyendo los conocimientos. La finalidad es valorar los saberes construidos por los estudiantes a lo largo del proyecto,
- La parte de la evaluación centrada en los procesos se hace durante cada una de las etapas propuestas, por ejemplo:
 - Motivación: orientación, y producción de saberes e ideas,
 - Explicitación de ideas: indagar sobre aprendizajes previos y posibles potencialidades con respecto al tema
 - Reestructuración de ideas: construcción de ideas y evaluación de las nuevas ideas
 - Aplicación de ideas: utilización de las nuevas ideas en diferentes situaciones hipotéticas o reales
 - Reflexión: revisión del cambio de ideas para hacer conciencia sobre el cambio conceptual y actitudinal.
- A pesar de que la evaluación dentro de este enfoque es más cualitativa, grupal y enfocada en el conocimiento de los procesos, y no solo en la medición de resultados, es importante que el docente cuente con evaluaciones individuales por estudiante para elaborar la nota final. Esto porque se considera que ambos tipos de evaluación son complementarios: la evaluación de tipo

cuantitativo es más intuitiva, más rápida y más subjetiva, mientras la evaluación de tipo cuantitativo es más objetiva, más precisa y más rigurosa.

- Cuando se menciona que se valora, se evalúa, también se señala la forma en que se va a efectuar esta valoración, y esa evaluación. Por ejemplo, esto podría ser por medio de una lista de cotejo elaborada por el docente o en conjunto con los estudiantes,
- Cuando se incluyen conceptos como la criticidad, interés, originalidad, creatividad, atención, esfuerzo, se aclara la forma de evaluar. Por ejemplo, si se hace referencia a la “criticidad”, se especifica si lo que se valora es la presencia o ausencia de ella o más bien se trata de una escala que va de 1 a 10 donde 1 es baja criticidad y 10 alta criticidad,
- Se procura incluir suficientes técnicas entre las sugerencias de estrategias de evaluación, para que el docente y los estudiantes puedan elegir cómo y el cuándo aplicar cada una dependiendo de la situación concreta y de los objetivos particulares de la evaluación en cuestión,
- Como elemento prescriptivo se establece la aplicación de un examen escrito elaborado por el profesor o la profesora al finalizar cada unidad de aprendizaje, es decir, tres al año.

Asignación de puntajes y porcentajes

A partir de la fundamentación filosófica, conceptual y metodológica de la reforma curricular y considerando el elemento prescriptivo antes señalado, se aplicará una reforma parcial al reglamento de evaluación. Dicha reforma no modifica sustancialmente los componentes de la calificación a saber: trabajo cotidiano, trabajo extraclase, pruebas, concepto y asistencia. Sin embargo, incluye un componente adicional a los cinco componentes ya descritos, llamado “proyecto”, dada la importancia de éste en los nuevos programas.

A continuación se presenta el detalle de la modificación para la asignación de porcentajes, en comparación con la estructura actual:

Rubro a calificar	Reglamento actual	Modificación
	III Ciclo	III Ciclo
Trabajo Cotidiano	50	30
Trabajo Extraclase	10	10
Prueba (una)	30	25
Proyecto (uno)	-	25
Concepto	5	5
Asistencia	5	5

La estrategia metodológica⁹

La estrategia metodológica: aprendizaje por proyectos¹⁰

Para efectos de esta propuesta, la estrategia metodológica se asume como el conjunto de actividades, técnicas y recursos debidamente organizados, que se proponen para la consecución de un propósito pedagógico, el desarrollo de unos contenidos curriculares (conceptuales, procedimentales y

9 Esta propuesta fue diseñada por la especialista Zaida Molina, y las asesoras de la Dirección de Desarrollo Curricular Ingrid Bustos y Ruth Vega. El trabajo también contó con la colaboración del especialista Edgar Céspedes.

10 Esta propuesta fue diseñada por la consultora Zaida Molina, y las asesoras de la Dirección de Desarrollo Curricular Ingrid Bustos y Ruth Vega.

actitudinales) y el logro de unos aprendizajes individuales y colectivos, además del abordaje de una serie de valores, actitudes y comportamientos que se promueven en la formación del estudiantado.

En la propuesta curricular se ha optado por el aprendizaje por proyectos como forma de promover los aprendizajes de los estudiantes y las estudiantes, por lo que, de manera coherente, la forma de organizar los procesos de mediación implica asumir que los conocimientos escolares no se articulan para su comprensión de una forma rígida, en función de los contenidos disciplinares preestablecidos, sino más bien creando estrategias de organización de los conocimientos basándose en el tratamiento de la información y en el establecimiento de relaciones entre los hechos, conceptos y procedimientos que facilitan el logro de los aprendizajes¹¹.

Para comprender en qué consiste el aprendizaje basado en proyectos desde la perspectiva constructivista, es indispensable comprender que los procesos de mediación se sustentan en la idea de que el material que se intercambia en educación está compuesto por el conocimiento, la habilidad y la comprensión. El primero es la información que tiene a mano la persona, es decir aquel que puede cada estudiante expresar acerca de lo que conoce cuando se le interroga. Sin embargo esto no es suficiente pues si el conocimiento es información a mano, las habilidades son desempeños de rutina a mano, es decir, lo que hace más allá de lo que dice. Ejemplo de lo anterior es la aplicación de habilidades aritméticas, habilidades sociales, habilidades comunicativas, entre otras. Pero lo anterior tampoco es suficiente pues comprender es más que la información que se tiene a mano y más que una habilidad rutinaria bien automatizada. Comprender es la habilidad de pensar y actuar con flexibilidad a partir de lo que uno sabe y lo que sabe hacer. Es poner en juego los conocimientos y habilidades que se han desarrollado para resolver un problema, construyendo un argumento y armando un producto.¹²

Concretamente, los programas de estudio se centran en la promoción de aprendizajes por parte del estudiantado, a partir de un proyecto central que se desarrolla de manera individual o colectiva. Si bien todos los estudiantes y las estudiantes se concentran en el estudio del mismo tema contenido en el programa, cada uno de ellos se propondrá el desarrollo de un proyecto que les permita la resolución de un problema asociado al tema estudiado. De esta manera, la programación de cada período se presenta como un proceso didáctico que articula todos los elementos del planeamiento para el desarrollo del programa y la consecución de sus propósitos. La estructura programática se organiza en dos unidades por año que contemplan una introducción que describe la fundamentación, el enfoque de la asignatura y su inserción en el marco de la ética, la estética y la ciudadanía; el perfil del estudiantado y los siguientes elementos:

- El título de la unidad: se procura que sea un título provocador, que despierte el interés y que refleje el contenido fundamental que se trabajará.
- Tiempo probable de ejecución.
- Propósito: descripción de lo que se pretende lograr, en términos de lo que va a vivenciar el estudiantado para alcanzar ciertos aprendizajes.
- Aprendizajes individuales y colectivos por lograr: aprendizajes que se pretende construya el estudiantado mediante las diversas experiencias de mediación que se desarrollen, con la orientación docente.
- Los contenidos curriculares desglosados en contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales: los contenidos conceptuales incluyen los hechos, datos, fenómenos, conceptos y teorías a partir de los cuales cada estudiante construye sus aprendizajes. Los contenidos procedimentales buscan promover el desarrollo de habilidades y conductas congruentes con los aprendizajes elaborados y que a la vez inciden en la calidad de dichos aprendizajes. Los

¹¹ Esta definición se basa en lo expuesto por Hernández, 1986.

¹² Concepto basado en Perkins (1999) tomado del texto II Curso Internacional de enseñanza para la comprensión, desarrollado por la Fundación Omar Dengo y el Proyecto Zero de la Universidad de Harvard en el año 2002.

contenidos actitudinales promueven el desarrollo de una disposición para la actuación en concordancia con los valores éticos, estéticos y ciudadanos.

- Los valores, actitudes y comportamientos éticos, estéticos y ciudadanos que se enfatizarán o se relacionan con el proyecto.
- Las sugerencias de estrategias de aprendizaje y de mediación (derivadas de las estrategias metodológicas propuestas en el diseño).
- Las sugerencias de estrategias de evaluación (derivada de la estrategia evaluativa propuesta en el diseño curricular).
- Las sugerencias para correlacionar este proyecto con las asignaturas integradas en la visión de la ética, la estética y la ciudadanía.
- Las sugerencias para correlacionar este proyecto con las otras asignaturas del plan de estudios.
- Las sugerencias de estrategias para impactar la institución educativa y la comunidad.
- El glosario: incorporación de términos técnicos o propios de la asignatura que se considere puedan ser desconocidos por los docentes.
- La bibliografía.

En la planificación de estas unidades se consideran las siguientes premisas básicas:

- La propuesta debe promover la acción y participación del estudiantado en situaciones reales y concretas de su vivencia cotidiana.
- El estudiantado aprende haciendo y construyendo sus propias respuestas, más que recibéndolas por parte del cuerpo docente.
- El equipo docente es promotor y facilitador de experiencias, en las que el estudiantado construye aprendizajes.
- La práctica pedagógica promueve la participación de docentes, estudiantes, institución y comunidad en el desarrollo del proyecto.
- Las situaciones que se propongan orientarán al estudiantado a desarrollar actitudes y comportamientos reflexivos, críticos, autocríticos y proactivos.
- La didáctica de la unidad es activa, de manera que en determinados momentos genera trabajo en grupos, en parejas, individual o en grupo total.

En este tipo de propuesta curricular los docentes y los estudiantes interactúan como corresponsables del proceso de enseñanza y aprendizaje, pero la participación de cada uno y cada una posee sus propias responsabilidades, alcances y límites. Cada docente asume su rol facilitador que conlleva la responsabilidad de tener claras las intenciones y los propósitos que se desean alcanzar en cada experiencia de aprendizaje, es quien organiza los procesos pedagógicos y se asegura que estos permitan alcanzar los aprendizajes y construir los conocimientos prescritos en los programas de estudio. Por su parte, cada estudiante asume la responsabilidad de desarrollar sus propias habilidades y potencialidades para lograr construir los aprendizajes previstos en los programas. Para ello, el estudiantado debe involucrarse en forma activa y responsable en todas las experiencias de aprendizaje organizadas y en cuya planificación podría tomar parte.

La técnica para el desarrollo de las unidades: el taller¹³

Las sugerencias metodológicas se proponen como un conjunto de acciones y actividades a realizar, que implican el uso y aplicación de la lógica y la creatividad del planificador, para lograr una propuesta pedagógica ordenada y coherente que promueva el aprender a ser, aprender a aprender, aprender a hacer y el aprender a convivir, pilares fundamentales de una formación integral en ética, estética y ciudadanía. Por lo tanto, la técnica que se utiliza para estimular el desarrollo de cada unidad es el taller, concebido como una estructura pedagógica de acción en la que tanto la enseñanza como el aprendizaje conforman un marco de fuerte compromiso personal, con base en propuestas específicas. El proceso educativo se hace operativo mediante la acción grupal que, con una guía flexible, dúctil, enriquecedora para la persona y el grupo, activa el pensamiento por propia convicción, necesidad y elaboración. El taller induce a la acción al facilitar la construcción de nociones básicas para aplicar en una propuesta concreta de trabajo. La acción inducida se caracteriza por el compromiso, la personalización, el conocimiento de la realidad, el protagonismo, la participación, la responsabilidad, la cogestión, la auto gestión y otras condiciones que resultan de mayor beneficio a la transformación personal.

Los programas incluyen sugerencias específicas para el desarrollo de los talleres que se fundamentan en consideraciones de naturaleza general referidas a esta técnica y que es importante tener presentes. En el desarrollo de un taller deben estar presentes al menos cuatro momentos coincidentes con los elementos anteriormente enunciados. En vista de la importancia de la construcción grupal, cada taller debe ser iniciado con una actividad que promueva o preserve precisamente esa condición de grupo. Las llamadas técnicas “rompe hielo” cumplen con esta función, mejor aún cuando la responsabilidad de su desarrollo la asumen los mismos estudiantes al otorgárseles pertinencia cultural.

La propuesta de tema central como segundo momento, deberá hacerse de manera que induzca la discusión. Si bien se aporta información concreta y comprometida, la forma en que se hace debe garantizar la duda razonable y la necesidad de ser contextualizada a la realidad del grupo. El profesor o la profesora podrá aportar temas para ser discutidos mediante guías que cuestionen su contenido y demanden la reelaboración de estos. Muchas veces este contenido no necesariamente debe ser llevado de antemano sino que puede ser producto de la discusión colectiva, o de una “lluvia de ideas”. Lo importante es que sirva de insumo para la construcción del conocimiento.

El tercer momento, el cual puede ser desarrollado a la par del análisis de contenido, se da con la discusión participativa. Ésta tiene el fin de asumir posiciones personales y grupales que faciliten la acción necesaria para completar el proyecto que tienen entre manos los estudiantes del grupo general o de diferentes subgrupos.

Como cuarto y último momento, el profesor o la profesora debe promover que la discusión y la acción se orienten a hacer explícitos los aprendizajes individuales y grupales del grupo de estudiantes, lo cual sobre todo quedará reflejado en los resultados del proyecto desarrollado.

El desarrollo de cada unidad puede ser visto como un gran taller a lo largo de las lecciones de todo el período por lo que es importante poder cumplir con las cuatro fases antes mencionadas, pero igualmente puede ser pensado como pequeños talleres de más corta duración a lo interno del trimestre. Todo dependerá de la forma en que cada docente decida planificar su trabajo.

¹³ Basado en Lespada, 1990 y en Mata, 2007.

INTRODUCCIÓN A LOS PROGRAMAS DE ESTUDIO DE EDUCACIÓN PARA LA VIDA COTIDIANA

Este documento presenta las principales características conceptuales de los nuevos programas de estudio de Educación para la Vida Cotidiana en secundaria en Costa Rica, asignatura que, hasta ahora, se conocía con el nombre de Educación para el Hogar.

Históricamente, la Educación para el hogar estuvo asociada con las tareas que tradicionalmente fueron asignadas a las mujeres en el hogar. Por ello, se impartía únicamente a las mujeres y se limitaba a temas como cocina, costura, manualidades, limpieza del hogar e higiene.

Con la inserción de las mujeres al mundo laboral y con los cambios sociales y familiares que ello trajo, el ámbito de la formación para el hogar se reconceptualizó en varios sentidos: (i) para integrar áreas asociadas a la mayor complejidad en las interacción familiar y con la comunidad, que en el contexto actual se consideran esenciales para un desarrollo adecuado de la vida cotidiana, (ii) para integrar las nuevas condiciones en la distribución de las tareas según el género y (iii) para contemplar ambientes de la vida más amplios que impactan la calidad de vida de los hogares.

Más recientemente, se incluyen áreas tales como las relaciones intrafamiliares, la educación de los padres, la educación del consumidor, el diseño de interiores, la ebanistería para el hogar, el cuidado y desarrollo integral de niños y las niñas, las finanzas personales, la salud y la vivienda.

En el contexto presente y particularmente en los países desarrollados, la educación para el hogar tiene como finalidad el desarrollo de habilidades prácticas y criterios necesarios para la sobrevivencia en la vida cotidiana. Se promueve la autonomía personal y la vivencia efectiva en una sociedad más amplia, como medio para el logro de un mejor futuro para sí mismo y para las otras personas. Los contenidos específicos de la formación para la vida personal y su fundamento varían de un lugar a otro, pero sobre todo, se amplían en función de los contextos en los cuales se forman las personas.

Educación para el hogar y educación para la vida

La reformulación del programa de estudios de lo que a partir de ahora se conocerá como Educación para la Vida Cotidiana, se desarrolló en el marco de la reforma curricular en ética, estética y ciudadanía. Esa reforma impulsa la educación para una vida más plena y para una mejor convivencia social y política.

En el caso de la Educación para la Vida Cotidiana, se supone –como mínimo- que: (i) los contenidos de este tipo de educación sean útiles, que tengan significado y aplicación en la vida cotidiana de las personas, (ii) que las personas aprendan a ser dueñas de su vida cotidiana, para lo cual deben contar con habilidades y destrezas básicas para conducirse con autonomía e independencia a nivel individual y en relación con los demás.

Hasta ahora, en el espacio de esta asignatura, se han desarrollado actividades consideradas útiles - en su momento- para la vida en familia o la vida en la casa. La costura, la cocina o las manualidades dominan los contenidos que realmente se imparten en las aulas. En el contexto actual, en el que la mayoría de las personas trabaja fuera del hogar y hay mayor interacción social, este tipo de contenidos es claramente insuficiente para el desarrollo de las habilidades necesarias para promover la autonomía y una conducción adecuada de la vida personal encaminada al bienestar y el disfrute pleno de la vida.

Aunque se ha logrado un avance cualitativo al impartir las lecciones tanto para hombres como para mujeres –anteriormente esta asignatura solamente era impartida a las mujeres-, era necesario realizar

ajustes a los contenidos y propósitos específicos con el fin de adaptarlos a la realidad en la que se desenvuelven los jóvenes hoy en día.

Una revisión de los cambios en el contexto social y económico y la situación actual del país indica tres tipos de problemáticas centrales que tienen que ver con la conducción inadecuada de la vida personal: (i) malas prácticas de vida saludable, especialmente en el campo de la nutrición y del cuidado general del cuerpo y la mente, (ii) alta vulnerabilidad ante situaciones de inseguridad y riesgos diversos que ponen en peligro la vida o la calidad de vida de las personas, (iii) incapacidad de administrar adecuadamente las finanzas personales y familiares. Los nuevos programas de Educación para la Vida Cotidiana giran en torno a esas tres problemáticas, buscando incidir directamente sobre la calidad de vida de las personas tanto a nivel individual como a nivel social.

Los efectos de una mala nutrición o de prácticas de vida que menoscaban la salud de las personas generan grandes pérdidas en el rendimiento escolar y posteriormente en la productividad laboral, sin considerar la pérdida potencial de vidas o su menoscabo como resultado de deficiencias en el autocuidado de las personas. Por otra parte, la creciente inseguridad ciudadana y la falta de prevención ante riesgos producen altos niveles de estrés, pérdidas económicas y pérdida de vidas; parte de lo cual bien puede prevenirse y tratarse con un buen manejo frente a estas amenazas. Finalmente, el manejo poco informado, descuidado o irresponsable de las finanzas personales y familiares no solo ocasiona diversos problemas en el ámbito personal y familiar, particularmente graves cuando las y los jefes de familia llegan a su edad adulta mayor; sino consecuencias a nivel social en tanto se pueden generar presiones sobre el sistema financiero, cuando se recurre a crédito sin capacidad de pago.

Los nuevos programas buscan, por el contrario, educar a cada estudiante para que tenga los conocimientos, las destrezas y la sensibilidad necesarias para enfrentar su vida cotidiana en cada uno de estos campos de tal manera que mejore su calidad de vida y la de la gente que le rodea.

En términos de nutrición se busca no solo que adquieran hábitos de alimentación saludables, sino que aprendan a disfrutar plenamente de la comida, que comprendan el carácter social y de convivencia que acompañan al acto de “comer” y que aprendan también sobre los elementos de identidad cultural asociados con la comida, con la cultura gastronómica de nuestro país – en sus distintas regiones – y de las distintas sociedades del mundo.

En lo que respecta a la seguridad y el riesgo, se trata de formar jóvenes con una clara noción de lo que significa vivir en un mundo y una sociedad caracterizados por diversos tipos de riesgos que demandan una actitud preventiva y proactiva, así como capaces de comportarse en forma adecuada frente a las amenazas de la inseguridad que pueden enfrentar en su vida cotidiana: en la casa, en el colegio, en la calle. Esto se complementa con un aprendizaje básico de primeros auxilios.

Finalmente, vivimos en un mundo en el que todos tenemos algún tipo de vinculación con el dinero: compramos, vendemos, ahorramos, pedimos prestado, invertimos, etc. La sociedad moderna exige que todos tengamos nociones básicas del manejo del dinero, de las finanzas: los estudiantes deben aprender sobre el significado y el valor del dinero, deben saber hacer un presupuesto, asignar prioridades a sus gastos, deben desarrollar una cultura del ahorro y conocer las principales formas en que se puede ahorrar, necesitan conocer las herramientas del crédito y saber cómo usarlas responsablemente, evitando el endeudamiento innecesario, y deben tener nociones básicas sobre cómo invertir y cómo ahorrar preventivamente para cuando sean adultos mayores.

Tales son los temas de estos nuevos programas que, como su nuevo nombre bien lo indica, pretenden contribuir a que todas y todos nuestros estudiantes sean capaces de manejar mejor y disfrutar más su vida cotidiana.

1. Los ejes de la reforma del programa de estudios

El primer eje temático –estilos de vida saludables- recoge la necesidad de estimular prácticas para mantener y mejorar la salud y la calidad de vida de las personas y con ello, hacer efectivo el derecho de los jóvenes a la salud.

Se trata de que las personas se informen, reflexionen y apliquen, en forma habitual, prácticas que mantengan y mejoren su estado de salud y les permitan disfrutar sanamente de la vida. Su contenido responde a la pregunta: ¿qué necesito para tener, mantener y disfrutar una vida sana? Comprende el desarrollo de hábitos de alimentación sana, agradable y diversa mediante dietas balanceadas –cuya composición conocerá y estará en capacidad de escoger o preparar-, la capacidad de la persona para comprar y escoger diversidad de alimentos adecuados para ese fin, saber preservarlos, almacenarlos, prepararlos y manipularlos. Se integra la indagación y reflexión sobre las consecuencias en la salud física y mental de prácticas inadecuadas de alimentación y se insistirá en el disfrute individual y social de la alimentación. La higiene y el ejercicio físico, la promoción de la salud así como la prevención de enfermedades y el uso adecuado de los servicios sociales de salud, también son componentes esenciales de este eje temático. En síntesis, se espera formar personas que disfruten una vida sana y sean capaces de minimizar las limitaciones prevenibles de la salud de manera que estén en capacidad de desarrollar su potencial tanto en el ambiente educativo como en las demás áreas de su vida personal y social.

La seguridad personal es el segundo eje temático. Ofrece respuesta a las interrogantes: ¿qué necesito para sentirme más seguro en casa, en el colegio, en la comunidad, en un espacio público? ¿qué debo hacer para contribuir a generar ambientes más seguros? El concepto de seguridad al que se hace referencia no está limitado a los riesgos asociados con la delincuencia, sino que se visualiza en sentido amplio, como seguridad ante cualquier riesgo o amenaza la vida o la integridad física o emocional causada por la naturaleza o los seres humanos. Se trata de que las personas puedan identificar los riesgos en los distintos espacios de su vida cotidiana, conozcan las formas de prevenirlos y enfrentarlos adecuadamente, es decir, se trata de aumentar sus fortalezas y capacidades para enfrentar con éxito los retos en cuanto a su seguridad a los que se ven expuestos en la sociedad actual.

Al igual que en el eje temático anterior, se estimularía la adopción –en forma habitual y permanente- de prácticas de protección y prevención ante los distintos riesgos. Para ello se contemplan aspectos tales como: los elementos centrales para la seguridad física y emocional, la detección de riesgos en la vida cotidiana, incluyendo las amenazas físicas y emocionales dentro del hogar y las formas de prevenirlos o enfrentarlos, los accidentes más comunes en los distintos espacios en los que se participa en la vida cotidiana y su prevención, la detección de condiciones riesgosas en relación con la infraestructura de las viviendas o instalaciones, prácticas seguras para la realización de las actividades en el hogar -como levantar peso, manejo de productos de limpieza, uso de la cocina y sus implementos, entre otros-, prácticas adecuadas a la hora de transitar, uso seguro de herramientas de comunicación, incluyendo mensajes de teléfono e Internet. Se considera esencial, además, que las personas cuenten con los conocimientos y prácticas básicas de atención de primeros auxilios, como una forma de enfrentar los riesgos de la vida cotidiana.

La educación financiera -y específicamente las finanzas personales y familiares- constituye el tercer eje temático del nuevo programa de estudios de Educación para la Vida Cotidiana. Comprende un conjunto de conceptos y reglas básicas para el manejo adecuado de las finanzas individuales y familiares. Se trata de entender la importancia de las finanzas en la vida cotidiana, de la elaboración del presupuesto personal y familiar y la toma de decisiones basada en la capacidad de pago y de ahorro. Incluye el conocimiento y la práctica de estrategias de ingreso y gasto equilibradas y acordes con las metas personales, el uso adecuado del crédito y particularmente de las compras a crédito y las tarjetas de

crédito, las reglas básicas para el ahorro y la inversión, así como el reconocimiento y toma de decisiones respecto a distintas opciones de ahorro e inversión.

El concepto clave tras este eje – por analogía – es el de salud financiera, entendida como el proceso de previsión, planificación y manejo de los recursos intelectuales, técnicos y económicos, de modo tal que permitan una vida digna y libre de las angustias innecesarias que surgen de la imprevisión financiera. Implica establecer un orden de prioridades entre sus objetivos existenciales y desarrollo personal y familiar y promover, como resultado la seguridad y estabilidad financiera de los individuos.

2. Matriz temática del programa de estudios de Educación para la Vida Cotidiana

La matriz temática constituye el resumen del contenido del nuevo programa de estudios de Educación para la Vida Cotidiana, en el que se muestran las relaciones verticales y horizontales de las unidades temáticas propuestas.

El tema horizontal es el tema anual que da unidad a los dos semestres. El proceso vertical contempla la secuencia de las unidades temáticas según el proceso de maduración de la persona joven.

NIVELES	TEMA		SEMESTRES	
			1	2
7	Estilos de vida saludables		Prácticas para una alimentación sana, agradable y diversa	Prácticas de vida saludables
8	Seguridad personal		Prácticas de seguridad personal en el entorno cercano	Primeros auxilios
9	Educación financiera para la vida		Administración del dinero personal y familiar	Ahorro y crédito: uso responsable

En el ámbito del primer tema -los estilos de vida saludables- se incluyen los siguientes contenidos específicos:

- La alimentación como una práctica saludable
- La alimentación como fuente de identidad y disfrute individual y colectivo
- Los grupos de alimentos, almacenamiento, aporte a la nutrición y la calidad de vida
- Dieta equilibrada
- Manipulación saludable de los alimentos
- Hábitos de alimentación y sus efectos
- Salud personal , prevención de enfermedades
- Hábitos de higiene personal
- Salud mental y emocional
- Prácticas de limpieza en el hogar y en el colegio

En el área temática de la seguridad personal, se abarca:

- Seguridad física y emocional
- Seguridad en el hogar
- Seguridad fuera del hogar.
- Primeros auxilios como herramienta útil ante emergencias médicas
- Prevención de accidentes mediante la detección temprana de riesgos en el hogar, las vías públicas y otros lugares frecuentados.

- Prevención y medidas por tomar en caso de emergencias o accidentes.

En materia de Educación Financiera para la vida se contemplan los siguientes contenidos específicos:

- La planificación de la vida financiera y sus etapas
- El dinero y las finanzas.
- El presupuesto personal y familiar.
- El ahorro y sus implicaciones.
- El crédito y las tarjetas de crédito.
- La inversión.

3. Los valores en el nuevo programa de estudios

Los valores no son un tema más en este programa de estudios. No son algo que se aprende separado del resto de los temas, son su fundamento. En la reforma en “ética, estética y ciudadanía”, de la cual este nuevo programa de estudio forma parte, se busca mejorar las actitudes y las prácticas para una mejor convivencia social y política, fundamentada en los valores de libertad, igualdad, solidaridad, disfrute y valoración de la diversidad. Se trata de aprender -a través de la vivencia y del desarrollo de destrezas y capacidades- mediante estrategias de mediación apropiadas para ese fin. Este mejoramiento de las capacidades necesarias para la vida colectiva no se genera en forma espontánea, es aprendido y enseñado. Estos valores, y las actitudes y prácticas asociadas a ellos, son la base que determina la necesidad de los temas seleccionados en esta asignatura, así como de su desarrollo.

Para que este tipo de ciudadanía juvenil y adulta se logre construir, la pregunta relevante es ¿qué necesitamos que cada estudiante aprenda para el mejor manejo de su vida en el hogar; y cómo se logra esto? Se necesita que cada estudiante aprenda a ser una persona capaz de respetarse a sí misma y capaz y dispuesta a respetar a las otras personas y, en particular, a los miembros de su familia; que pueda asumir con responsabilidad las tareas apropiadas para su edad, incluido su propio cuidado y el de otras personas con las que convive, que no tenga ni actitudes ni prácticas discriminatorias ante las diferencias entre las personas o por género, que aprecie y practique la cooperación, la generosidad, el diálogo y la honestidad, que maneje en forma pacífica los desacuerdos y que disfrute del afecto, tanto darlo como recibirlo.

Adicionalmente a la formación de personas con las características antes mencionadas, se busca que mire al hogar como a la primera unidad social, que luego se extiende a la comunidad local y educativa y que finalmente conforma, con muchas otras, nuestra nación.

El conocimiento de los estilos de vida saludables permiten el respeto a sí mismo y a las demás personas, permite desarrollar las prácticas de cuidado personal, permite cooperar en una forma más constructiva. Aprender y desarrollar buenas prácticas sobre riesgos y seguridad también refuerza el cuidado de sí mismo y de las demás personas y fomenta una mayor autonomía personal.

Finalmente, el eje de ahorro y finanzas permite desarrollar tareas propias para la edad y para la vida adulta también. Si una persona no cuenta con un conocimiento y práctica de cómo hacer un presupuesto y un plan, de cómo ahorrar, de cómo obtener y utilizar responsablemente el crédito, de cómo administrar los recursos financieros, no podrá emprender sus tareas juveniles y adultas en el campo de los recursos financieros.

A continuación se resumen los valores, actitudes y prácticas centrales que guiarán el desarrollo del programa de estudios de Educación para la Vida Cotidiana en el Tercer Ciclo de Educación Básica.

Valores	Actitudes	Prácticas
Libertad	Respeto propio Respeto por las demás personas Autonomía	Prácticas de cuidado personal Buenas prácticas de prevención de riesgo Buenas prácticas de alimentación y salud Juicio crítico Administración de su consumo y sus gastos, de sus ingresos
Igualdad y derechos	Búsqueda de equidad de género Respeto a los grupos de distintas edades Ejercicio del derecho a la salud	Prácticas en el hogar sin discriminación de género y edad Autonomía (en general y autonomía financiera)
Solidaridad	Aprecio por la cooperación y por la generosidad	Protección y ayuda a los más vulnerables Práctica de primeros auxilios Ayuda en la prevención de riesgos Promoción del bienestar, distribución del ingreso y el gasto familiar
Disfrute de la diversidad	Respeto y aprecio por la diversidad Aceptación del derecho al desacuerdo Aprecio por el diálogo	Disfrute de compartir los momentos de consumo de alimentos y su diversidad Capacidad de llegar a acuerdos sobre el manejo de las finanzas y presupuestos del hogar
Responsabilidad	Aprecio por la rendición personal de cuentas Aprecio por la organización de las finanzas personales y familiares Aprecio por la seguridad física y emocional Actitud previsor	Buenas prácticas de consumo, presupuesto, ahorro y finanzas Detección de riesgos Prevención de accidentes

4. Perfil de salida

El estudiantado será capaz de enfrentar su contexto con una actitud abierta a nuevas experiencias, de manera crítica pero positiva, muestra interés en aprender de ellas y aprovecharlas y cuenta con las herramientas necesarias para medir y enfrentar los riesgos que pueden acarrear con responsabilidad e información.

Luego de recibir todos los talleres del tercer ciclo, el o la estudiante:

1. Elige y practica estilos de vida saludables.

- Reconoce la alimentación equilibrada y la actividad física como medios para su desarrollo físico, mental y social.
- Disfruta de la diversidad de alimentos y de la convivencia con compañeros y familiares en los momentos de tomar los alimentos.
- Practica hábitos de higiene y limpieza saludables para proteger su salud y la de los demás.

2. Es capaz de identificar los riesgos y poner en práctica las medidas básicas necesarias para mantener su seguridad personal en la sociedad actual.

- Desarrolla hábitos y actitudes necesarios para la toma de decisiones acertadas que le ayuden a mitigar los riesgos a los que se encuentran expuestos
- Contribuye en la construcción de ambientes más seguros y de menos violencia.
- Procura estilos de vida que le propicien bienestar.
- Desarrolla y acata normas de seguridad personal y colectiva.
- Es capaz de enfrentar adecuadamente situaciones de emergencia médica

3. Administra adecuadamente y toma decisiones responsables en el manejo de sus finanzas.

- Establece un orden de prioridades en sus hábitos financieros que le permitan tener una vida financiera saludable.
- Analiza críticamente las ofertas de crédito y actúa responsablemente en su uso
- Promueve el ahorro y cumple con sus obligaciones tributarias.

5. Sobre la Evaluación de Educación para la Vida Cotidiana

La evaluación valora aspectos formativos que propician un cambio actitudinal (valores, actitudes y prácticas) y el desarrollo cognitivo. En los componentes para evaluación del estudiantado se da un peso importante al desarrollo del proyecto y se plantea una sola prueba escrita en cada taller.

La calificación de los aprendizajes del estudiante será el resultado de la suma de los siguientes valores porcentuales:

Calificación de los aprendizajes	
Componente	III Ciclo de Educación General Básica (sétimo, octavo y noveno)
Trabajo Cotidiano	30
Trabajo Extraclase	10
Prueba (una)	25
Proyecto (uno)	25
Concepto	5
Asistencia	5

6. Relación con otras asignaturas del Tercer Ciclo y la Educación Diversificada

Relación de la asignatura de Educación para la Vida Cotidiana y otras asignaturas del área de formación ética, estética y ciudadana:

El desarrollo de las habilidades personales para la salud, seguridad y manejo de las finanzas de una manera adecuada, está estrechamente relacionado con las otras asignaturas de formación ética, estética y ciudadana. Busca incidir -fortaleciendo desde lo personal hacia lo colectivo- en la convivencia social y en el desarrollo de prácticas saludables personales que a, su vez, repercuten sobre prácticas colectivas más saludables y propicia sociedades con más herramientas al servicio de su desarrollo y el de sus ciudadanos.

Artes plásticas y Educación Musical: la promoción de espacios más seguros y saludables para la expresión artística.

Educación Cívica: formación para la convivencia y la ciudadanía con valores estéticos y con destrezas de cuidado y disfrute individual y colectivo, apreciando la diversidad.

Artes industriales: formación para el auto cuidado e independencia, con destrezas para la vida cotidiana y trascendiendo y superando barreras de género.

La relación con las otras asignaturas del plan de estudios:

La relación de la promoción de la salud, la seguridad y la educación financiera es amplia, en especial porque remite a lo cotidiano y a lo personal, una serie de temas comunes que se analizan de forma más macro en muchas de estas materias. De igual manera permite evidenciar la aplicación de temas considerados lejanos y abstractos como el tema de las finanzas a la vida cotidiana de las personas.

A continuación se presentan algunos ejemplos de correlaciones específicas:

Educación Cívica:

- Apreciar los valores ciudadanos como parte de los elementos de disfrute de una vida en una sociedad saludable y participativa.
- Comprender la relación entre las prácticas saludables propias y cómo se traducen en sociedades más responsables, mediante la práctica de una responsabilidad personal.
- Valoración de elementos representativos de los diversos grupos culturales en sus símbolos, política e idiosincrasia (por ejemplo, en la diversidad de su gastronomía).
- Coadyuvar en la formación de actitudes y prácticas no sexistas en los roles cívicos y acceso a puestos públicos, desde el hogar.
- Analizar los efectos sobre el contexto nacional de índices de salud y enfermedad.
- Promover acciones para la demarcación y señalización de zonas de seguridad, rutas de evacuación y áreas de peligro del centro educativo.
- Valorar las formas de compartir, oficios, vestuario, comidas, costumbres y otras, que distinguen a cada comunidad, al país y a la juventud.

Música y Artes Plásticas:

- Apreciación de la diversidad cultural y de valores estéticos como parte de la promoción de la salud y el disfrute, incluyendo el disfrute de las diversidades culturales y entre las personas, así como la riqueza cultural de las diversas gastronomías.
- Reconocimiento del bienestar o efectos saludables que provocan los estímulos que provienen tanto de la participación en manifestaciones artísticas como ejecutor, así como al participar como público de las mismas.

Español:

- Propiciar el disfrute de la lectura, como fuente de bienestar personal y de conocimiento acerca de la diversidad de las personas.
- Promover el uso de un lenguaje inclusivo, en especial en lo relacionado con la superación de roles estereotipados de género (mujer en el hogar y hombre en la calle).

Ciencia, Física, Química y Biología:

- Estudio de factores biológicos que influyen en la salud, formas de actuación de los medicamentos, sustancias nocivas (incluyendo envenenamiento por animales o insectos).
-

Informática:

- El uso de tecnologías de la información como mecanismo de socializar prácticas de vida saludables, mecanismos para mantenerse seguros y manejar adecuadamente las finanzas.

Matemática:

- Uso de cálculos de ejemplo para la educación financiera (intereses, ejemplos provenientes de planes de ahorro, inversión, emprendurismo, etc.) para la aplicación de fórmulas matemáticas.
- Aplicación de la lógica para ver causas y efectos de problemas de salud, el endeudamiento u otros.
- Analizar gráficos, estadísticas y similares de índole económico y financiero (porcentajes de variación, tipo de cambio, entre otros)

Estudios Sociales:

- Analizar el rol que la salud, la seguridad y las buenas prácticas financieras han tenido en la historia de naciones y países.
- Destacar los índices de salud, seguridad y económicos como herramientas para conocer y medir el desarrollo de un país o nación. Analizar el porqué de esto, la importancia de éstos índices, lo que reflejan.
- Propiciar el análisis crítico de los roles, prácticas y actitudes culturalmente y familiarmente asignadas a hombres y mujeres.
- Analizar el papel de los alimentos, la nutrición y la cultura gastronómica en diversos contextos históricos y sociales.

PRIMERA UNIDAD EDUCACIÓN PARA LA VIDA COTIDIANA

7º año

1. **Título:** Aprendemos a alimentarnos sanamente.
2. **Tiempo probable:** Primer semestre.
3. **Propósito:**
El estudiantado adquiere conocimientos, habilidades, sensibilidad y destrezas individuales que le permiten comprender y valorar la importancia de mantener una dieta agradable y saludable, a la vez, participará e influenciará el modo de alimentación sana en su familia. El estudio de esta unidad le dará al estudiante los insumos necesarios para generar cambios hacia una alimentación diversa, placentera para su vida y junto con las personas que le rodean.
4. **Aprendizajes individuales y colectivos por lograr:**
 - Comprender la alimentación en sus diversos aspectos:
 - a. De salud: nutricional
 - b. De disfrute: gastronómico
 - c. De identidad y diversidad: cultural
 - d. De convivencia: compartir y departir
 - Comprensión y valoración de la importancia de tener una nutrición sana, agradable y diversa.
 - Sensibilización sobre la necesidad de verificar constantemente la calidad, frescura e inocuidad de los alimentos que se consumen.
 - Identificación, preparación, y consumo de una dieta equilibrada y saludable.
 - Apropriación de las actitudes y los conocimientos necesarios para desarrollarse responsablemente en el área de la salud nutricional.
 - Capacidad para manipular y almacenar saludablemente los alimentos.
 - Conocimiento y sensibilización sobre los malos hábitos de alimentación y sus consecuencias sobre la calidad de vida de las personas.
 - Comprensión del papel de la alimentación como elemento de la identidad cultural y medio de disfrute individual y social, así como herramienta para el disfrute de la diversidad.

5. Contenidos curriculares		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
<ol style="list-style-type: none"> 1. Los cuatro aspectos de la alimentación: nutricional, gastronómico, cultural y social 2. Importancia de los hábitos de alimentación sana. 3. Tipos de alimentos, escogencia y almacenamiento: <ol style="list-style-type: none"> a. Grupos alimenticios. b. Cómo escoger alimentos. c. Cómo almacenar y preservar los alimentos (crudos y cocidos). 	<p>Comprensión del concepto de una nutrición sana, agradable y diversa, sus características y su importancia.</p> <p>Reconocimiento de los diferentes tipos de alimento y su manejo adecuado.</p> <p>Desarrollo de habilidades y destrezas para escoger y almacenar adecuadamente los alimentos.</p> <p>Promoción del aprecio por la variedad como elemento que promueve el bienestar y disfrute.</p>	<p>Práctica de hábitos saludables de alimentación.</p> <p>Aplicación de estrategias de manipulación y almacenamiento adecuado de alimentos</p> <p>Actitud abierta a la diversidad cultural por medio de la variedad en la alimentación</p> <p>Disfrute de los momentos sociales de compartir la alimentación</p>
<ol style="list-style-type: none"> 4. Una dieta variada y equilibrada. Qué comer y cuándo. <ol style="list-style-type: none"> a. Verduras y su preparación. b. Frutas y su preparación. c. Carnes y su preparación. d. Harinas: consumo y preparación. e. Menús balanceados. Tiempos de comida saludables. f. Principios básicos sobre dietas especiales para personas con riesgos de la salud. g. Alimentación de niños y niñas de primera infancia. Importancia de la lactancia materna h. Buenos hábitos a la hora de comer. i. Diversidad de las comidas en el mundo: La comida como elemento que refleja la cultura y costumbres de un pueblo, así como una 	<p>Comprensión de la importancia de mantener una dieta equilibrada.</p> <p>Desarrollo de destrezas y habilidades para preparar y combinar los diferentes tipos de alimentos en una dieta balanceada.</p> <p>Elaboración de diferentes menús balanceados y variados, para llevar una vida saludable.</p> <p>Establecimiento de relaciones entre las diferentes posibilidades de dietas para personas con riesgos de salud y de primera infancia.</p> <p>Comprensión de la importancia de mantener buenos hábitos en el momento de consumir los alimentos.</p> <p>Desarrollo de las habilidades y destrezas para comer en forma correcta.</p>	<p>Capacidad de elaborar menús aptos, diversos y balanceados</p> <p>Uso de hábitos correctos a la hora de comer.</p> <p>Actitud abierta hacia el disfrute y aprecio de un menú variado y distinto</p> <p>Aprecio por la cocina costarricense</p> <p>Capacidad para promover y disfrutar espacios para compartir alimentos con otras personas</p>

<p>manera de disfrutar y valorarla.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comidas costarricenses • Comidas de diversas culturas • Cocina reconocida internacionalmente <p>j. El papel de la cocina como espacio para compartir y para la reunión social</p>	<p>Comprensión del papel de la cocina como elemento para el disfrute, la identidad cultural y para promover espacios para compartir socialmente</p>	
<p>5. Manipulación saludable de los alimentos.</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Manipulación correcta. b. Contaminación cruzada. c. Almacenamiento y preservación de alimentos cocidos. 	<p>Comprensión y análisis de la forma correcta de manipular los alimentos. Reconocimiento de los diferentes factores que provocan la contaminación de los alimentos en el momento que son manipulados. Determinación de la forma adecuada de preservar los alimentos</p>	
<p>6. Efectos de los malos hábitos de alimentación.</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Desnutrición. b. Sobrepeso y obesidad. c. Monotonía en la forma de alimentarse 	<p>Valoración de la importancia de eliminar prácticas negativas en la alimentación.</p> <p>Comprensión del concepto de desnutrición Reconocimiento de los diferentes factores que contribuyen a la desnutrición.</p> <p>Comprensión del concepto de obesidad y las consecuencias en la vida de las personas.</p> <p>Identificación de los elementos que generan monotonía en la dieta.</p> <p>Comprensión de los efectos de comer siempre lo mismo sobre la salud mental y física de las personas y sobre sus capacidades para desarrollar el aprecio por la diversidad, la identidad cultural y el disfrute de los espacios de reunión social</p>	<p>Capacidad de elaborar un menú balanceado y apto para su edad, tanto en aspectos nutricionales como de diversidad, que promuevan el disfrute de la comida y una actitud positiva hacia la misma.</p> <p>Valoración de la importancia de la adecuada y variada nutrición para promover el bienestar y evitar problemas de salud.</p> <p>Capacidad para identificar características de las diferentes enfermedades generadas por los malos hábitos de alimentación.</p> <p>Actitud positiva y responsable ante la importancia de comer saludablemente.</p>

<p>d. Trastornos alimentarios (anorexia, bulimia, dietas no balanceadas).</p> <p>e. Vulnerabilidad hacia enfermedades por una mala alimentación.</p>	<p>Reconocimiento de las diferentes enfermedades relacionadas con la obesidad, y sus características.</p> <p>Comprensión del concepto trastorno alimentario. Comprensión del concepto y las características de las diferentes enfermedades relacionadas con trastornos alimentarios.</p> <p>Establecimiento de relaciones entre las diferentes enfermedades relacionadas con los trastornos alimentarios y las consecuencias físicas y psicológicas que generan en las personas que las padecen.</p>	
--	--	--

6. Valores, actitudes y comportamientos éticos, estéticos y ciudadanos que se abordan:	
Valores	Actitudes y comportamientos
Responsabilidad individual y social	<p>Relacionado con:</p> <ul style="list-style-type: none"> * La forma en que se asume la responsabilidad de alimentarse sanamente. * La toma de decisiones correctas sobre la forma de alimentarse adecuadamente.
Cooperación y solidaridad	<p>Relacionado con:</p> <ul style="list-style-type: none"> * El aprecio de la comida como elemento central para el encuentro social y para compartir con la familia, amigos y personas nuevas de manera agradable y placentera. * El desempeño del rol de divulgador sobre la forma adecuada de alimentarse y la prevención de enfermedades generadas por trastornos alimentarios.
Autonomía y juicio crítico	<p>Relacionado con:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Expresión de las propias ideas y sentimientos ante el tema de nutrición y salud. * Desarrollo del gusto y los criterios para apreciar diversas comidas y culturas gastronómicas * Toma de decisiones en la vida personal y familiar que permitan mejorar la nutrición y la salud.
Cuidado personal	<p>Relacionado con:</p> <ul style="list-style-type: none"> * La preocupación de mantener una alimentación adecuada para la salud. * Identificación de hábitos adecuados para la salud. * Identificación de trastornos alimentarios que ponen en riesgo la salud.
Respeto y diversidad	<p>Relacionado con:</p> <ul style="list-style-type: none"> * La consideración hacia las condiciones de los demás y la oportunidad de optar por una sana nutrición. * El reconocimiento y aceptación de las elecciones y los gustos de otros; capacidad de aprender de ellos * El conocimiento, respeto y disfrute de la cocina como aspecto básico de la identidad cultural. * El conocimiento y aprecio por la cocina de diversas culturas.

7. Sugerencias de estrategias de aprendizaje y de mediación	8. Sugerencias de estrategias de evaluación
<p>Se pretende que el y la estudiante desarrolle habilidades y destrezas que le permitan dirigir sus hábitos alimenticios hacia una nutrición sana, placentera y saludable.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Los y las estudiantes, basados en material aportado por el docente, elaboran una síntesis del concepto sana nutrición y sus características. 2. En plenaria, los y las estudiantes y el o la docente conversan sobre los alimentos y su clasificación en grupos, sus características y se obtienen conclusiones de los grupos alimenticios a los que pertenecen. 3. Los y las estudiantes, organizados en grupos, deben elaborar un collage, dibujo, cartel, u otro; sobre los grupos alimenticios. Una vez finalizado, agregarán, por ejemplo, datos importantes sobre cómo escoger y cómo almacenar adecuadamente los alimentos. 4. En plenaria, cada grupo expone los diferentes trabajos artísticos; se comentan y se elabora en conjunto (todo el grupo) una síntesis común. 5. Para finalizar el trabajo, el o la docente deja como tarea reproducir la información en su hogar, donde su vecino o a un amigo. 6. En subgrupos, los y las estudiantes, utilizando libros, folletos, internet, personas especializadas u otros, investigan sobre la dieta equilibrada y la forma correcta de preparar los diferentes tipos de alimentos. 7. En el aula, con la guía de la o el docente, los y las estudiantes comentan sobre la importancia y la forma adecuada de preparar los alimentos. 8. En subgrupos, el estudiantado elabora diferentes tipos de menús balanceados. <p>Cada subgrupo aporta a la clase un menú completo. Se sugiere que este menú sea elaborado dentro de la clase y así demostrar el manejo adecuado de los alimentos y los factores que provocan la contaminación; siempre que existan las condiciones. De lo contrario, elaborar</p>	<p>Utilizando una guía de observación el profesor valorará el desempeño de los estudiantes durante la realización de los trabajos.</p> <p>Los grupos aplicarán co evaluación respecto al aporte brindado por sus integrantes utilizando el instrumento proporcionado por el docente</p>

en la casa, pero explicando –a la hora de la presentación al resto del grupo- cómo se manipularon los alimentos en cada momento de la preparación.

Además, el o la docente debe garantizarse la manera de aprovechar estos menús para enseñar la forma correcta de comer, sobre todo la preparación de menús para las y los estudiantes con problemas de obesidad.

Lo ideal es que puedan contar con todos los utensilios necesarios para la práctica.

9. Finalizada la práctica anterior los y las estudiantes elaboran un cuadro comparativo de al menos tres menús que demuestren la diferencia entre un menú para una persona sin problemas de salud –según recomendaciones de especialistas-y otros para quienes se encuentran en riesgo. También identificarán las diferencias entre la alimentación de niñas y niños de primaria infancia y las otras personas

10. Guiados por el o la docente, los estudiantes elaboran el resumen correspondiente a esta temática, que servirá para mantener la información más importante.

11. En subgrupos, los estudiantes valoran la importancia de eliminar prácticas negativas en la alimentación y construyen el concepto de desnutrición, obesidad, factores que contribuyen con la desnutrición y sus consecuencias en la vida de las personas.

12. En subgrupos, los estudiantes elaboran mapas conceptuales con los temas valorados en el subgrupo. Se exponen al resto del grupo y se retroalimentan unos a otros.

13. Los estudiantes indagan en diferentes fuentes de internet, libros u otros acerca de los diferentes índices de alimentación en el mundo y sobre todo en Costa Rica. Se discute el tema en plenaria para enriquecerlo.

14. El o la docente, en conversación con los y las estudiantes, describe las diferentes enfermedades relacionadas con la obesidad, y sus características. Los y las estudiantes participan y realizan las anotaciones necesarias.

15. En subgrupos y utilizando toda la información

El docente propicia un espacio entre cada exposición para realizar preguntas a los estudiantes que permita realimentar los conocimientos adquiridos. Anota la información relevante en su crónica

obtenida, los y las estudiantes elaboran un plan que ayude a prevenir la obesidad. Este plan se socializa en plenaria.

16. Con el propósito de recolectar los aprendizajes previos de los estudiantes sobre el tema “trastorno alimentario”, se desarrollará la técnica de la “Palabra Impactante”. El o la docente escribe en la pizarra, o en un cartel, la palabra “TRASTORNO ALIMENTARIO”, en forma atractiva, de manera que llame la atención.

17. En subgrupos, los y las estudiantes se reúnen y reflexionan sobre lo que significa para ellos esa palabra, lo que creen que expresa, lo que han oído. El subgrupo llega a algunas conclusiones y las escriben en un papelógrafo o en una presentación digital para presentarlo en plenaria.

18. En plenaria, cada subgrupo presenta el trabajo realizado. El grupo, en conjunto, define el término y se establecen relaciones entre las diferentes enfermedades relacionadas con los trastornos alimentarios y las consecuencias físicas y psicológicas que generan en las personas que las padecen.

19. El o la docente aporta material de información en subgrupos, los estudiantes elaboran un cuadro que permita evidenciar el concepto y las características de las diferentes enfermedades relacionadas con trastornos alimentarios.

20. El o la docente explica a los y las jóvenes el concepto de turismo gastronómico. Luego, se asignarán grupos y cada uno tendrá que investigar acerca de destinos que les llamen la atención en este sentido. Sería ideal dejar a los estudiantes escoger su destino, sin embargo, si conocen poco del tema, puede asignar entre destinos conocidos y clásicos como: Italia, Francia, Perú, México, China. Puede escoger también una región y asignar todos los países de ésta y centrarse en los aspectos comunes y diversos.

Siempre se debe incluir un grupo al que se le asigne Costa Rica. Para este grupo, pida que trabajen, además de la oferta de comida típica según las distintas regiones, los lugares de comida que existen en el país, independientemente del origen de la cocina que

Los estudiantes construirán un portafolio en donde aportarán evidencia durante el desarrollo de trabajo. Por otra parte, el docente realizará revisiones periódicas a fin de mejorar los aprendizajes adquiridos y registrará la información en el instrumento diseñado para este propósito.

<p>ofrezcan.</p> <p>Es deseable que cada grupo prepare una muestra de los alimentos investigados y se comparta con los compañeros y las compañeras, mientras explican los hallazgos encontrados en la investigación realizada.</p> <p>Una vez que todos los grupos han expuesto su trabajo, el o la docente promoverá una discusión en la que se comparen texturas, sabores, olores de las diversas culturas estudiadas.</p> <p>Como cierre del ejercicio el o la docente promoverá la discusión acerca de la importancia de la existencia de diversas culturas, y la forma en que cosas nuevas nos estimula y amplía los horizontes. El o la docente también propiciaría retomar el tema del disfrute social de la comida: la oportunidad de compartir estas experiencias con otras personas. Se debe resaltar la importancia de valorar y aprovechar la diversidad como herramienta de aprendizaje.</p> <p>21. El o la docente pide a los estudiantes como tarea que traigan al aula ejemplos de personas compartiendo la comida. Pueden tomarlos de medios de comunicación, películas e incluso fotos familiares y de amigos.</p> <p>Inicie un análisis del rol social y de grupo que tiene la comida, las reuniones sociales que invitan a comer, compartir las comidas en la familia, etc. Se deben incluir preguntas acerca de las situaciones en las que se comparte comida y qué papel juegan socialmente, para diversas personas incluso: celebridades, familiares, políticos, ellos y ellas mismos(as).</p> <p>El o la docente guiará la discusión para enfatizar en el rol afectivo de compartir una comida con alguien y su importancia, así como el rol de cohesión que juega el alimento en las reuniones sociales.</p> <p>También retomará el papel de las comidas en la celebración de festividades de carácter nacional o colectivo: Navidad, Semana Santa, 25 de julio, etc.</p> <p>22. El o la docente planeará y organizará la elaboración de una comida compartida para toda la clase, donde los estudiantes traigan además un plato que les guste para compartir.</p>	<p>Se propician procesos de auto y co evaluación para valorar los aportes de los estudiantes durante el trabajo desarrollado utilizando la escala numérica aportada.</p>
---	--

<p>Puede pedir a cada estudiante una explicación acerca del platillo, las razones por las que le agrada, cómo se prepara, qué aportes nutricionales tiene, entre otros.</p> <p>Durante la actividad se debe promover la conversación grupal para que los estudiantes compartan historias acerca de situaciones en las que han compartido el platillo con otras personas también.</p> <p>Durante la conversación se retomará la importancia de la diversidad, y de que aún y cuando nos agrada mucho un plato, es importante probar otros. También se rescatará el tema de lo tedioso que sería comer siempre lo mismo, además de no ser lo más saludable.</p>	
---	--

9. Sugerencias de estrategias para impactar la institución y la comunidad:

- a. Organización de una exposición de trabajos sobre los diferentes grupos de alimentos en la institución educativa.
- b. Coordinar con personeros del EBAIS o Ministerio de Salud para promover una feria alimenticia, donde hay charlas, cine fórum, degustación de comidas y revisión médica.

10. Glosario:

Alimentación: proceso mediante el cual se consumen alimentos. Es un acto voluntario mediante el cual se suministra energía o materia prima al cuerpo humano. Es la forma de proporcionar al organismo los alimentos o sustancias nutritivas que necesita.

Alimento: producto natural o transformado que pueden formar parte de una dieta con el fin de suministrar al organismo que lo ingiere la energía y las estructuras necesarias para el desarrollo de sus procesos biológicos o para satisfacer un deseo apetecido sin una necesidad nutricional.

Almacenamiento de alimentos: conjunto de actividades para ordenar y guardar los alimentos de consumo humano y animal, teniendo en cuenta las condiciones de humedad, luz, temperatura y lugar adecuados para la respectiva conservación de los mismos.

Anorexia: trastorno de la conducta de alimentación. Implica un comportamiento según el cual una persona demuestra un intenso temor de ganar peso, aunque se encuentre por debajo del peso normal. Estas personas eluden las comidas o limitan severamente el consumo de alimentos, muchas veces comprometiendo su vida.

Bienestar: forma de ver o sentir la vida que contribuye o refleja la capacidad del individuo para disfrutar y sentirse bien en el contexto físico, social, intelectual, emocional, espiritual, profesional y ambiental en el que se desarrolla o actúa.

Bulimia: trastorno de la conducta de alimentación. Ocurre cuando una persona consume grandes cantidades de comida, pero luego, trata de deshacerse de las calorías que ha consumido, haciendo ejercicio en exceso, vomitando o tomando laxantes o diuréticos. En forma similar a lo que sucede con la

anorexia, la persona bulímica, tiene una imagen de que su cuerpo está pasado de peso, aunque realmente esto no sea cierto .

Calidad de vida: grado de bienestar, felicidad y satisfacción de una persona. Es la percepción que ésta tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus expectativas, sus normas, sus inquietudes. Se trata de un concepto muy amplio que está influido de modo complejo por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con los elementos esenciales de su entorno.

Contaminación: introducción de un contaminante dentro de un ambiente natural que causa inestabilidad, desorden, daño o malestar en un ecosistema, en el medio físico o en un ser vivo. El contaminante puede ser una sustancia química, o energía, como sonido, calor, o luz, un ser vivo una bacteria, un virus, entre otros.

Contaminación cruzada: se produce cuando microorganismos patógenos (dañinos), generalmente bacterias, son transferidos por medio de alimentos crudos, manos, equipo, utensilios a los alimentos sanos. Es el proceso mediante el cual los alimentos limpios entran en contacto con alimentos o sustancias contaminantes o superficies contaminadas. Son ejemplos de este tipo de contaminación la que sucede cuando se ponen en un mismo recipiente carne cruda con vegetales frescos o la que se produce cuando se corta un alimento limpio con un cuchillo contaminado.

Comida típica: conjunto de platillos que son preparados y consumidos normalmente por la mayor parte de los habitantes de una región o de un país. Algunos platos representativos de Costa Rica son el gallo pinto, los picadillos de vegetales o verduras con tortilla

Cooperación: trabajo en común llevado a cabo por parte de un grupo de personas o entidades mayores para el logro de un objetivo compartido. La cooperación supone el respeto, la lealtad y la reciprocidad en las relaciones humanas, la aceptación del derecho al desacuerdo, la capacidad de diálogo, la capacidad de resolución pacífica de conflictos y la destreza de la participación.

Cuidado personal: acciones, conductas y actividades que fortalecen el bienestar propio. Incluye una actitud de autoestima y percepción del valor propio, que lleva a procurar el bienestar en cuanto a salud, aseo personal, e incluso cuidado de la imagen.

Cultura: está integrada, entre otros elementos, por las costumbres, creencias y formas de ser de los diversos pueblos. En cada uno de ellos incluye la arquitectura, la lengua, los modismos regionales, la música y los instrumentos musicales, las danzas y bailes festivos, los trajes que identifican a cada región, la cocina, los cuentos, mitos y leyendas, las adivinanzas y canciones de cuna, los cantos de amor y villancicos, los dichos, juegos infantiles y creencias mágicas.

Identidad cultural: sentido de pertenencia a un grupo social con el cual se comparten rasgos culturales, tales como la lengua, las relaciones sociales, ritos y ceremonias propias, costumbres, valores y creencias. La identidad cultural se recrea individual y colectivamente y generalmente está referida a un territorio determinado.

Desnutrición: condición de salud en la que el cuerpo de una persona no está obteniendo los nutrientes suficientes. Esta condición puede resultar del consumo de una dieta inadecuada o mal balanceada, por trastornos digestivos, problemas de absorción u otras condiciones médicas. Médicamente se considera una enfermedad provocada por el insuficiente aporte de hidratos de carbono - grasas y proteínas.

Dieta: pauta que una persona sigue en el consumo habitual de alimentos. Es sinónimo de régimen alimenticio, que alude al conjunto y cantidades de los alimentos o mezclas de alimentos que se consumen habitualmente.

Diversión: experiencia placentera que se vive usualmente –pero no exclusivamente-, durante el uso del tiempo libre en actividades que liberan del aburrimiento o que son nuevas, interesante o estimulantes. Cuando se experimenta en situaciones de trabajo o estudio, las investigaciones demuestran que puede mejorar el rendimiento y la salud.

Diversidad: conjunto de diferencias entre las personas o grupos humanos originadas en raza, etnia, nacionalidad, orientación sexual, sexo, género, religión, opinión política, entre otros. El aprecio y disfrute de la diversidad es una condición para aprovechar al máximo las oportunidades de aprendizaje y enriquecimiento que nos ofrece un contexto diverso.

Grupo alimenticio: conjunto específico de alimentos que proveen cierto tipo de nutrientes para el cuerpo. Existen varias clasificaciones de los alimentos según la composición y el aporte de nutrientes, pero la más general clasifica los alimentos en tres grupos: verduras y frutas, cereales, leguminosas y alimentos de origen animal.

Hábito: modo específico de proceder o conducirse adquirido por repetición de actos iguales o semejantes.

Juicio crítico: opinión sin ataduras ni condicionantes sobre un tema de cualquier área del conocimiento o cualquier asunto de la cotidianidad. Los juicios críticos implican el manejo de la información básica relevante para el tema bajo análisis y la capacidad de argumentar y analizar una opinión positiva o negativa y formar criterio propio ante una situación, hecho o circunstancia determinada.

Monotonía: condición que hace que un objeto o práctica mantenga su misma forma o ritmo de manera que parece igual siempre. Implica falta de variedad. El objeto con esa característica tiende a tornarse aburrido y poco estimulante en muchos casos para quienes lo observan, consumen, etc. En determinadas circunstancias la monotonía puede causar lesiones psicológicas o físicas para las personas.

Nutrición: proceso mediante el cual los alimentos ingeridos se transforman y se asimilan, es decir, se incorporan al organismo de los seres vivos, para reponer la pérdida material y energética que generan las funciones vitales. La nutrición es un acto involuntario.

Obesidad: acumulación de grasa corporal excesiva. Esta condición disminuye significativamente la salud de quien la padece. Implica un alto riesgo de padecer enfermedades del sistema cardiovascular en general. Entre las principales causas de esta enfermedad están los desórdenes genéticos o problemas en el funcionamiento de algunas glándulas, tener hábitos de alimentación inadecuados o el ser muy poco activo físicamente.

Preservación de alimentos: proceso en el que se utilizan sustancias como aditivo alimentario, que añadida a los alimentos, detiene o minimiza el deterioro causado por la presencia de diferentes tipos de microorganismos (bacterias, levaduras y mohos).

Responsabilidad individual: cualidad o capacidad de determinar y hacerse cargo de sus propios actos y de asumir las consecuencias que éstos conllevan.

Respeto: actitud de reconocimiento de la igualdad de la condición humana y del principio de merecer los mismos derechos por esa sola condición. Del respeto se derivan la consideración, pero sobre todo un interés por el otro o la otra, más allá de las obligaciones explícitas que puedan existir. Aunque el término se usa comúnmente en el ámbito de las relaciones interpersonales, también aplica en las relaciones entre grupos de personas, entre países y organizaciones de diversa índole.

Riesgo: probabilidad de ocurrencia de un posible o potencial perjuicio o daño para las personas o las cosas.

Salud: estado de completo bienestar físico, mental y social. Comprende pero no se limita a la ausencia de infecciones o enfermedades. Implica un proceso de autorregulación dinámica del organismo frente a las exigencias ambientales, para adaptarse al disfrute de la vida.

Sobrepeso: condición de poseer más grasa corporal de la que se considera saludable en relación con la estatura. El sobrepeso es una condición común, especialmente donde los suministros de alimentos son abundantes y predominan los estilos de vida sedentarios.

Solidaridad: Valor que extiende la igualdad hacia la creación de oportunidades en los ámbitos social y económico. Consiste en el reconocimiento de que todas las personas tienen el derecho a un bienestar mínimo en esos ámbitos. Los espacios para la solidaridad pueden ser individuales o colectivos, públicos o privados.

Trastorno alimentario: es una enfermedad crónica y progresiva asociada con una preocupación excesiva por el peso corporal y el aspecto físico, que se traduce en la alteración de los hábitos alimenticios comunes. Implica una distorsión de la auto-imagen corporal, un gran temor a subir de peso y la adquisición de una serie de valores a través de una imagen corporal. Generalmente estos tipos de trastornos son acompañados por un marcado aislamiento de la persona, excesivo cansancio, sueño, irritabilidad, agresión (sobre todo hacia personas conocidas y miembros de la familia), vergüenza, culpa y depresión).

Vulnerabilidad: condición de alta probabilidad de riesgo a causa de un conjunto de condiciones y procesos físicos, sociales, económicos y ambientales. Poca o ninguna capacidad de una persona o grupo para anticipar, sobrevivir, resistir y recuperarse del impacto de una amenaza natural o social.

11. Bibliografía sugerida para docentes y estudiantes:

Gómez Vega, Omar. *Educación para la Salud*. Ed. EUNED. San José, Costa Rica. 2003.

Krauskopf Roger, Dina. *Adolescencia y Educación*. Ed. EUNED. San José, Costa Rica. 2002

Marín Rodríguez, Zoila Rosa. *Elementos de Nutrición Humana*. Ed. EUNED. San José, Costa Rica. 1999.

Rodríguez Caeiro, María José. *Manipulador de Alimentos. Manual de Técnicas y procedimientos*. Ed. Ideaspropias. 1º ed. Agapea.com

Salas Cuevas, Dra. Consuelo B y otro. *Educación para la salud*. Ed. Pearson. México 2004.

Story, Mary; Neumark-Sztainer, Diana; French Simone. *Individual and Environmental influences on adolescent eating behaviors*. Journal of the American Dietetic Association Volume 102, Issue 3, Supplement, Pages S40-S51, March 2002

Referencias en internet:

<http://www.ministeriodesalud.go.cr>

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs318/es/index.html>

<http://www.bvs.sa.cr/php/situacion/mental.pdf>

<http://kidshealth.org/Search01.jsp?SearchSection=3&Mode=Search&SearchTextArea=declaracion%20autoestima>

<http://somosadolescentes.blogspot.com/2007/08/violencia-en-el-noviazgo-la-violencia.html>

<http://paniamor.org/incidencia/pescnna.html>

http://www.cedro.org.pe/ebooks/friesgo_cap3_p50_93.pdf

<http://www.saludparati.com/estres1.htm>
http://kidshealth.org/kid/en_espanol/sentimientos/5_steps_esp.html
<http://www.sld.cu/saludvida/psicologia/temas.php?idv=6091>
<http://trabajoyalimentacion.consumer.es/documentos/12-18/imprimir.php>
<http://www.alimentacion-sana.com.ar/portal%20nuevo/actualizaciones/dietabalanceada.htm>
<http://www.panalimentos.org/panalimentos/files/manual%20.pdf>
<http://www.eufic.org/page/es/seguridad-alimentaria-calidad/manipulacion-comida-sana/>
<http://www.aula21.net/Nutriweb/intoxicaciones.htm>
<http://www.educared.net/aprende/anavegar6/podium/B/1035/index.htm>
<http://www.monografias.com/trabajos11/trali/trali2.shtml#des>
http://es.wikipedia.org/wiki/Trastorno_alimentario
http://www.fao.or.cr/seguridad_alimentaria.shtml
<http://www.pani.go.cr/adpani.php>
<http://www.iafa.go.cr/Materiales/>
<http://www.msp.go.cr/index.html>

SEGUNDA UNIDAD EDUCACIÓN PARA LA VIDA COTIDIANA

7º año

1. **Título:** Conocemos y realizamos prácticas de vida saludables.
2. **Tiempo probable:** Segundo semestre.
3. **Propósito:**

Esta unidad busca que los estudiantes valoren su salud y le den la importancia que realmente tiene en el desarrollo de una vida plena. Desarrollarán conocimientos, habilidades y destrezas que les permitirán cuidar su salud personal y aprender prácticas de vida saludables a nivel personal, en su hogar y en su institución. Entenderán la importancia de la promoción de la salud y la prevención de los riesgos que enfrenta.
4. **Aprendizajes individuales y colectivos por lograr:**
 - Comprensión y valoración del bienestar que genera mantener buenos hábitos de higiene y prácticas de vida saludable.
 - Desarrollo de destrezas y habilidades para aplicar la promoción y prevención en todas las etapas de la vida como mecanismo esencial para la buena salud.
 - Conocimiento y adecuada utilización de las diferentes instancias que prestan servicio a los jóvenes en temas de salud y prevención.
 - Conocimientos, destrezas y habilidades para prevenir la contaminación ambiental,
 - Apropiación de conocimientos y desarrollo de habilidades para mantener una buena salud personal y social.
 - Comprensión de la importancia de planificar y asumir responsablemente nuestra salud personal y social.

5. Contenidos Curriculares		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
<p>1. La Salud Personal.</p> <p>a) La persona joven y su salud.</p> <p>b) Enfermedades comunes.</p> <p>c) Estar bien: importancia del cuidado de la salud a lo largo de la vida.</p> <p>d) Sentirse bien</p>	<p>Identificación de las condiciones que permiten tener una buena salud a la persona joven.</p> <p>Comprensión de la salud como producto de decisiones y condiciones.</p> <p>Descripción de las enfermedades más comunes en la persona joven; sus características y su posible origen</p> <p>Comprensión de la relación entre las condiciones de salud de las personas, su autoimagen y su autoestima.</p> <p>Identificación y comprensión de los efectos de las condiciones de salud para que las personas estén bien y se sientan bien.</p> <p>Análisis crítico de la importancia de la salud en los diferentes momentos de la vida de un ser humano.</p>	<p>Valoración de la necesidad de velar por una buena salud.</p> <p>Adopción de conductas que promuevan la buena salud personal y prevengan las enfermedades.</p> <p>Aprecio y práctica de acciones adecuadas para mantener buena salud como medio para estar bien y sentirse bien</p>
<p>2. Prevención de enfermedades y promoción de la salud.</p> <p>a) Qué es prevención de enfermedades</p> <p>b) Importancia de la prevención</p> <p>c) Prácticas de prevención para diversas enfermedades en Costa Rica.</p> <p>d) Campañas de vacunación.</p>	<p>Comprensión y caracterización del concepto de prevención.</p> <p>Comprensión de que la prevención es mucho más económica que los tratamientos permanentes.</p> <p>Identificación de las diferentes campañas que ayudan a</p>	<p>Adopción de estrategias de prevención en las diferentes áreas de su vida personal.</p> <p>Interés por colaborar en alguna o en algunas de las campañas de prevención desarrolladas en Costa Rica.</p> <p>Uso adecuado de los servicios de instancias de</p>

5. Contenidos Curriculares		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
	prevenir enfermedades en Costa Rica y sus características.	prevención de las enfermedades
Campaña contra el Dengue.	Reconocimiento de las diferentes instancias que intervienen directamente en la prevención de enfermedades en Costa Rica.	Valoración e interés en la participación en las campañas de prevención de enfermedades.
Campaña de salud bucodental.		
Campaña contra el cáncer.		
Otras.		
e) ¿Qué es la promoción de la salud?	Desarrollo de conocimientos, destrezas y habilidades para la promoción de la salud propia y la de otros.	Actitud abierta y desarrollo de prácticas de promoción de la salud para el disfrute de la vida diaria y el bienestar personal.
f) Relación entre la promoción de la salud y vivir bien	Comprensión de la promoción de la salud como herramienta para un mayor disfrute y aprovechamiento de las oportunidades vitales.	
g) Instancias de promoción de la salud y su uso: IAFA, MS, CCSS, EBAIS, PANI, MSP.		
Contaminación y salud:		
a. Tipos de contaminación: sónica, visual, manejo de desechos,	Descripción de los diferentes tipos de contaminación: visual, auditiva, manejo de desechos, aire y agua.	Compromiso y responsabilidad de realizar acciones para evitar, prevenir o reducir de la contaminación.
b. Importancia y buenos hábitos para evitar la contaminación en la vida cotidiana y en mi comunidad.	Comprensión de la influencia que ejerce la contaminación en la salud del ser humano.	Análisis crítico de los riesgos y consecuencias de la contaminación.
c. Reciclaje:	Análisis de la importancia de	Práctica de manejo

5. Contenidos Curriculares		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
<ul style="list-style-type: none"> • Importancia para reducir contaminación y crear ambientes saludables y agradables • Formas de reciclar • Cosas que se reciclan <p>d. Entornos no contaminados, ecología acústica y entornos agradables y su impacto en la salud.</p>	<p>mantener el medio ambiente sin contaminar.</p> <p>Comprensión de los diferentes efectos del cambio climático sobre la salud.</p> <p>Reconocimiento de las diferentes enfermedades de origen medioambiental.</p> <p>Conocimiento de procesos adecuados para el manejo de desechos.</p> <p>Comprensión del reciclaje como una práctica ambientalmente positiva y promotora de la salud.</p> <p>Identificación de ambientes no contaminados y su impacto sobre la salud física y emocional.</p> <p>Reconocimiento de los elementos centrales de la ecología acústica y su relación con la salud personal.</p> <p>Desarrollo de conocimientos, destrezas y habilidades para reconocer, disfrutar, crear y mantener entornos agradables y saludables</p>	<p>adecuado de los desechos.</p> <p>Práctica de conductas de autocuidado y promoción del bienestar y disfrute personal.</p> <p>Compromiso hacia las prácticas de reciclaje y su promoción en la comunidad</p> <p>Aprecio por entornos no contaminados, agradables y saludables</p>
<p>3. Prácticas de Vida Saludables</p> <p>Hábitos de higiene</p> <p>a. Higiene personal: - el baño y sus funciones: eliminación de secreciones, células muertas, transpiración, -estimulación de la circulación, -bienestar: relajación, -buena presentación y autoimagen.</p>	<p>Reconocimiento de la importancia de aplicar hábitos de higiene personal en la vida diaria.</p>	<p>Actitud positiva y práctica de hábitos de aseo e higiene personal</p>

5. Contenidos Curriculares		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
b. Otras actividades de aseo personal -lavado de manos -lavado y cuidado de los dientes -uso de artículos de aseo personal -cuido de uñas y manos	Desarrollo de habilidades y destrezas para la práctica diaria de hábitos de higiene personal	
c. Salud bucodental	Reconocimiento de la importancia de mantener una adecuada salud bucodental	Valoración y práctica de acciones que permiten mantener una adecuada salud bucodental.
d. Limpieza de artículos personales	Desarrollo de habilidades y destrezas para limpiar los artículos de uso personal	Actitud positiva hacia la limpieza de artículos personales
e. Buenos hábitos de presentación personal: ropa limpia, arreglada, zapatos limpios, todos los botones, etc.	Desarrollo de conocimientos, habilidades y destrezas para una adecuada presentación personal.	Aprecio por una presentación personal adecuadas ante sí mismo y ante los demás
Salud mental y emocional.		
a. Autoestima y diversidad.	Comprensión del concepto de autoestima.	Valoración positiva de sí mismo y de los demás
b. Relaciones familiares saludables.	Identificación de las formas de fortalecer la autoestima personal en el contexto de la diversidad y el respeto hacia ésta.	Aprecio y respeto por las diferencias entre las personas.
	Comprensión de la importancia de demostrar afecto y respeto en sus diferentes formas.	Aprecio por la demostración de afecto y respeto en sus diferentes formas.
	Análisis crítico de la forma de mantener buenas relaciones interpersonales.	Actitud positiva hacia el ejercicio y la actividad física.
c. Recreación y salud.	Comprensión de la importancia de practicar la recreación para la salud.	Actitud preventiva para el manejo del estrés.
d. Manejo del	Reconocimiento del estrés, sus	Práctica de acciones para

5. Contenidos Curriculares		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
estrés.	causas y sus efectos sobre la salud personal y pública.	prevenir el estrés y el uso de droga.
	Identificación de estrategias y de procedimientos que permitan su prevención (arte, juego, grupos de apoyo, etc)	Capacidad para identificar factores que protegen y dañan la salud mental y emocional
	Reconocimiento de la importancia del ejercicio y actividad física para una vida saludable	Toma de decisiones informadas sobre las acciones personales que afectan la salud emocional
e. Buenos hábitos de dormir.	Comprensión de la importancia de los buenos hábitos en el dormir para una buena salud.	Práctica y promoción de buenos hábitos al dormir
	Promoción de la recreación y el ejercicio físico como elementos fundamentales para mejorar la salud, prevenir el estrés y prevenir el uso de drogas.	
Prácticas saludables en el hogar		
a. Limpieza del hogar, buenas prácticas de limpieza del hogar, problemas comunes de limpieza del hogar.	Reconocimiento de cada una de las partes de la casa y de las prácticas adecuadas de limpieza, orden y uso en cada una de ellas (cocina, baños, patios, dormitorios, espacios de uso común, otros).	Aprecio por la limpieza en el hogar y el uso adecuado de sus distintos espacios Colaboración en la limpieza del hogar.
b. Mantener la limpieza es más fácil que limpiar.	Comprensión de la importancia de mantener la limpieza del hogar y de su entorno.	Aprecio por los espacios limpios y ordenados
c. Orden y sus beneficios.	Comprensión de la importancia del orden en el hogar y sus beneficios. Desarrollo de habilidades y destrezas para la limpieza y el orden en el hogar.	
	Análisis crítico sobre el impacto	

5. Contenidos Curriculares		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
	<p>en la salud física y emocional de los espacios limpios y ordenados.</p> <p>Reconocimiento del aporte que cada uno puede dar en el orden y limpieza del hogar.</p>	
d. Manejo y almacenamiento adecuado de medicamentos comunes	Desarrollo de conocimientos sobre formas adecuadas de almacenar los medicamentos	Actitud responsable hacia el manejo de medicamentos en el hogar
e. Manejo y almacenamiento adecuado de desechos y uso de basureros.	Desarrollo de conocimientos, destrezas y habilidades para el manejo adecuado de desechos y el reciclaje de desechos del hogar	Actitud positiva y responsable ante el tratamiento de los desechos.
f. El reciclaje como forma adecuada de manejo de desechos del hogar	Establecimiento de relaciones entre el manejo adecuado de los desechos y el uso de los basureros.	<p>Valoración de la importancia de evitar la contaminación en el hogar</p> <p>Aplicación del reciclaje de desechos del hogar</p>
g. Fuentes de contaminación comunes en el hogar.	Identificación de las fuentes comunes de contaminación, en el hogar y formas de evitarla o reducirla.	Práctica de procedimientos y acciones para evitar o reducir la contaminación en el hogar
Prácticas saludables en el colegio		
a. Limpieza en el colegio	<p>Identificación de aspectos críticos para la limpieza en el colegio.</p> <p>Análisis de las condiciones de orden y limpieza en el colegio.</p>	<p>Valoración por la importancia de la limpieza en espacios comunes</p> <p>Actitud positiva hacia la colaboración en la limpieza y orden del colegio</p>
b. Disposición adecuada de desechos y uso de los basureros.	<p>Identificación de los desechos que se generan en el colegio</p> <p>Identificación de los basureros y análisis de su capacidad y cantidad en relación con los desechos que se generan en el colegio</p>	Uso adecuado de los basureros

5. Contenidos Curriculares		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
c. El reciclaje de desechos en el colegio	Desarrollo de conocimientos, destrezas y habilidades para el reciclaje de material de desechos en los colegios	Práctica de acciones de reciclaje en el colegio
d. Buenos hábitos de orden y limpieza al convivir en espacios comunes.	Reconocimiento de la necesidad de mantener hábitos adecuados para la convivencia en espacios comunes.	Actitud de colaboración en el orden y limpieza del colegio
e. Buenos hábitos al utilizar el baño colectivo.	Identificación de la necesidad e importancia de mantener hábitos adecuados cuando se utiliza el baño colectivo.	Uso adecuado de los baños colectivos
f. Las ventajas de un espacio ordenado y limpio para la convivencia.	Análisis de las ventajas que nos ofrece un lugar limpio y ordenado en la convivencia humana. Análisis crítico del impacto en la convivencia y la salud física y emocional del grupo, de los espacios comunes limpios y ordenados	Uso adecuado de los espacios de uso colectivo

6. Valores, actitudes y comportamientos éticos, estéticos y ciudadanos que se abordan:	
Valores	Actitudes y comportamientos
Responsabilidad individual y social	<p>Relacionado con:</p> <ul style="list-style-type: none"> * La decisión de aplicar hábitos de higiene. * La capacidad para el manejo adecuado de los desechos para evitar la contaminación. * La promoción y realización de prácticas saludables en el hogar y en la institución.
Cooperación y solidaridad	<p>Relacionado con:</p> <ul style="list-style-type: none"> * La manera en que asume el reciclaje de desechos en el hogar y la institución. * La colaboración en el mantenimiento de la limpieza y el orden en el hogar y en el colegio.
Autonomía y juicio crítico	<p>Relacionado con:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Expresión de las propias ideas y sentimientos ante los temas desarrollados. * Toma de decisiones en la vida personal y familiar que permitan mejorar la salud individual, en el hogar y en el colegio.
Disfrute de la diversidad	<p>Relacionado con:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Conocimiento propio y de los demás desde el aprecio de las diferencias como algo que enriquece y enseña. * Búsqueda de oportunidades para conocer cosas nuevas, de manera segura y saludable, como una oportunidad de crecer como personas.

7. Sugerencias de estrategias de aprendizaje y de mediación	8. Sugerencias de estrategias de evaluación
<p>LA SALUD PERSONAL</p> <p>1. El o la docente explica al grupo las condiciones que permiten mantener una buena salud y su impacto en la vida de una persona. Los estudiantes retroalimentan comentando la forma en que se alimentan cotidianamente.</p> <p>2. Cada alumno deberá identificar en su propio medio las condiciones que considera han influido en su estado actual de salud.</p> <p>3. Una vez realizada la identificación, el docente hace subgrupos, donde los estudiantes deberán discutir sobre las diferentes condiciones que influyen en la salud.</p> <p>4. En plenaria, los estudiantes hacen una puesta en común que permita comprender la salud como producto de decisiones y condiciones. A su vez, analizarán la importancia de la salud a nivel personal, familiar y de comunidad.</p> <p>5. Cada estudiante se propondrá a sí mismo metas que ayuden a mejorar y mantener su buena salud. Deberá realizar la práctica en su casa y comunicar al docente, después de un tiempo determinado, los resultados obtenidos.</p> <p>6. Cada estudiante indagará en diversas fuentes sobre las enfermedades más comunes en la persona joven, sus características y su posible origen.</p> <p>7. El o la docente forma subgrupos con los estudiantes, cada subgrupo deberá trabajar con una o dos enfermedades, discutirán sobre ellas y realizarán una presentación, un collage, una obra de teatro, una canción u otro; para capacitar al resto del grupo con respecto al tema desarrollado.</p> <p>8. Los subgrupos realizan una exposición de los trabajos realizados y se analiza la importancia de la salud en las diferentes etapas de la vida.</p>	<p>Los estudiantes utilizarán un diario reflexivo respecto a los aprendizajes logrados, el docente en actividad de círculo revisará los diarios y registrará los aspectos relevantes a fin de realimentar.</p> <p>Utilizando el instrumento proporcionado por el docente, los estudiantes autoevaluarán su desempeño durante los trabajos realizados</p>
<p>PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN</p> <p>1. Utilizando la técnica “Lluvia de ideas”, el o la docente guía el trabajo hasta definir el concepto de prevención. A su vez, se extraerán las diferentes características de la prevención.</p> <p>2. El o la docente aporta documentación escrita, video u</p>	

otros que puedan servir para identificar que la prevención es mucho más económica que los tratamientos permanentes, así como, los elementos propios de la prevención. Los estudiantes analizan la documentación y extraen las ideas.

3. Cada estudiante deberá comprometerse a llevar la información recolectada a su familia, con el fin de realizar una pequeña campaña de información sobre la importancia de prevenir.

4. El o la docente forma pequeños subgrupos, los estudiantes deberán confeccionar una guía de preguntas que les permita visitar el EBAIS o clínica de su comunidad para indagar sobre las diferentes campañas que ayudan a prevenir enfermedades en Costa Rica, sus características y los responsables de las mismas.

5. Mediante la confección de carteles, panfletos u otros, cada subgrupo expone al grupo los resultados de la investigación.

En plenaria, los estudiantes llegan a una síntesis sobre la temática, la cual debe quedar clara en un pequeño resumen.

6. Con el fin de que los jóvenes aprecien la importancia de la salud y las prácticas saludables no sólo como algo necesario para el bienestar, sino como algo que además les agrega energía y una mejor calidad de vida en todos los aspectos de la misma, el o la docente puede utilizar el siguiente ejemplo, contándole como una historia:

¿Cuántos de ustedes conocen las endorfinas? Las endorfinas son hormonas que libera nuestro cuerpo cuando estamos felices. Producir y disfrutar de las endorfinas es un círculo, pero no vicioso, sino virtuoso, que nos permite tener una vida más placentera. Esto sucede porque las endorfinas hacen que nuestro cuerpo se sienta mejor y funcione mejor; ayudan a apreciar las cosas mejor y de manera más positiva; lo cual naturalmente produce más endorfinas.

Se ha comprobado que existen muchas cosas y prácticas que ayudan a la liberación de endorfinas. Por ejemplo: comer chocolate, hacer deporte, reírse, degustar cosas picantes, realizar las cosas que te gustan como comer algo que realmente se disfruta, incluyendo el olerlo, saborearlo e ingerirlo, escuchar música o sonidos ambientales, etc.

7. Como tarea de clase, puede pedir a los estudiantes que en una hoja enumeren las cosas que hacen y creen que aumenta sus endorfinas, así como cuántas veces por día, semana o mes las realizan. Además, es un buen

ejercicio para retomar el tema de la diversidad: de las cosas distintas que provocan sentir bienestar a las personas, las que son comunes y las que son distintas.

El ejemplo de la música puede ser un buen lugar para empezar: la música que agrada y que no, que relaja y que activa.

8. En subgrupos comparten las anotaciones realizadas anteriormente.

También pueden realizar un compromiso de agregar al menos una cosa al día que les ayude a mantener buenos niveles de endorfinas, o en general, que les hagan sentir bien. Periódicamente, pueden revisar el cumplimiento y sus efectos, como parte de un experimento de observación.

9. Para finalizar, se realiza una discusión, en la que se debe abordar el tema de la relación entre la salud y la felicidad o el estar satisfechos. Ejemplos de esto en la biología son el efecto negativo de la depresión y el estrés sobre el nivel de las defensas del cuerpo. Por el contrario el bienestar emocional (estar alegres, enamorados/as, tener amigos/as y relaciones cercanas) hacen que la vida sea más saludable, pero sobretodo aumentan la alegría de vivir.

Crear estilos de vida saludable

1. En este ejercicio se busca que los y las estudiantes comprendan que la salud no es sólo un tema de cuidarse o protegerse, es además una herramienta de mucha importancia para poder disfrutar de la vida y vivirla más plenamente.

El o la docente debe recalcar, durante el ejercicio, el significado que damos a las cosas a nivel personal. Por ejemplo, a veces asociamos la comida saludable con casa y la comida poco sana con el tiempo que pasamos con nuestros amigos o con los paseos, especialmente en la adolescencia.

Para el ejercicio, el o la docente propone a los y las estudiantes que identifiquen ejemplos de cosas que para ellos/as son importantes. Se les puede sugerir dos posibilidades: salir con el novio o novia, disfrutar el tiempo con amigos/as, pero es indispensable que la lista se amplíe con ejemplos dados por los y las estudiantes.

2. En una pizarra, escribiendo o bien usando ilustraciones de revistas o periódicos, los y las estudiantes colocan los ejemplos de cosas que les agradan.

<p>3. El o la docente pregunta: ¿Cómo se asocia el agradarle al muchacho o muchacha que me gusta con mi salud? Puede dar algunos ejemplos: si me enfermo ya no me veo tan bien y/o no puedo ir salir a los lugares donde me encuentro con esa persona, si no como bien mis energías andan bajas y no la paso bien, si tengo una vida sedentaria no podré ir a practicar juegos o deportes con esa persona, si no conozco de cosas (comidas, culturas, noticias, etc.), tengo pocos temas de conversación.</p> <p>Es importante además recalcar el ejemplo positivo: si hago deporte, tengo pasatiempos, como bien, tengo muchas otras cosas que mostrar y compartir con esa persona que me agrada. El o la docente entonces ayuda a asociar el que esto es un ciclo: al tener prácticas saludables y de disfrute de mi salud y mi vida, promuevo más prácticas saludables en mi vida y más disfrute.</p> <p>El ejercicio debe realizarse utilizando los ejemplos dados por los y las estudiantes, recalcando la conclusión de que la salud y el disfrute crean más salud y disfrute.</p>	
<p>CONTAMINACIÓN Y SALUD.</p> <p>1.El o la docente solicita a los estudiantes que aporten a la clase, diferentes imágenes, carteles, afiches, videos, otros, sobre diversos tipos de contaminación y denotan lo percibido mediante un foro.</p> <p>2. El o la docente explica utilizando material de apoyo, la influencia que ejerce la contaminación en la salud del ser humano.</p> <p>3. Los estudiantes toman nota de lo explicado por el o la docente y extraen las ideas principales.</p> <p>4.El o la docente busca un especialista en el tema, una película representativa, un documental u otro; que permita extraer lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tipos de contaminación. • Efectos del cambio climático sobre la salud. • Enfermedades de origen medioambiental. • Manejo de desechos • Reciclaje. <p>5.En plenaria, los estudiantes con ayuda del docente elaboran un resumen de los aspectos más importantes con los temas desarrollados.</p> <p>6.Los estudiantes, con ayuda del docente, elaboran una</p>	

propuesta para desarrollar una campaña institucional promoviendo el manejo adecuado de los desechos.

7. Con base en la información recolectada en diferentes fuentes de consulta (internet, libros, especialistas, otros), los estudiantes elaboran una campaña institucional para difundir información sobre los daños generados por los diferentes tipos de contaminación y las diversas formas de evitarla.

8. El grupo desarrolla dos tipos de práctica para reciclaje. La primera consiste en la realización de una trivía en la pizarra, de la siguiente forma:

El o la docente anota en pedazos de papel preguntas sobre la forma de reciclar distintos materiales, a quién corresponde la responsabilidad de reciclar, qué tratamiento se da al material reciclado, entre otras. Se conserva el número de cada pregunta.

En la pizarra se separan las secciones: falso, verdadero, residuos plásticos de reciclaje, residuos de papel de reciclaje, residuos de aluminio de reciclaje, residuos de vidrio de reciclaje, residuos de tetrabrick de reciclaje, basura no reciclable.

Se divide al grupo de estudiantes en equipos, en cada turno ellos escogerán un número que está asociado a una pregunta de falso o verdadero o un tipo de residuo.

Según el número escogido se les entrega un papel, los estudiantes deberán colocarlo en el espacio correcto de la pizarra, explicando las razones de su respuesta.

Algunas de las posibles preguntas o proposiciones para hacer el ejercicio de falso o verdadero pueden ser:

- ¿Es responsabilidad de la municipalidad separar nuestros residuos?
- Las servilletas se reciclan porque son de papel.
- El papel aluminio no se recicla.
- Los fluorescentes son de vidrio y por lo tanto van en el basurero de vidrio.
- El estereofón no se recicla, y por lo tanto debemos de reducir su consumo.
- Es mejor arrugar el papel antes de ponerlo en el basurero de reciclaje.
- A la mayor parte de la basura que se lleva la municipalidad se le da tratamiento para evitar que contamine.

9. La segunda práctica es un ejercicio de clasificación de residuos, de la siguiente manera:

Pida a los estudiantes que lleven material de desecho al

<p>aula. El o la docente instruirá a los estudiantes para asegurarse de que se incluya al menos algún material como los que se sugiere en los siguientes ejemplos.</p> <p>En subgrupos, los estudiantes discuten sobre la forma correcta de desechar cada uno de los materiales que recolectaron. Si alguno es especialmente complicado, puede realizarse como una tarea de investigación.</p> <p>Algunos ejemplos son los siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Envase de yogurt (reciclable) - Empaques de galletas elaborados con plástico y aluminio (no reciclable) - Botella plásticas de refresco gaseoso (reciclable) - Vaso desechable para bebidas calientes. - Cajas de cartón utilizadas para envase de alimentos fritos o grasosos (no reciclable) - Cajas de tetrabrik para jugo o leche (reciclable) <p>El o la docente pide a cada grupo escoger alguno de los materiales para explicar si es reciclable o no y por qué, al resto del grupo, asegurándose de que cada grupo explique artículos con forma de desecho distintas. Los demás grupos podrán complementar las explicaciones del grupo expositor. El o la docente guiará la discusión para dejar clara la forma correcta de desechar el tipo de material en cuestión.</p>	<p>Solicitar a los estudiantes una dramatización respecto a la importancia del reciclaje y posteriormente aplicar un instrumento para que los estudiantes auto y co evalúen sus presentaciones.</p>
<p>DISFRUTE Y MANTENIMIENTO DE ENTORNOS AGRADABLES</p> <p>1.El o la docente, con la ayuda de los y las estudiantes, por medio de materiales, recrea tres ambientes distintos en el aula, como pueden ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Un bosque - Un lugar recreativo (parque, estadios, etc.) - Un lugar vacacional - Un concierto - Un mercado - Un botadero de basura - Otros <p>2.En la clase solicita a los y las estudiantes pasen por cada uno de estos ambientes, identificando qué es lo que les hace sentir, y dividiendo los estímulos (ya sean auditivos, visuales, olores o de otro tipo) en aquellos que hacen sentir bienestar o incomodidad de algún tipo.</p> <p>3. Los y las estudiantes representan mediante la técnica juego de roles los ambientes que les producen sensaciones agradables y los que representan los ambientes que les producen sensaciones desagradables.</p>	

<p>4.El o la docente solicita a los estudiantes identificar y anotar, en su hogar, en el colegio o en su comunidad, los aspectos para cada ambiente que le provocan bienestar y los que le provocan sensaciones desagradables.</p> <p>5. Posteriormente solicita a los y las estudiantes que compartan esa experiencia con sus compañeros y compañeras que hagan un acuerdo para recrear en el aula ambientes de bienestar.</p> <p>5.Los estudiantes sugieren formas en que pueden incorporar dentro de sus ambientes cotidianos, elementos identificados como que crean bienestar.</p>	
<p>PRACTICAS DE VIDA SALUDABLES</p> <p>Hábitos de higiene</p> <p>1.En subgrupos, los jóvenes elaborarán un manual de buena higiene personal. Cada manual deberá abarcar los pasos para cumplir con las actividades de aseo, detallando de manera amplia la forma de hacerlo y su importancia. Para ello podrán incluir un capítulo por tema: bañarse, lavarse las manos, lavarse los dientes, cuidado de uñas, ropa y otros.</p> <p>Se puede usar una metáfora, por ejemplo, que son extraterrestres realizando un estudio acerca de las prácticas humanas de aseo y su función. El manual será entonces el reporte a presentar a sus superiores.</p> <p>2. Una vez que todos hayan finalizado, plantee al grupo el reto de realizar un solo manual con todo lo que han recopilado. En este manual se procurará incluir el tema de cómo mantener los espacios limpios, incluyendo el uso de desinfectantes y jabones en pisos, baños y otros.</p> <p>3. En plenaria, se repasan los aspectos centrales contenidos en el manual. El o la docente debe recalcar que es más sencillo mantener un lugar limpio y limpiar un poco de manera continua, que esperar a que se ensucie y entonces es más difícil y desagradable limpiarlo</p> <p>4.Este manual será llevado a casa por cada estudiante, que deberá compartirlo con al menos un miembro de su familia.</p> <p>5.El o la docente divide a los estudiantes en parejas. Utilizando la técnica “Lectura en Parejas”, se reconoce lo siguiente: importancia de mantener una adecuada salud</p>	<p>El docente utiliza un registro de desempeño para valorar los aportes de los estudiantes durante la construcción del manual de todo el grupo.</p>

<p>bucodental, importancia de aplicar hábitos de higiene en la vida diaria y de mantener limpios los artículos personales.</p> <p>6. En plenaria, los estudiantes dirigidos por el docente, abordan el tema de los hábitos de higiene, se ofrece un espacio por cada grupo para que exponga su análisis; se asigna dos personas para que tomen nota de lo desarrollado; se responde a las preguntas: ¿porqué es importante mantener hábitos de higiene?, ¿qué prácticas me permiten mantener una adecuada salud bucodental?, ¿cuál es la manera adecuada de limpiar los artículos personales?, ¿porqué no debe compartir mis artículos personales?</p> <p>7. En la clase se practican los hábitos de higiene y de limpieza aprendidos.</p> <p>8. El o la docente guía a los estudiantes para describir los hábitos de presentación personal; de urbanidad y los hábitos de convivencia.</p> <p>9. Mediante la presentación de obras de teatro, sociodramas, noticieros, otros; los estudiantes reflejan lo aprendido sobre el tema de hábitos de presentación personal.</p>	<p>Los estudiantes realizan auto y co evaluación respecto a los trabajos realizados con el instrumento construido en conjunto con el docente.</p>
<p>SALUD MENTAL Y EMOCIONAL¹⁴.</p> <p>1. El o la docente pide a cada estudiante que escriba en una hoja lo siguiente (se aclara que los comentarios deben ser positivos):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dos atributos físicos que me agradan de mí mismo. • Dos cualidades de mi personalidad que me agradan. • Una capacidad que me agrada de mi mismo. <p>2. El docente pregunta para reflexionar: ¿a cuántos se les dificultó la escogencia por temor a lo que los demás puedan pensar?; ¿fue difícil señalar las cualidades?</p> <p>El docente guía el proceso para analizar lo difícil que es, en algunas ocasiones valorarnos a nosotros mismos. Se concluye con el concepto de autoestima y la importancia de mantener un buen concepto de nosotros mismos para elevarla.</p> <p>3. Los estudiantes elaboran un mapa pictórico que permita identificar las características de la autoestima, tales como: el aprecio y el respeto por sí mismo, la</p>	

¹⁴ Por la naturaleza de este programa debe haber coordinación entre los docentes de Vida Cotidiana y los orientadores

seguridad y confianza, entre otros.

4. Para reforzar el tema de la autoestima, pero enfatizando en el contexto de la diversidad, el o la docente puede utilizar el texto “Mi declaración de Autoestima”, escrito por Virginia Satir.

Se utiliza el texto para iniciar la discusión, subrayando la relevancia de una buena autoimagen, de conocer y respetar los puntos fuertes propios y los de los demás.

5. Para el reconocimiento de fortalezas, se debe usar una dinámica en la cual se asignen parejas y cada quién diga una fortaleza de su compañero y una propia.

Se puede pedir que inicien con la frase “Él/Ella es único/a especial y maravilloso porque ...” y “Yo soy único/a especial y maravilloso porque...”

Es importante subrayar la capacidad personal, a partir de este conocimiento, de tomar decisiones acerca de cómo cuidar las fortalezas propias y trabajar en las oportunidades de cambiar que queramos darnos.

6. En subgrupos, los y las estudiantes reflexionan acerca de la diversidad entre las personas y las formas en que podemos reforzar nuestra autoestima respetando y apreciando a las otras personas.

7. En plenaria, el o la docente guiará la elaboración de una síntesis que destaque los elementos más importantes de la discusión.

Utilizando distintos ejemplos, el o la docente realiza el ejercicio: “Si hiciera..., ocurriría lo siguiente...”; con el fin de fortalecer en ellos la idea de que lo positivo en cada persona se logra con trabajo, perseverancia y firmeza en sus valores e ideas.

10. Cada estudiante deberá identificar las características de los miembros de su familia y valorar lo que puede hacer con cada uno de ellos para mantener relaciones familiares saludables. Cada uno propone una estrategia para demostrar a su familia su afecto y respeto, de tal forma que pueda generar en ellos la misma actitud.

11. En subgrupos los y las estudiantes realizan un inventario de las actividades físicas, deportivas y recreativas que se pueden practicar en la comunidad. Cada estudiante debe colocar en orden de preferencia la lista de actividades; donde uno es el más importante.

12. En subgrupos se trabaja con textos que ayuden a identificar y valorar el ejercicio y actividad física para una

<p>vida saludable. Se confeccionan mapas conceptuales que representen lo aprendido.</p> <p>13. Cada subgrupo prepara una presentación de una actividad física (baile, pilates, aeróbicos, algún deporte, brincar la cuerda, carreras, otros), y la presenta al resto del grupo.</p> <p>14. El o la docente explica al grupo, utilizando un papelógrafo, una presentación de Power Point u otro tipo de material, lo que es el estrés, causas que lo originan y cómo se convierte en un factor que afecta la salud personal y pública.</p> <p>15. El o la docente invita a un especialista en el área de psicología, orientación, un médico o un padre de familia con alguna preparación sobre el tema; para que exponga diferentes procedimientos que permitan prevenir el estrés e identifique los hábitos del buen dormir como ayuda fundamental para la buena salud.</p> <p>16. Los estudiantes, ayudados por el o la docente, elaboran un periódico mural que permita promocionar la recreación, el ejercicio físico y los hábitos del buen dormir como elementos fundamentales para mejorar la salud y prevenir el estrés.</p>	
<p>PRÁCTICAS SALUDABLES EN EL HOGAR.</p> <p>1. El o la docente inicia la clase con la técnica “Palabra Impactante”, con el propósito de recolectar aprendizajes previos de sus estudiantes. Escribe en la pizarra, o en un cartel la frase “LIMPIEZA EN EL HOGAR”, en forma atractiva, de manera que llame la atención. Los estudiantes opinan sobre la frase, se recolecta las opiniones en la pizarra y se genera una valoración sobre las prácticas que ayudan a mantener la limpieza en el hogar.</p> <p>2. En subgrupos, los estudiantes elaboran una maqueta de una casa con sus diferentes aposentos y realizan una descripción de la manera en que se debe limpiar cada uno de ellos, o cómo observan que se realiza la limpieza en su casa.</p> <p>3. Cada subgrupo de estudiantes expone a sus compañeros el trabajo realizado y las conclusiones que obtuvieron con respecto al tema de limpieza en el hogar.</p> <p>4. El o la docente consigue videos o ilustraciones en las que se presentan espacios limpios y ordenados y otros con las características contrarias y los presenta al estudiantado. Utilizando lo visto y las maquetas construidas por el estudiantado, en plenaria dirigida por</p>	<p>Se realiza una coevaluación para que los estudiantes valoren sus aportes en el desarrollo de trabajos en subgrupos utilizando una escala numérica construida por el o la docente</p>

<p>el o la docente se comenta los siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sensaciones que provocan los espacios limpios y ordenados y las que provocan los espacios sucios y desordenados y razones posibles. • Efectos de la limpieza/ suciedad y efectos del orden/desorden sobre la salud física y mental • Diferentes prácticas que ayudan a mantener la limpieza del hogar y se analiza el porqué es más fácil mantener la limpieza que limpiar. • Orden que se mantiene en el hogar y los beneficios que esto trae. • Aporte que cada uno puede dar en el orden y limpieza del hogar. • Relaciones entre el manejo adecuado de los desechos, el uso de los basureros y la limpieza y orden del hogar. • Fuentes comunes de contaminación en el hogar y formas de evitarla o reducirla. • Oportunidades para reciclar, reutilizar y disponer adecuadamente de los desechos, en armonía con el ambiente (retomar estrategia en este programa bajo “Contaminación y Salud”), en el hogar. <p>5.El o la docente concreta en un pequeño resumen la información recolectada. Los estudiantes realizan una propuesta con los aspectos de limpieza que pueden mejorar en su hogar, lo llevan a su casa y lo proponen a su familia.</p> <p>6.En subgrupos, los estudiantes trabajan con textos que ayuden a identificar la forma adecuada de almacenar los medicamentos.</p> <p>7. Los estudiantes elaboran, en subgrupos, un plan de manejo de medicamentos para el hogar y lo presentan en la plenaria con discusión de cierre.</p>	<p>El o la docente anota la información que considere relevante para valorar los aportes de los grupos en un registro anecdótico</p>
<p>PRÁCTICAS SALUDABLES EN EL COLEGIO.</p> <p>1.Mediante la siguiente dinámica se pretende que los estudiantes describan el ideal de limpieza que les gustaría observar en su institución. Para dar inicio, el docente coloca en la pizarra la frase “Había una vez un colegio...”; cada estudiante deberá ir agregando una frase para completar el cuento. Al finalizar, el o la docente en conjunto con los estudiantes, extraen las ideas antagónicas entre lo que sería una institución limpia y saludable y la que no.</p> <p>2. Del cuento, el o la docente en conjunto con los estudiantes, extraen ideas que ayuden a completar un</p>	

cuadro comparativo con las siguientes columnas:

- Limpieza que se observa en el aula y en colegio.
- Desechos que se generan en el colegio.
- Existencia de basureros apropiados en el colegio.
- Hábitos necesarios en el colegio para mantener la limpieza adecuada.
- Ventajas que nos ofrece un lugar limpio y ordenado en la convivencia humana.
- Oportunidades para reciclar, reutilizar y disponer adecuadamente de los desechos, en armonía con el ambiente, en el colegio. Incluir como concientizarnos todos de su importancia y capacitarnos (retomar estrategia en este programa bajo "Contaminación y Salud") para hacerlo posible y efectivo.

3. Como actividad de cierre se comparan las conclusiones obtenidas en el primer ejercicio con las que se obtuvieron de observar lo que pasa en el aula y en el colegio y se establecen, en forma conjunta estrategia para mantener el orden y la limpieza en el aula.

4. En subgrupos, los estudiantes se organizan para representar hábitos necesarios para la convivencia en espacios comunes: salas de juego, baños, comedor, entre otros.

5. En plenaria, analizan los hábitos presentes en su colegio y los que se necesitan mejorar para tener una mejor calidad de vida individual y colectiva.

6. Por medio de presentaciones o de demostraciones, cada subgrupo demuestra la importancia de mantener buenos hábitos y la forma de comprometerse en el cuidado de los espacios comunes.

7. Con base en las ideas recolectadas en el cuadro y lo comentado en clase, se diseña una campaña institucional permanente de limpieza, la cual se entrega a la dirección del colegio para que sea valorada y autorizada para ser puesta en práctica.

Es importante que como parte de este plan, se incorpore un mapeo de lo que se puede hacer para dividir los desechos de manera que se recicle lo que sea posible reciclar, se reutilice lo que sea posible reutilizar y se disponga adecuadamente de los desechos en general, según las posibilidades.

9. Sugerencias de estrategias para impactar la institución y la comunidad:

- a. Elaboración de un periódico mural que promueva la recreación y el ejercicio físico como elementos fundamentales para mejorar la salud, prevenir el estrés y el uso de drogas.
- b. Organización de una campaña institucional de reciclaje que permita conocer y divulgar el manejo adecuado de los desechos; así como, permita mantener la limpieza de la institución y el hogar de cada estudiante.

10. Glosario

Afecto: cariño o simpatía por una persona o cosa. Cuando el afecto se dirige a una persona implica el deseo de proporcionar bienestar a ésta. En algunas ocasiones se interpreta como el amor que un ser humano brinda a alguien. Sin embargo, la demostración de afecto incluye también acciones como cuidar, ayudar, comprender a otra persona.

Ambiente: conjunto de condiciones o circunstancias físicas, humanas, sociales, culturales, etc que rodean a las personas, animales o cosas. Constituye el entorno que afecta a los seres vivos y condiciona sus circunstancias vitales.

Autoestima: capacidad de reconocer la valía propia y confiar en uno mismo para lograr objetivos, independientemente de las limitaciones que podamos tener o de las circunstancias externas generadas por los distintos contextos en los que nos corresponda interactuar. Comprende el conjunto de actitudes que dependen de los, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidas hacia nosotros mismos, hacia nuestra manera de ser y de comportarnos y hacia los rasgos de nuestro cuerpo y nuestro carácter. Es la percepción evaluativa de uno mismo. Abarca factores como la autoimagen, la autoconfianza, la autovaloración, el autocontrol, la autoafirmación y autorrealización.

Autonomía: estado y condición de la persona o del grupo de personas cuyas decisiones no dependen del criterio de otros.

Compromiso: acuerdo por medio del cual las personas asumen una promesa o declaración de principios.

Contaminación ambiental: introducción de un contaminante dentro de un ambiente natural que causa inestabilidad, desorden, daño o malestar en un ecosistema, en el medio físico o en un ser vivo. El contaminante, puede ser una sustancia química, energía, como sonido, calor, o luz.

Contaminación sónica: exceso de sonido que altera las condiciones normales del ambiente en una determinada zona. Puede causar grandes daños en la calidad de vida de las personas si no se controla adecuadamente. Usualmente es provocada por las actividades humanas (tráfico vehicular, industrias, locales de entretenimiento, aviones, etc.), que produce efectos negativos sobre la salud auditiva, física y mental de las personas.

Contaminación visual: tipo de contaminación que involucra todo aquello que afecte o perturbe la visualización de determinado sitio o rompan la estética de una zona o paisaje. También se refiere al abuso de ciertos elementos "no arquitectónicos" que alteran la estética, la imagen del paisaje y que generan una sobre estimulación visual agresiva, invasiva y simultánea. Dichos elementos pueden ser carteles, cables, chimeneas, antenas, postes y otros elementos, que no provocan contaminación de por sí; pero mediante la manipulación indiscriminada del hombre (tamaño, orden, distribución) se convierten en agentes contaminantes.

Cooperación: trabajo en común llevado a cabo por parte de un grupo de personas o entidades mayores para el logro de un objetivo compartido. La cooperación supone el respeto, la lealtad y la reciprocidad en

las relaciones humanas, la aceptación del derecho al desacuerdo, la capacidad de diálogo, la capacidad de resolución pacífica de conflictos, y la destreza de la participación activa.

Cuidado personal: acciones, conductas y actividades que fortalecen el bienestar propio. Incluye una actitud de autoestima y percepción del valor propio, que lleva a procurar el bienestar en cuanto a salud, aseo personal, e incluso cuidado de la imagen.

Dengue: enfermedad infecciosa viral causada por un virus que es transmitido por la picadura de un mosquito. Sus síntomas incluyen fiebre alta, dolor de cabeza, dolores musculares, vómito, entre otros.

Desecho: residuo, desperdicio, recorte o sobrante.

Diversión: experiencia placentera que se vive usualmente –pero no exclusivamente-, durante el uso del tiempo libre en actividades que liberan del aburrimiento o que son nuevas, interesante o estimulantes. Cuando se experimenta en situaciones de trabajo o estudio, investigaciones demuestran que puede mejorar el rendimiento y la salud. Algunas actividades que pueden ser percibidas como divertidas, resultan ser riesgosas para la salud personal y de las demás personas.

Diversidad: conjunto de diferencias entre las personas o grupos humanos originadas en raza, etnia, nacionalidad, orientación sexual, sexo, género, religión, opinión política, entre otros. El aprecio y disfrute de la diversidad es una condición necesaria para aprovechar al máximo las oportunidades de aprendizaje y enriquecimiento que nos ofrece un contexto diverso.

Enfermedad: proceso que se desarrolla en un ser vivo, caracterizado por una alteración de su estado normal de salud. Dicho estado puede ser provocado por diversos factores, tanto internos como externos al organismo enfermo.

Espacio colectivo: espacio de propiedad pública, dominio y uso público.

Estrés: reacción fisiológica del organismo en la que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada. El estrés es una respuesta natural y necesaria para la supervivencia, sin embargo, situaciones prolongadas y continuas de estrés pueden causar problemas de salud.

Juicio crítico: opinión sin ataduras ni condicionantes sobre un tema de cualquier área del conocimiento o cualquier asunto de la cotidianidad. Los juicios críticos implican el manejo de la información básica relevante para el tema bajo análisis y la capacidad de argumentar y analizar una opinión positiva o negativa y formar criterio propio ante una situación, hecho o circunstancia determinada.

Libertad: designa la facultad del ser humano que le permite decidir llevar a cabo o no una determinada acción, según su voluntad. Hay dos formas de entenderla: (i) libertad en sentido negativo: ausencia de coerción de parte de otros sobre la persona libre, “libertad de”, (ii) libertad positiva: posibilidad de la persona de actuar en forma tal que permita realizar sus potencialidades y metas, “libertad para”. En este segundo sentido, se visibiliza que las inequidades e injusticias son una limitación a la libertad humana.

Medicamento: sustancia farmacéutica destinada para uso humano o animal, con el fin de prevenir, aliviar o eliminar enfermedades, o para modificar estados fisiológicos.

Orden: forma de colocar adecuadamente las cosas, personas o hechos en un lugar o de sucederse en el tiempo según un determinado criterio.

Presentación personal: forma en que se presentan las personas en cada momento del día incluyendo la forma de presentar el cabello, el tipo y grado de limpieza general de la persona, el orden general del atuendo utilizado. La presentación adecuada en cada momento se determina culturalmente.

Prevención: se refiere a toda acción orientada a evitar que los sucesos negativos se conviertan en daños o desastres. Procura el control de los elementos conformantes del riesgo, por lo que las acciones se orientan al manejo de los factores de amenaza y a la eliminación o reducción de los factores que determinan la condición de vulnerabilidad. Implica conocer de antemano un daño o perjuicio y tomar las medidas necesarias para evitarlo o amortiguarlo.

Recreación: experiencia o actividad humana que contribuye a la educación permanente e integral, al descanso dinámico y renovación de energías físicas, intelectuales y espirituales y al fortalecimiento y desarrollo de la integración exitosa, solidaria, creadora y transformadora de la vida de la propia comunidad y de la sociedad. Implica renovar o refrescar. Como experiencia, no es tanto lo que hace una persona sino la razón por la cual realiza la actividad y cómo se siente al llevarla a cabo. Como evento abarca una gran variedad de actividades. La recreación organizada permite el desarrollo total (emocional, física, mental y espiritual) de quienes participan de ella.

Relaciones interpersonales: asociación entre dos o más personas. Estas asociaciones pueden basarse en el afecto, negocios u otros intereses. Las relaciones interpersonales tienen lugar en una gran variedad de contextos, como la familia, amigos, matrimonio, amistades, trabajo, compañeros de estudio, clubes, barrios, entre otras.

Respeto: actitud de reconocimiento de la igualdad de la condición humana y del principio de merecer los mismos derechos por esa sola condición. Del respeto se derivan la consideración, pero sobre todo un interés por el otro o la otra, más allá de las obligaciones explícitas que puedan existir. Aunque el término se usa comúnmente en el ámbito de las relaciones interpersonales, también aplica en las relaciones entre grupos de personas, entre países y organizaciones de diversa índole.

Responsabilidad individual: cualidad o capacidad de determinar y hacerse cargo de sus propios actos y de asumir las consecuencias que éstos conllevan.

Salud bucodental: estado de ausencia de dolor crónico, cáncer de boca o garganta, llagas bucales, defectos congénitos como labio leporino o paladar hendido, enfermedades periodontales (de las encías), caries dental y pérdida de dientes, y otras enfermedades y trastornos que afectan a la boca y la cavidad bucal.

Salud emocional: es el manejo responsable de los sentimientos, pensamientos y comportamientos; reconociéndolos, aceptándolos, integrándolos y aprovechando la energía vital que generan para que estén al servicio del bienestar personal. Las personas emocionalmente sanas controlan sus sentimientos de manera asertiva y se sienten bien acerca de sí mismas, tienen buenas relaciones personales y han aprendido maneras para hacerle frente al estrés y a los problemas de la vida cotidiana.

Salud mental: se refiere a la forma en que las personas manejan su vida diaria y la forma en que se relacionan con los demás en distintos ambientes. También tiene que ver con la manera en que se equilibran los deseos, anhelos, habilidades, ideales, sentimientos y valores para hacer frente a las múltiples demandas de la vida. Está relacionada con la promoción del bienestar, la prevención de trastornos mentales y el tratamiento y rehabilitación de las personas afectadas por dichos trastornos.

Solidaridad: valor que extiende la igualdad hacia la creación de oportunidades en los ámbitos social y económico. Consiste en el reconocimiento de que todas las personas tienen el derecho a un bienestar mínimo en esos ámbitos. Los espacios para la solidaridad pueden ser individuales o colectivos, públicos o privados.

11. Bibliografía sugerida para docentes y estudiantes:

Alfaro, María del Rosario. Contaminación del Aire. Emisiones Vehiculares, Situación Actual y Alternativas. Ed. EUNED. San José, Costa Rica. 1998.

Gómez Vega, Omar. *Educación para la Salud*. Ed. EUNED. San José, Costa Rica. 2003.

Guier Serrano, Estrella y otros. *Didáctica Ambiental*. Ed. EUNED. San José, Costa Rica. 2002

Krauskopf Roger, Dina. *Adolescencia y Educación*. Ed. EUNED. San José, Costa Rica. 2002

Salas Cuevas, Dra. Consuelo B y otro. *Educación para la salud*. Ed. Pearson. México 2004.

Valverde Cerros, Oscar. Adolescencia, protección y riesgo en Costa Rica: múltiples Aristas, una tarea de todos y todas. C.C.S.S. 1º ed. San José. 2001

Referencias en internet:

http://es.wikipedia.org/wiki/Trastorno_alimentario

http://kidshealth.org/kid/en_espanol/sentimientos/5_steps_esp.html

<http://kidshealth.org/Search01.jsp?SearchSection=3&Mode=Search&SearchTextArea=declaracion%20au>

[toestima](#)

<http://paniamor.org/incidencia/pescnna.html>

<http://somosadolescentes.blogspot.com/2007/08/violencia-en-el-noviazgo-la-violencia.html>

<http://trabajoyalimentacion.consumer.es/documentos/12-18/imprimir.php>

<http://www.alimentacion-sana.com.ar/portal%20nuevo/actualizaciones/dietabalanceada.htm>

<http://www.aula21.net/Nutriweb/intoxicaciones.htm>

<http://www.bvs.sa.cr/php/situacion/mental.pdf>

http://www.cedro.org.pe/ebooks/friesgo_cap3_p50_93.pdf

<http://www.educared.net/aprende/anavegar6/podium/B/1035/index.htm>

<http://www.eufic.org/page/es/seguridad-alimentaria-calidad/manipulacion-comida-sana/>

http://www.fao.or.cr/seguridad_alimentaria.shtml

<http://www.iafa.go.cr/Materiales/>

<http://www.ministeriodesalud.go.cr>

<http://www.monografias.com/trabajos11/trali/trali2.shtml#des>

<http://www.msp.go.cr/index.html>

<http://www.panalimentos.org/panalimentos/files/manual%20.pdf>

<http://www.pani.go.cr/adpani.php>

<http://www.saludparati.com/estres1.htm>

<http://www.sld.cu/saludvida/psicologia/temas.php?idv=6091>

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs318/es/index.html>

www.ccss.sa.cr

PRIMERA UNIDAD EDUCACIÓN PARA LA VIDA COTIDIANA

8º año

1. **Título:** Nos preparamos para vivir en entornos seguros.
2. **Tiempo probable:** Primer semestre.
3. **Propósito:** El estudiante adquiere habilidades y destrezas que le permiten identificar riesgos, prevenir y resolver problemas de inseguridad en el plano personal, en el hogar y fuera del hogar, reforzar el cuidado de sí mismo y de las demás personas, e incrementar su autonomía.
4. **Aprendizajes individuales y colectivos por lograr:**
 - a) Comprensión y valoración de la importancia de realizar prácticas para generar y mantener la seguridad personal, en el hogar y fuera del hogar.
 - b) Reconocimiento de principales medidas de seguridad vial para la seguridad personal.
 - c) Sensibilización sobre la necesidad de colaborar en la construcción de entornos seguros.
 - d) Apropiación de conocimientos, prácticas y actitudes que permitan enfrentar las emergencias.
 - e) Comprensión de la importancia de la colaboración para prevenir o enfrentar los riesgos de seguridad que se presentan en el hogar y fuera de él.
 - f) Sensibilización sobre la importancia de planificar y asumir responsablemente la seguridad personal y la de los demás
 - g) Comprensión del uso correcto de las herramientas de comunicación para un mejor desarrollo de la seguridad personal y colectiva.

5. Contenidos Curriculares		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
<p>LA SEGURIDAD</p> <p>Seguridad Personal Concepto de seguridad personal o individual.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Seguridad física. • Seguridad emocional. <p>¿Qué nos hace sentirnos seguros o seguras?</p>	<p>Construcción del concepto de seguridad personal o individual.</p> <p>Reconocimiento de los diferentes elementos que intervienen en la seguridad personal.</p> <p>Identificación de los diferentes mecanismos con los que se cuenta para enfrentar o prevenir situaciones que amenacen la seguridad física y emocional de la persona.</p> <p>Análisis crítico de los riesgos y las amenazas a la seguridad física y emocional que existen.</p> <p>Identificación de los comportamientos de riesgo que afectan o alteran la seguridad emocional</p> <p>Identificación de las instituciones y los servicios que ofrecen para proteger, apoyar y a educar a las personas para mantener la seguridad física y emocional; así como de los servicios que ofrecen.</p> <p>Capacidad de identificar las prácticas, hábitos o costumbres que nos hace sentirnos personas seguras</p> <p>Reconocimiento de la familia como institución fundamental para la generación de habilidades que permitan la seguridad personal y familiar a nivel social, psicológico y físico.</p>	<p>Valoración de la importancia de velar por la seguridad personal o individual.</p> <p>Actitud crítica, reflexiva y propositiva ante situaciones que generan inseguridad en las personas.</p> <p>Capacidad de identificar riesgos y formas de combatirlos.</p> <p>Actitud crítica, positiva y responsable ante el trabajo realizado por las instituciones que ayudan a proteger, apoyar y educar a las personas.</p> <p>Valoración de la familia como institución clave para la generación de entornos seguros.</p>

Seguridad en el hogar.		
Detección de riesgos en la vida cotidiana.	Identificación y detección de los riesgos que se presentan en la vida cotidiana en el hogar.	Valoración de la importancia de identificar permanentemente los riesgos existentes en el hogar y ejercer acciones de prevención.
	Reconocimiento de formas adecuadas de enfrentar riesgos en la vida cotidiana en el hogar.	Colaboración en la generación de entornos seguros en el hogar.
	Análisis crítico de las amenazas físicas y emocionales que existen en el hogar.	Seguimiento de instrucciones para la seguridad personal.
	Identificación de los lugares específicos que presentan riesgos en el hogar.	Prácticas de acciones seguras al ejecutar actividades cotidianas en el hogar.
	Capacidad de identificar riesgos y planear acciones para enfrentarlos, prevenirlos o mitigarlos	Actitud alerta ante las amenazas que surgen en la convivencia humana.
Formas de enfrentar los riesgos en la vida cotidiana.	Descripción de los accidentes comunes que se presentan en el hogar.	Promoción de conductas para prevenir y protegerse de los riesgos.
Accidentes comunes.	Identificación de las formas de prevenir los accidentes comunes que se presentan en el hogar.	
Prevención de accidentes comunes.	Descripción de las formas seguras de:	
Detección de condiciones riesgosas en el hogar. (lugares resbalosos, instalaciones eléctricas, desagües, tuberías, otros) y acciones para enfrentarlos, prevenirlos o mitigarlos.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Levantar objetos pesados. ✓ Bajar y subir gradas. ✓ Uso de escaleras. ✓ Manejo de químicos. ✓ Manejo de productos de limpieza. ✓ Uso de la electricidad. ✓ Uso del gas. ✓ Manejo de la cocina y sus implementos. ✓ Manejo de otras fuentes de energía. ✓ Otros. 	
Prácticas seguras a la hora de	Caracterización de las	

<p>ejecutar actividades cotidianas en el hogar.</p>	<p>diversas conductas de riesgo que surgen en la convivencia humana, en el barrio o entorno en que vive.</p> <p>Reconocimiento de las diferentes conductas y acciones que ayudan a prevenir riesgos de salud y ante la delincuencia.</p> <p>Identificación de los lugares de riesgo, así como de las horas más propensas para el riesgo, existentes en el entorno en que se vive.</p> <p>Identificación de los diferentes mecanismos de protección y de prevención existentes en el entorno en que se vive</p> <p>Identificación de los mecanismos y lugares o instituciones existentes para establecer denuncias ante la amenaza a la seguridad.</p>	<p>Actitud alerta y de protección ante la delincuencia.</p> <p>Práctica de acciones que promuevan la seguridad colectiva.</p> <p>Actitud crítica y proactiva hacia la prevención y protección ante riesgos.</p> <p>Disposición a denunciar amenazas a la seguridad personal y familiar</p>
<p>Seguridad fuera del hogar Conductas de riesgo en la vida cotidiana.</p>	<p>Desarrollo de capacidad de denunciar amenazas a la seguridad personal y familiar.</p>	<p>Práctica de comportamientos seguros al transitar en las vías públicas</p>
<p>Conductas de protección ante riesgos de salud y ante la delincuencia</p>	<p>Identificación de prácticas adecuadas para transitar en el entorno en que se vive.</p>	<p>Actitud preventiva y de auto protección a la hora de trasladarnos en vehículo público o privado</p>
<p>Medidas a tomar ante una amenaza a la seguridad, denuncias, otros.</p>	<p>Identificación de prácticas adecuadas para transitar en el entorno en que se vive.</p>	<p>Capacidad de enfrentar adecuadamente los riesgos en el entorno vial y práctica de conductas para prevenirlos</p>
<p>Buenas prácticas a la hora de transitar, para tomar buses, cruzar calles, otros.</p>	<p>Reconocimiento de buenas prácticas de seguridad cuando se tiene el rol de pasajero de un vehículo</p>	
<p>Buenas prácticas del pasajero de un vehículo público y privado</p>	<p>Identificación de conductas que potencian riesgo en el entorno vial</p>	
<p>Conductas de riesgo en el entorno vial</p>	<p>Identificación de zonas de riesgo, horas de riesgo en</p>	

6. Valores, actitudes y comportamientos éticos, estéticos y ciudadanos que se abordan:	
Valores	Actitudes y comportamientos
Responsabilidad individual y social	<p>Relacionada con:</p> <ul style="list-style-type: none"> * El respeto y cumplimiento de lo deberes ciudadanos para la construcción de comunidades más seguras. * El respeto individual y colectivo por la vida humana. * El respeto de lo ajeno. * El compromiso con la dignidad de la persona humana. * Respeto a la vida propia y de los demás
Cooperación	<p>Relacionados con:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Las relaciones interpersonales basadas en el respeto, la reciprocidad y la lealtad con las personas usuarias de las vías públicas. * La actuación en grupo para la construcción de una cultura vial respetuosa y segura.
Autonomía y juicio crítico	<p>Relacionado con:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Expresión de las propias ideas y sentimientos ante el tema. * Toma de decisiones en la vida personal y familiar que permitan mejorar la seguridad. * Prácticas de prevención y protección.
Respeto	<p>Relacionado con:</p> <ul style="list-style-type: none"> * La libertad individual, para el desenvolvimiento sin temor en distintos espacios. * Los derechos en cuanto a seguridad se refiere. * Las normas establecidas con respecto a la seguridad personal y comunal.
Solidaridad	<p>Relacionada con:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Prevención y protección ante los riesgos de seguridad física y emocional.
Cuidado Personal	<p>Relacionado con:</p> <ul style="list-style-type: none"> * El interés por mantener y generar seguridad física y emocional propia y de los demás. * Asumir prácticas que nos protegen de riesgos

Sugerencias de estrategias de aprendizaje, de mediación y de evaluación:

7. Sugerencias de estrategias de aprendizaje y de mediación	8. Sugerencias de estrategias de evaluación
<p>LA SEGURIDAD</p> <p>Seguridad personal</p> <p>1.Utilizando la técnica “Lluvia de ideas”, el o la docente, guía la actividad para ayudar a identificar el concepto de “seguridad personal”: la seguridad física y la seguridad emocional, las amenazas o riesgos a la seguridad física y emocional; y los diferentes elementos que intervienen en la misma.</p> <p>2.Una vez analizados los conocimientos previos; el o la docente forma subgrupos de trabajo y facilita material audiovisual, escrito (periódicos y revistas por ejemplo) que contengan información sobre el tema de seguridad personal.</p> <p>Cada subgrupo deberá analizar las diferentes amenazas físicas y emocionales que puede enfrentar una persona; así como, los mecanismos con los que se cuenta para detectar y enfrentar las diversas situaciones de seguridad física y emocional de la persona.</p> <p>3. En plenaria los subgrupos exponen sus trabajos, apoyados de diversos materiales, según lo decidan (carteles, panfletos, mural, presentación power point, dramatización, otros). Es importante que el o la docente establezca una guía con los aspectos relevantes que se deben extraer de las presentaciones y su discusión.</p> <p>4.Una vez expuestos los trabajos, se definirá un único resumen sobre el tema.</p> <p>5.El o la docente se solicita a cada estudiante escribir una lista de cosas, personas, situaciones u otras que les hacen sentir seguros/as o inseguros/as.</p> <p>7.Se realizará una reflexión grupal, en la que alumnos que así lo deseen pueden compartir sus experiencias. Esta reflexión se centrará en identificar estrategias, situaciones, personas y otros que fortalecen la seguridad para acercarlos y aquellas que por el contrario crean inseguridad, para evitarlas.</p>	<p>Durante las exposiciones el docente recopilará información relevante para valorar los aprendizajes de los estudiantes utilizando una escala gráfica.</p>
<p>Seguridad en el hogar.</p> <p>1.El o la docente, apoyado con material audiovisual, realiza una presentación a los estudiantes donde se pueda identificar a la familia como institución fundamental para la generación de habilidades que permitan la convivencia ciudadana y una vida armoniosa.</p>	<p>Elaboración de portafolio de trabajos por parte de los grupos para evidencias los aprendizajes logrados en el tema de la seguridad en el hogar, el</p>

2. Se identifican riesgos asociados con diversos espacios: el colegio, los lugares sociales, parques, establecimientos comerciales, calles, aceras (como peatón, pasajero y conductor) y otros.

3. En subgrupos para cada uno de los riesgos se identifican prácticas de seguridad personal y colectiva.

4. En plenaria retomando el ejercicio de seguridad en el hogar, se aborda el concepto de seguridad como construcción colectiva, y se identifican las necesidades de acción individual colectiva para mejorar la seguridad del entorno común.

5. Por medio de la docente, de algún padre de familia, estudiante u otra persona conocida; se invita a un experto o un panel en el tema de seguridad en la comunidad. Se le solicita también que pueda escuchar los resultados del ejercicio del aula en cuanto al tema.

6. De forma colectiva se elaborarán conclusiones y recomendaciones en el tema de seguridad en el barrio o entorno comunitario, que caracterice las diversas amenazas que surgen en la convivencia humana e identifique los diferentes mecanismos y/o conductas de protección y de prevención existentes.

7. En plenaria, los y las estudiantes formulan las preguntas que consideran pertinentes y necesarias para aclarar el tema. En conjunto, se identifican las prácticas adecuadas para conducirse en el entorno en que se vive y los lugares o instituciones existentes para establecer denuncias ante amenazas de seguridad. Se elabora un listado de buenas prácticas personales, y buenas prácticas y deficiencias en la comunidad.

8. Se buscará compartir estos insumos con autoridades locales, enviando cartas o bien con medios de comunicación locales.

9. Con la guía del o la docente, se identifican, en forma grupal los distintos actores que intervienen en el entorno vial (peatones, conductores, peatones, policías de tránsito, entre otros) y el comportamiento adecuado al transitar por la vías públicas. La información se registra en la pizarra.

10. Se conforman grupos a cada uno de los cuales se le asigna un rol de los discutidos anteriormente. Cada grupo investigará más sobre el tema y representará a uno de los actores identificados.

11. Se organiza un simulacro de las vías públicas, Para ello se identificará un espacio en el colegio en donde se pueda

Auto evaluación de los aprendizajes adquiridos utilizando preguntas reflexivas proporcionadas por el docente

representar la vía pública de con todas las señales de tránsito correspondientes. Una vez concluido, uno o varios miembros de cada grupo representará el actor escogido. También se utilizarán representaciones de vehículos de uso público y privado con sus pasajeros. El resto del grupo observa y evalúa si la práctica que se está simulando es correcta o no.

12. En plenaria, los y las estudiantes, con la guía del docente. Analizarán los riesgos para su seguridad personal e identificarán las buenas prácticas al transitar en las vías públicas (cruzar calles, ser pasajero, ser peatón, etc).

13. Utilizando la técnica “Lectura en Parejas”, se trabaja el tema del uso de las herramientas de comunicación (internet, teléfono, mensajes de texto, redes sociales, otros) en la vida de los adolescentes, los diferentes tipos de información que se puede adquirir y el reconocimiento de las diferentes amenazas que se puede sufrir al utilizarlas.

Guiados por el o la docente, se responde a interrogantes, tales como: ¿qué son las herramientas de comunicación?, ¿qué utilidad tienen?, ¿con qué fines fueron creadas?, ¿qué consideramos son los riesgos que se corren al utilizarlas?, ¿qué importancia tienen en nuestro contexto actual?, ¿Por qué nos agradan o nos desagradan?, ¿para qué las utilizamos cotidianamente?, ¿qué tiene que ver la seguridad personal con esto?

14. En plenaria, se identifica la manera adecuada en que debe utilizarse las herramientas de comunicación para salvaguardar la identidad. Además, se resalta la importancia de mantener una comunicación abierta con los padres cuando hacemos uso de ellas, para una mayor seguridad personal.

15. En subgrupos se realizan diferentes representaciones mediante teatro, sociodramas, noticieros, otros, sobre el uso adecuado e inadecuado de las herramientas de comunicación.

16. Como cierre se elaboran documentos, afiches, trípticos u otros materiales que muestren prácticas y reglas que se deben seguir para promover la seguridad en el uso de herramientas de comunicación.

Este documento podrá ser compartido con el resto del colegio (en pizarras informativas, en charlas a otros niveles u otras actividades).

17. A partir de una revisión de diversos materiales, en especial noticias, los y las estudiantes traerán al aula ejemplos de una catástrofe o emergencia de índole colectiva reciente en el país.

El o la docente guían una discusión con base en los ejemplos para definir los conceptos de catástrofe o emergencia de

Utilizando una guía de observación, el docente valora los aprendizajes individuales de los estudiantes durante el desarrollo de toda la temática consignando la información en una rúbrica analítica

<p>índole colectiva.</p> <p>18.En subgrupos y utilizando diferentes materiales escritos o audiovisuales, se identifican los diferentes mecanismos, procedimientos o medidas con los que se cuenta para el manejo de emergencias y catástrofes en espacios colectivos.</p> <p>19.En cada grupo se analiza el papel de la organización de grupo y la colaboración como mecanismo integral de prevención y protección.</p> <p>Para reforzar este concepto se pueden utilizar materiales como películas o series de televisión que resalten la importancia del trabajo en equipo y la solidaridad.</p> <p>20.Utilizando la técnica de “Debate”, se divide el grupo en dos partes; una de las mismas que defenderá la hipótesis de que se vive en una comunidad segura, y la otra que se vive en una comunidad insegura.</p> <p>Para preparar el debate los y las estudiantes deberán buscar material de cómo se mide usualmente la seguridad, de manera cuantitativa y cualitativa.</p> <p>21.Realizado el debate, en plenaria, se extraen los aspectos que nos hacen sentirnos inseguros, a su vez, se proponen aspectos importantes a poner en práctica para mejorar la seguridad.</p> <p>22.De estas prácticas, y de manera integradora con todo lo visto durante el semestre, los y las estudiantes, en subgrupos realizarán distintas actividades (elaborar folletos, dramatización, afiches) entre otros, que funcionen como especie de “guía de seguridad” indicando las responsabilidades y prácticas propias, en familia, comunitarias, de las autoridades y/o de cualquier otro actor social que se considera pertinente para cada tipo de catástrofe o emergencia.</p> <p>Entre sus aportes, el docente debe procurar la inclusión de temas básicos vistos durante la clase, como la obediencia a las autoridades, la solidaridad, la responsabilidad propia por la seguridad personal pero también en cierta medida por la colectiva, los contextos familiares y de herramientas de comunicación, entre otros que considere pertinente.</p> <p>23.El material elaborado anteriormente se utiliza para desarrollar una campaña institucional que dé a conocer el tema de la seguridad personal, en el hogar y fuera del hogar; así como los mecanismos para prevenir y protegerse de los riesgos que existen en el entorno.</p>	<p>Autoevaluación de los estudiantes para valorar los aprendizajes individuales respecto al tema de la seguridad mediante el uso de una escala previamente elaborada en conjunto con el docente.</p> <p>Coevaluación de los aportes brindados por los estudiantes durante los trabajos realizados utilizando un instrumento aportado por el docente.</p>
--	--

9. Sugerencias de estrategias para impactar la institución y la comunidad:

- a. Campaña institucional para promulgar el tema de seguridad personal, seguridad en el hogar y seguridad fuera del hogar; con el fin de enseñar a los demás a prevenir y a protegerse de los diferentes riesgos existentes.
- b. Elaboración de un plan para la prevención de emergencias y accidentes en el hogar y el colegio.

10. Glosario:

Accidente: cualquier suceso eventual o acción violenta y/o repentina ocasionada por un agente externo involuntario, que da lugar a una lesión corporal o emocional.

Amenaza: acción o evento que de manera real o percibida, hace que la persona sienta que se encuentra en peligro de sufrir un daño físico u emocional. Puede abarcar el sentir en peligro personas o cosas (como sus pertenencias o su ambiente) que son de suma importancia para sí mismo o/a.

Catástrofe: suceso que altera grave y negativamente el orden regular de algo. Hecho de gran envergadura que acarrea daños físicos y/o emocionales.

Conducta: manera de proceder o actuar que tienen las personas u organismos, en relación con su entorno o mundo de estímulos.

Conducta de riesgo: es una conducta que aumenta la vulnerabilidad ante un problema o situación; incrementa la probabilidad de que ocurra o bien crea un daño más grave o permanente en caso de ocurrir.

Conducta de protección: es una conducta que disminuye la vulnerabilidad ante un problema o situación: previene su ocurrencia o bien disminuye el daño posible en caso de ocurrir.

Cooperación: trabajo en común llevado a cabo por parte de un grupo de personas o entidades mayores para el logro de un objetivo compartido. La cooperación supone el respeto, la lealtad y la reciprocidad en las relaciones humanas, la aceptación del derecho al desacuerdo, la capacidad de diálogo, la capacidad de resolución pacífica de conflictos, y la destreza de la participación activa.

Cuidado personal: acciones, conductas y actividades que fortalecen el bienestar propio. Incluye una actitud de autoestima y percepción del valor propio, que lleva a procurar el bienestar en cuanto a salud, aseo personal, e incluso cuidado de la imagen.

Delincuencia: conjunto de actos u omisiones que constituyen infracciones a la normativa, tiene incidencia social negativa.

Delito: conducta o acción contra terceros que es sancionable legalmente.

Denuncia: es un aviso, verbal o escrito, en que se informa a la autoridad competente, medios de comunicación u otros sobre la ocurrencia de un delito o de una falta o de un atropello a un derecho legalmente reconocido.

Emergencia: estado de crisis provocado por un accidente o suceso que acontece de manera absolutamente imprevista. y que conlleva gran magnitud de daños y pérdidas. Es un estado de necesidad y urgencia, que obliga a tomar acciones inmediatas con el fin de salvar vidas y bienes, evitar el sufrimiento y atender las necesidades de los afectados.

Entorno: comprende el conjunto de elementos naturales, sociales y culturales existentes en un lugar y un momento determinado, que influyen en la vida del ser humano; el contexto que le rodea y con el que interactúa.

Factor de riesgo: es un elemento, fenómeno o acción humana que puede provocar mayor probabilidad de sufrir daño frente a una situación de riesgo, o bien que si ocurre, el daño pueda ser mayor.

Familia: agrupación social que en muchos casos se basa en lazos de parentesco. Este grupo de personas usualmente convive y crea lazos de cuidado entre sí. Normalmente están compuestas por personas de diversas edades.

Herramientas de comunicación: medios utilizados para la interacción humana usualmente incluyen las publicaciones, medios de comunicación masiva, tecnologías para la información y comunicación como el correo electrónico, los sitios de internet, redes sociales, programas para chateo, etc.

Inseguridad ciudadana: condición personal, objetiva o subjetiva, de encontrarse amenazado por la violencia o el despojo intencional por parte de otros. Es el temor a ser víctimas de actos tales como agresiones, asaltos, secuestros y violaciones.

Inseguridad real: es aquella inseguridad ciudadana que se origina en amenazas o riesgos objetivos de violencia, robo o hurto.

Inseguridad percibida: es la inseguridad de origen subjetivo, o sea, según la persona siente o interpreta. Es la probabilidad atribuida a la ocurrencia de hechos de violencia y despojo.

Prevención: hace referencia a toda acción orientada a evitar que los sucesos negativos se conviertan en desastres. Procura el control de los elementos conformantes del riesgo, por lo que las acciones se orientan al manejo de los factores de amenaza y a la eliminación o reducción de los factores que determinan la condición de vulnerabilidad.

Protección: conjunto de acciones dirigidas a amparar, favorecer, defender, cuidar ante amenazas o acciones directas que hacen daño. Usualmente se refiere a un ambiente de cuidado y seguridad en el día a día, y el ejercicio de medidas que resguarden del daño cuando se presentan amenazas.

Respeto: actitud de reconocimiento de la igualdad de la condición humana y del principio de merecer los mismos derechos por esa sola condición. Del respeto se derivan la consideración, pero sobre todo un interés por el otro o la otra, más allá de las obligaciones explícitas que puedan existir. Aunque el término se usa comúnmente en el ámbito de las relaciones interpersonales, también aplica en las relaciones entre grupos de personas, entre países y organizaciones de diversa índole.

Responsabilidad individual: cualidad o capacidad de determinar y hacerse cargo de sus propios actos y de asumir las consecuencias que éstos conllevan”.

Responsabilidad social: valoración negativa o positiva del impacto que una decisión tiene en la sociedad en su conjunto. Más específicamente se refiere a la responsabilidad social corporativa, o responsabilidad social empresarial, que implica la contribución empresarial activa y voluntaria al mejoramiento social, económico o ambiental de la comunidad.

Respuesta ante emergencias: conjunto de acciones de inmediata y rápida ejecución ante la ocurrencia de una emergencia. Procura el control de una situación, para salvaguardar obras y vidas, evitar daños mayores y estabilizar el área de la región impactada directamente por la emergencia.

Riesgo: probabilidad de que se presenten pérdidas, daños o consecuencias económicas, sociales o ambientales en un sitio particular y durante un período definido. Se obtiene al relacionar la amenaza con la vulnerabilidad de los elementos expuestos.

Seguridad: conjunto de mecanismos, leyes y organismos que tiene como fin proteger contra determinados riesgos sociales: accidentes, enfermedades, vejez, la acción del hampa, entre otros. El concepto de seguridad es muy amplio y abarca la seguridad social, la ciudadana, la seguridad con respecto a los objetos que se poseen, aquella que tiene vinculación con la responsabilidad civil por daños causados a terceros, entre otras.

Bibliografía sugerida para docentes y estudiantes:

CIPET. (1981). *Seguridad e Higiene Ocupacional*. Costa Rica: CIPET.

Sibaja, R. C. (2002). *Salud y seguridad en el trabajo*. San José, Costa Rica: EUNED.

Carranza, Elías. *Delito y Seguridad de los Habitantes*. San José, Costa Rica. ILANUD. 1997

Cátedra “Eugenio Fonseca Tortós” (1994 segundo semestre: San José); *Derechos humanos en Costa Rica: doctrinas y realidades: deliberaciones: seguridad ciudadana, sistema de justicia y derechos políticos de los costarricenses*. San José, Universidad de Costa Rica, 1994. 102 p.

Chinchilla Miranda, Laura. *La seguridad ciudadana: el caso costarricense*. En: *Revista de Ciencias Jurídicas*. Número 73. San José, Universidad de Costa Rica; Colegio de Abogados, 1992, pp. 9-63.

Foro Seguridad Ciudadana y Justicia Pena : *Perspectiva de la Sociedad Civil* (1999 mar. 23-24 : San José); *Seguridad ciudadana y justicia penal : perspectiva de la sociedad civil : memoria del Foro*. San José, PNUD, 1999. 111 p.

González Álvarez, Daniel. *Delincuencia juvenil y seguridad ciudadana*. En: *Revista de Ciencias Penales de Costa Rica*. Año 9 (13). San José, Asociación de Ciencias Penales, 1997, pp. 110-122

Magistocchi, Gladys Fernández de y colaboradores “Cómo disminuir lesiones en el hogar, la escuela y la vía pública”, *Prevención de accidentes y lesiones*. Guía No 29 de PALTEX para ejecutores de Programas de salud, 1993. OPS Puede consultarse en escuelasegura.mendoza.edu.ar

Referencias en internet:

<http://www.iidh.ed.cr/>

Películas sugeridas

Película *Password: Una mirada en la oscuridad*. Esta película de producción costarricense analiza el problema de la explotación sexual y las condiciones de inseguridad y falta de protección que la causan.

Película *Historia Americana X: acerca de cómo patrones violentos pueden crear personas violentas*.

- El día de la independencia
- La lista de Schindler
- El Imperio del Sol
- La Isla de Gilligan
- Perdidos

SEGUNDA UNIDAD EDUCACIÓN PARA LA VIDA COTIDIANA

8º año

1. **Título:** Practicamos primeros auxilios.
2. **Tiempo probable:** Segundo semestre.
3. **Propósito:** Se pretende que el estudiantado conozca y practique la manera adecuada y segura de enfrentar los diferentes tipos de emergencias comunes en la vida cotidiana, crisis de salud o emergencias médicas; mediante una atención de primeros auxilios. El estudiante desarrollará habilidades, destrezas, actitudes y capacidades que le permitan colaborar con cualquier ser humano que se encuentre en riesgo de perder de la vida.
4. **Aprendizajes individuales y colectivos por lograr:**
 - a) Comprensión de la importancia de conocer y aplicar los primeros auxilios para el bienestar personal propio y de quienes viven a nuestro alrededor.
 - b) Apropiación de conocimientos, destrezas, actitudes y habilidades para enfrentar situaciones de emergencia médica.
 - c) Sensibilización sobre la necesidad de colaborar en el manejo adecuado de emergencias médicas que pueden presentarse en el medio en que se desarrolla.

5. Contenidos Curriculares		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
<p>Concepto de los primeros auxilios como herramienta útil ante emergencias médicas.</p> <p>Procedimientos y medidas para la atención de:</p> <ol style="list-style-type: none"> Alergias Heridas. Quemaduras. Desmayos. Convulsiones. Intoxicaciones. Picaduras y mordeduras. Accidentes de transporte personal. Atragantamiento. Estrés post-traumático en accidentes y emergencias: síntomas y conductas de riesgo. <p>Entidades de atención de emergencias médicas.</p>	<p>Comprensión de la importancia de poseer conocimientos básicos de primeros auxilios para la atención de emergencias médicas.</p> <p>Identificación de los diferentes tipos de emergencias médicas en las que podemos aplicar los primeros auxilios</p> <p>Análisis y estudio de cada uno de los tipos de emergencias médicas más comunes en las que podemos aplicar los primeros auxilios</p> <p>Capacidad para identificar los pasos a seguir en caso de emergencia médica, incluyendo el seguir instrucciones por parte de autoridades.</p> <p>Aplicación de procedimientos básicos de primeros auxilios</p> <p>Reconocimiento de las instituciones y personas oficialmente autorizadas a aplicar procesos curativos en salud.</p> <p>Identificación de los momentos adecuados y la forma responsable de acudir a las entidades de emergencias médicas</p>	<p>Actitud de alerta para reconocer emergencias médicas y actuar de la mejor manera ante ellas.</p> <p>Actitud positiva para colaborar en la atención de emergencias médicas.</p> <p>Valoración de los servicios que brindan las entidades de atención de emergencias médicas</p> <p>Actitud responsable y solidaria al acudir a entidades de atención de emergencias médicas</p>

6. Valores, actitudes y comportamientos éticos, estéticos y ciudadanos que se abordan:	
Valores	Actitudes y comportamientos
Responsabilidad individual y social	Relacionado con: * La toma de decisiones en situaciones de emergencia médica.
Cooperación	Relacionado con: * La forma de colaboración para atender personas en crisis en el momento de una emergencia médica. * La disposición de informar a las demás personas para que conozcan procedimientos adecuados de atención y maneras de actuar en casos de emergencias médicas. * La disposición a seguir instrucciones de las autoridades en el manejo de las emergencias médicas.
Solidaridad	Relacionado con: * La participación en la organización y atención de los demás en caso de emergencias médicas. * El acudir en forma responsable y oportuna a las entidades de atención de emergencias médicas
Autonomía y juicio crítico	Relacionado con: * Expresión de las propias ideas y sentimientos ante el tema. * Capacidad de actuar apropiadamente en casos de emergencia.

Sugerencias de estrategias de aprendizaje y estrategias de evaluación:

7. Sugerencias de estrategias de aprendizaje y de mediación	8. Sugerencias de estrategias de evaluación
<p>PRIMEROS AUXILIOS.</p> <p>1. Definición grupal, con la guía del o la docente, del concepto de primeros auxilios. y detección de elementos diferenciadores básicos que nos ayudan a determinar si una situación es una emergencia médica y por lo tanto cómo proceder (elementos como la falta de tiempo para acudir a un centro médico, el peligro inminente de pérdida de vidas o exposición a un daño irreparable y otros).</p>	<p>El docente valora los aportes de los estudiantes durante el debate utilizando un registro de desempeño</p>

<p>2. El o la docente se hace una exposición sobre las personas oficialmente autorizadas a aplicar procedimientos atención a emergencias médicas.</p> <p>3.Utilizando la técnica del “Debate” se discute la importancia de poseer conocimientos básicos de primeros auxilios.</p> <p>En plenaria se identifican los diferentes tipos de emergencias médicas en las que podemos aplicar los primeros auxilios. Para iniciar la conversación se utiliza material de apoyo como videos de primeros auxilios o películas en las que se presenten emergencias médicas.</p> <p>4.El o la docente promueve la invitación a un organismo o persona autorizado para que asista (en varias ocasiones, por cuanto es necesario desarrollar la práctica) a la clase e imparta un taller sobre primeros auxilios.</p> <p>Se realizan las prácticas necesarias. Puede recurrirse a personal de la Cruz Roja local, EBAIS u otros centros de salud.</p> <p>5.En un mapa esbozado de la comunidad, se identifican los diversos recursos para la atención de emergencias médicas. Estos pueden incluir centros médicos, farmacias con personal de medicina, personas con conocimientos avanzados en la comunidad, entre otros.</p> <p>6.Se elabora un directorio, accesible a todos y que puede ser compartido con la institución e incluso la comunidad, con las organizaciones y formas de contacto en una emergencia médica.</p> <p>7.En subgrupos se visitan centros médicos, Cruz Roja, otros, donde se pueda observar diferentes prácticas en primeros auxilios.</p> <p>8.Divididos en subgrupos se realizan obras de teatro simulando diversas emergencias médicas, el grupo las retroalimenta y hace sugerencias de buenas prácticas que se puedan incorporar.</p>	<p>En grupos los estudiantes elaboran una producción textual referente a los diferentes tipos de emergencia y la aplicación de primeros auxilios posteriormente presentan su trabajo y el docente consigna en su crónica los aspectos que considere relevante para valorar los aprendizajes.</p> <p>Autoevaluación y coevaluación mediante una rúbrica para valorar el procedimiento desarrollado para los trabajos presentados</p>
---	---

9. Sugerencias de estrategias para impactar la institución y la comunidad:

- a. Elaboración de un manual que puede ser puesto a disposición de los demás miembros de la comunidad estudiantil para contar con información importante para actuar en casos de emergencias.

10. Glosario.

Accidente: cualquier suceso eventual o acción violenta y/o repentina ocasionada por un agente externo involuntario, que da lugar a una lesión corporal o emocional.

Alergia: hipersensibilidad a una partícula o sustancia que, si se inhala, ingiere o se toca produce unos síntomas que pueden ir desde estornudos o picazón, hasta problemas severos en las vías respiratorias capaces de causar hasta la muerte.

Atragantamiento: obstrucción accidental de las vías respiratorias altas o medias, generalmente al fallar la deglución de alimentos o bien al introducirse objetos, y que puede llegar a provocar la asfixia del sujeto afectado.

Conducta: manera de proceder que tienen las personas u organismos, en relación con su entorno o mundo de estímulos.

Conducta de riesgo: conducta que aumenta la vulnerabilidad ante un problema o situación: incrementa la probabilidad de que ocurra o bien crea un daño más grave o permanente en caso de ocurrir.

Conducta de protección: conducta que disminuye la vulnerabilidad ante un problema o situación: previene su ocurrencia o bien disminuye el daño posible en caso de ocurrir.

Cooperación: trabajo en común llevado a cabo por parte de un grupo de personas o entidades mayores para el logro de un objetivo compartido. La cooperación supone el respeto, la lealtad y la reciprocidad en las relaciones humanas, la aceptación del derecho al desacuerdo, la capacidad de diálogo, la capacidad de resolución pacífica de conflictos, y la destreza de la participación activa.

Convulsión: síntoma transitorio caracterizado por actividad neuronal en el cerebro que conlleva a reacciones físicas peculiares como la contracción y distensión repetida y temblorosa de uno o varios músculos de forma brusca y generalmente violenta, así como de alteraciones del estado mental del sujeto y trastornos psíquicos.

Desmayo: pérdida brusca de la conciencia y de tono postural, de duración breve, con recuperación espontánea sin necesidad de maniobras de reanimación. Puede ser producida por problemas diversos, como cambios de presión sanguínea, sobresaltos significativos, deshidratación, calor excesivo, entre otros.

Emergencia: estado de crisis provocado por un accidente o suceso que acontece de manera absolutamente imprevista. y que conlleva gran magnitud de daños y pérdidas. Es un estado de necesidad y urgencia, que obliga a tomar acciones inmediatas con el fin de salvar vidas y bienes, evitar el sufrimiento y atender las necesidades de los afectados.

Emergencia médica: condición en la que una o varias personas están en peligro de muerte. Es una emergencia que requiere de la intervención de una persona debidamente capacitada, ejecutando una maniobra, para salvaguardar la entereza física de la persona.

Enfermedad: proceso que se desarrolla en un ser vivo, caracterizado por una alteración de su estado normal de salud. Dicho estado puede ser provocado por diversos factores, tanto internos como externos al organismo enfermo

Estrés: reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada.

Estrés post- traumático: estrés asociado a un evento sucedido en el pasado, usualmente de alta magnitud y que se activa de manera importante ante amenazas percibidas como similares a las que causaron el trauma inicial.

Herida: lesión en el cuerpo de un humano o animal. Puede ser producida por múltiples razones, aunque generalmente es debido a golpes o desgarros en la piel.

Intoxicación: ingestión o la inhalación de sustancias tóxicas. Las intoxicaciones accidentales o voluntarias debidas al consumo de medicamentos son las más frecuentes. Sus efectos son diversos, así como la manera de atenderlas, dependiendo en mucho de la sustancia que la produce.

Mordedura: herida o lesión causada por un mordisco de un animal u otra persona En todos los casos puede acarrear contagio de enfermedades o transmisión de microorganismos que pueden ser dañinos para la salud.

Primeros auxilios: conjunto de acciones de atención, ayuda, socorro, amparo que se ofrece de primer momento para enfrentar una emergencia médica.

Quemadura: tipo de lesión en la piel causada en su mayoría por el contacto con llamas, líquidos calientes, superficies calientes y otras fuentes de altas temperaturas; aunque el contacto con elementos a temperaturas extremadamente bajas, también las produce. También existen las quemaduras a causa de sustancias químicas o por la exposición a altos niveles de voltaje eléctrico

Salud: estado de completo bienestar físico, mental y social. Comprende pero no se limita a la ausencia de infecciones o enfermedades. Implica un proceso de autorregulación dinámica del organismo frente a las exigencias ambientales, para adaptarse al disfrute de la vida.

Solidaridad: valor que extiende la igualdad hacia la creación de oportunidades en los ámbitos social y económico. Consiste en el reconocimiento de que todas las personas tienen el derecho a un bienestar mínimo en esos ámbitos. Los espacios para la solidaridad pueden ser individuales o colectivos, públicos o privados.

Trauma: lesión física producida por un agente externo o choque emocional que genera un daño duradero en el inconsciente. El trauma físico está vinculado a un daño que sufre el cuerpo, mientras el emocional refiere a una emoción negativa y duradera que amenaza el bienestar del individuo.

11. Bibliografía sugerida para docentes y estudiantes:

Alfaro Rodríguez, Oscar. *Manual de Primeros Auxilios*. San José. Cruz Roja Costarricense. 1969.

Organización Panamericana de la Salud. *Protección de la Salud Mental en Situaciones de Desastres y Emergencias*. Washington. 2002.

Paniagua, Sergio y otro. *Desastres y Emergencias*. San José, Costa Rica. Ed. Tecnológica de Costa Rica. 2002.

12. Recursos en internet (Manuales de primeros auxilios en línea):

<http://www.cruzrojaarequipa.org/Primeros%20Auxilios%20Comunitarios.pdf>

<http://www.primerosauxilios.org/primeros-auxilios/clasificacion-y-tipos-de-heridas.php>

http://www.anthros.org/descargas/Manual_de_Primeros_Auxilios.pdf

PRIMERA UNIDAD EDUCACIÓN PARA LA VIDA COTIDIANA 9º AÑO

1. **Título:** Administramos adecuadamente el dinero.
2. **Tiempo probable:** un semestre.
3. **Propósito:** El estudiantado adquiere conocimientos, habilidades y destrezas individuales que le permiten planear su vida financiera, administrar su dinero y de el de su familia de manera adecuada y con responsabilidad. Adquirirán los conocimientos y destrezas básicas para determinar el costo real de los bienes y servicios adquiridos a crédito. También obtendrán los conocimientos necesarios determinar el costo del endeudamiento y para administrar adecuada y responsablemente las deudas.
4. **Aprendizajes individuales y colectivos por lograr:**
 - a) Comprensión de la importancia de construir un plan financiero, como elemento fundamental en el proyecto de vida individual y familiar.
 - b) Apropiación de los conocimientos, las técnicas y las estrategias pertinentes para la elaboración, ejecución y valoración de un presupuesto familiar, considerando todos sus componentes, incluyendo el pago de los impuestos correspondientes.
 - c) Desarrollo de conocimientos, habilidades y destrezas para el manejo responsable de las deudas y las compras a crédito
 - d) Capacidad de analizar críticamente y tomar decisiones responsables en el manejo de sus finanzas y las de su familia.

5. Contenidos Curriculares		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
<p>VIDA FINANCIERA</p> <p>A. Concepto e importancia de las finanzas en la vida cotidiana</p> <p>Etapas de la vida financiera de las personas:</p> <p><i>I etapa:</i> antes de los 18 años (dependen de los padres o encargados). <i>II etapa:</i> 18 a 30 años (formación profesional) <i>III etapa:</i> 31^a a 45 años (conformación de la familia) <i>IV etapa:</i> 45 a 55 años (consolidación de la riqueza familiar) <i>V etapa:</i> 56 a 64 años (pre-retiro) <i>VI etapa:</i> más de 65 años (retiro)</p>	<p>Comprensión de la importancia de las finanzas en la vida cotidiana personal y familiar</p> <p>Establecimiento de correlaciones entre las etapas de la vida o edades y las condiciones financieras de las personas.</p>	<p>Actitud positiva y responsable ante las condiciones financieras que deben asumirse en las diferentes etapas de la vida.</p>
<p>PLANEACIÓN DE LA VIDA FINANCIERA.</p> <p>B. ¿Por qué y para qué planear la vida financiera?</p> <p>a. Metas y objetivos de la planeación</p> <p>b. Tipos de metas de acuerdo con el tiempo: Mini-metas Micro-metas Metas a corto plazo Metas a mediano plazo Metas a largo plazo.</p> <p>c. Estrategias para la consecución de metas financieras.</p> <p>C. Relación seguridad financiera y plan financiero.</p> <p>a. Concepto y características.</p> <p>b. Elementos que la determinan.</p> <p>c. Requisitos para alcanzar la seguridad financiera.</p>	<p>Identificación de las diferentes estrategias para planear la vida financiera personal y familiar</p> <p>Reconocimiento de las diferentes tipos de metas u objetivos al planificar las finanzas familiares.</p> <p>Capacidad para identificar y analizar las distintas formas de conseguir las metas financieras.</p> <p>Comprensión del concepto de seguridad financiera.</p> <p>Caracterización de los elementos que determinan la</p>	<p>Valoración de la importancia de planificar las finanzas para una vida financiera saludable.</p> <p>Actitud crítica, propositiva y responsable al planificar y administrar las finanzas personales y familiares en la vida cotidiana.</p> <p>Aprecio y práctica de conductas orientadas a generar seguridad financiera personal y familiar.</p>

5. Contenidos Curriculares		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
<p>d. Beneficios y aportes a la calidad de vida.</p> <p>e. Ventajas de alcanzar la seguridad financiera.</p>	<p>seguridad financiera.</p> <p>Análisis de los requisitos necesarios para alcanzar la seguridad financiera.</p>	
<p>PRESUPUESTO. Administración de las finanzas de la vida cotidiana.</p> <p>Elementos fundamentales para la confección de presupuestos:</p> <p>a. Concepto del presupuesto.</p> <p>b. Relación con la planeación de la vida financiera.</p> <p>c. Ingresos y sus fuentes (personales y familiares): salarios, ganancias, rentas, honorarios, subsidios, becas, etc).</p> <p>d. Gastos: Concepto y tipos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Compras de contado y a crédito • Deudas, cálculo de intereses (simple y compuesto) • Impuestos: tipos de impuestos e importancia de la tributación. • Pagos de servicios • Otros gastos <p>e. Los derechos del consumidor</p> <p>Derecho a la información</p>	<p>Comprensión del concepto y las características del presupuesto.</p> <p>Análisis crítico del presupuesto familiar y personal.</p> <p>Comprensión y aplicación de los métodos básicos para el cálculo de los intereses simples y compuestos y determinar el costo real de las compras a créditos y las deudas.</p> <p>Identificación de las limitantes y las posibilidades para la elaboración de un presupuesto de gastos.</p> <p>Comprensión de la forma en que se pagan los impuestos y cómo se distribuyen en el gasto público</p> <p>Comprensión de los derechos con los que se cuenta y los peligros que pueden tener los productos y el derecho a estar informado/a sobre éstos.</p>	<p>Actitud positiva y responsable ante la necesidad de elaborar un presupuesto familiar, para el manejo de los recursos económicos personales y familiares.</p> <p>Capacidad de establecer prioridades al hacer un presupuesto de gastos.</p> <p>Disposición a elaborar presupuestos familiares y administrarlos adecuadamente.</p> <p>Actitud responsable en la toma de decisiones relacionadas con las compras a crédito y el endeudamiento.</p> <p>Conciencia y actitud positiva acerca de la importancia de tributar como aporte solidario para el desarrollo</p>

5. Contenidos Curriculares		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
<p>Consumo responsable</p> <ul style="list-style-type: none"> • -diversidad de opciones • -lectura de etiquetas • -revisión de contratos • -vigilancia del cumplimiento de derechos • denuncias 	<p>Identificación de prácticas para asegurarse un consumo responsable</p> <ul style="list-style-type: none"> • 	<p>del país.</p>
<p>f. Métodos para la elaboración de presupuestos.</p>	<p>Capacidad de elaborar presupuestos personales y familiares</p>	<p>Actitud responsable hacia el consumo de bienes, tanto para valorar su necesidad como para buscar y escoger los más convenientes</p>
<p>g. Estrategias para el análisis y equilibrio del presupuesto familiar.</p>	<p>Capacidad de establecer medidas para equilibrar el presupuesto</p>	<p>Actitud positiva hacia la búsqueda de la información necesaria para comparar productos y tomar una decisión que se adecúe a las propias necesidades y recursos</p>
<p>h. ¿Cómo generar capacidad de pago de deudas y capacidad de ahorro?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Uso de los activos y pasivos como generadores de riqueza. • Concepto, importancia y ejemplos de activos y pasivos. • Los activos y los pasivos en las finanzas familiares. 	<p>Aplicación de procedimientos para determinar la capacidad de pago personal y familiar.</p>	<p>Actitud positiva en la búsqueda del equilibrio en el presupuesto familiar.</p>
	<p>Comprensión de los conceptos de activos y pasivos y su papel en la vida financiera.</p>	<p>.</p>
	<p>Establecimiento de diferencias entre activos y pasivos, dentro de las finanzas familiares.</p>	<p>.</p>
	<p>Comprensión del concepto de riqueza y los elementos que la determinan.</p>	<p>Capacidad de análisis del uso de los activos para crear riqueza.</p>
	<p>Análisis crítico y capacidad propositiva para el uso de los activos y pasivos para crear riqueza.</p>	<p>Toma de decisiones informada sobre el manejo de los recursos económicos familiares y personales</p>

6. Valores, actitudes y comportamientos éticos, estéticos y ciudadanos que se abordan:	
Valores	Actitudes y comportamientos
Responsabilidad individual y social	Relacionado con: * La toma de decisiones en el campo de las finanzas y el asumir los riesgos que éstas implican.
Cooperación / solidaridad	Relacionado con: * El desempeño de los roles que le corresponden en las diversas etapas de la vida financiera, dentro de su familia y su impacto en el bienestar personal y familiar.
Autonomía / juicio crítico	Relacionado con: * La expresión de las propias ideas y sentimientos ante el manejo de las finanzas personales y familiares. * La toma de decisiones en la vida financiera personal y familiar.

Sugerencias de estrategias de aprendizaje, de mediación y de evaluación:

7. Sugerencias de estrategias de aprendizaje y de mediación	8. Sugerencias de estrategias de evaluación
<p>VIDA FINANCIERA</p> <p>1. Realizar una “Lluvia de Ideas” en la que tres estudiantes tomarán nota en la pizarra o en un rotafolio, de lo que el estudiantado entiende por: “Vida Financiera”, “Planeación Financiera” y “Seguridad Financiera”.</p> <p>Una vez registradas las ideas aportadas por el grupo, el docente facilitará una discusión cuyo objetivo será formar una sola definición consensuada de los conceptos mencionados.</p> <p>Planeación Financiera</p> <p>1. El alumnado se organiza en “grupos familia” para desarrollar un proceso de juego de roles que les permita construir sus conocimientos sobre las finanzas familiares, mediante la simulación, durante todo el desarrollo de esta unidad.</p> <p>Para ello se forman grupos de ser posible de cinco o seis personas cada uno, los cuales se constituirán en una familia. A estos grupos se referirá siempre que se señale una actividad que la realizarán los grupos- familia.</p>	

Cada grupo elaborará el perfil de su familia: distribución de roles padres, hijos, abuelos. Edades de los hijos, cantidad de personas en las diferentes etapas de la vida financiera, roles de los diferentes miembros, según la etapa en la que están, de acuerdo con su edad, profesiones u oficios de las personas que llevan el dinero a la familia, actividades a las que se dedican los que no trabajan, tipos de gastos que realiza cada integrante, actividades en las que invierten, montos que destinan a cada actividad, etc.

Para establecer los roles de cada miembro del grupo-familia se analizarán los planteamientos teóricos sobre las etapas de la vida financiera de las personas y sus características.

Los grupos - familia deben mantener el perfil lo más cercano posible a la realidad de las diversas profesiones, para ello buscarán información en sus casas y en la comunidad.

2.Cada grupo elaborará una semblanza escrita de la familia con la información que las identifica y que se utilizará en las diferentes acciones que se realizarán.

3.En plenaria cada grupo presenta el perfil y la semblanza del grupo que han escogido. En conjunto, se discuten las características comunes de la vida financiera de las familias.

Presupuesto.

1.Mediante la técnica de lluvia de ideas, el o la docente guiará al estudiantado para definir los conceptos de ingresos, gastos y presupuesto. Una vez definidos, se reflexionará sobre la relación de estos conceptos con el concepto de vida financiera

2.En subgrupos, los y las estudiantes elaborarán listas con los gastos promedio que se hacen en los hogares, y las fuentes de ingresos de las familia, según el Instituto Nacional de Estadísticas o con estimaciones hipotéticas disponibles en otras fuentes. Las listas elaboradas se expondrán ante el resto del grupo, y, en conjunto, con la guía del o la docente, se elaborará una lista lo más amplia posible de ingresos y gastos en los hogares. El o la docente debe asegurarse de que se incluyan todos los tipos de gastos desglosados en los contenidos conceptuales de esta temática.

Auto evaluación utilizando el instrumento brindado por el docente para valorar sus conocimientos respecto a la elaboración de presupuestos familiares.

3. Con la ayuda de material audiovisual o escrito, los y las estudiantes, en subgrupos indagan acerca del precio y la forma de calcular los gastos de la lista elaborada anteriormente.

4. En plenaria se comparte y discute la información recopilada sobre los distintos gastos y la manera de conocer lo que realmente se está pagando por cada bien o servicio.

5. El o la docente introducen el método básico de cálculo de intereses. En parejas o tríos se desarrollarán ejercicios sobre cálculo de diferentes tipos de intereses que se aplican en las actividades de ahorro, en las entidades bancarias.

6. Una vez que los y las estudiantes dominen el cálculo, en subgrupos, revisan los costos de compras a crédito y los pagos de intereses de deudas que hayan identificado previamente en los ejercicios anteriores.

7. Por medio de textos, libros, internet u otros medios, los y las estudiantes consultan sobre el concepto y la importancia de los impuestos y la tributación, los que existen en el país, cuándo y cómo pagarlos.

8. En el aula, se simulará un supermercado. Se sugiere que sea uno de los que ofrecen no sólo comestibles, sino además productos como electrodomésticos, ropa y otros. Incluso se puede contemplar el ofrecimiento de servicios como financiamiento (este puede ser un rol incluso asumido por el o la docente), pagos diversos, servicio de lavandería, cerrajería, teléfonos celulares u otros.

Para la organización de la actividad, o la docente asignará de manera anticipada a los y las estudiantes alguno de los productos, solicitando que preparen el espacio donde se ofrece y sugiriendo que mediante la visita a algún comercio o bien entrevistas a personas conocidas, lo presenten de la forma más realista posible.

El día de la actividad cada estudiante se encargará de “poner” su producto en oferta, simulando entonces un comercio en el aula.

Para ello, el o la docente recomendará a recurrir no sólo a traer un ejemplo del producto, que en ocasiones puede ser difícil, sino además valerse de fotos, recortes, dibujos u otros.

También aprovechará la oportunidad para fomentar el trabajo cooperativo en el aula, con el objetivo de crear en equipo la mejor representación posible.

9. El o la docente asigna a cada estudiante un monto imaginario de dinero y los invita a apuntar en un cuaderno los productos que escogerían. Para escogerles, se aprovecha el espacio simulado tal y como si fueran clientes.

10. Luego de que cada quien haya hecho sus elecciones de compra, de manera grupal, con la guía del o la docente, se comparten y analizan las decisiones tomadas. Algunos de los aspectos a revisar y conceptos a retomar podrían ser:

- ¿Cuáles de los gastos calificarían como gastos fijos o indispensables y cuáles son gastos no indispensables o adicionales?
- ¿Qué condiciones ofrecen los productos comprados: garantía, qué dicen las etiquetas en cuanto a los contenidos nutricionales, o peligros a la hora de utilizarlos? Si no están en las etiquetas, invitar a elaborar lo que éstas etiquetas podrían y/o deberían establecer.
- ¿Qué les hizo decidirse por un producto en lugar de otro? Esta pregunta sirve tanto para analizar las necesidades de cada quien, como para discutir acerca de cómo la publicidad, la presentación de un producto u otras condiciones, influyen en las decisiones de compra.

11. El o la docente, pregunta a los y las estudiantes si cambiarían alguna de sus decisiones de compra luego del análisis efectuado. Debe subrayar la importancia de prestar atención a los productos que se ofrecen, la diversidad de ellos y no perder de vista lo que deseamos para poder decidir con claridad. Retome la ventaja de las decisiones deliberadas frente a las impulsivas

12. De manera individual, los y las estudiantes entrevistan a personas que trabajan en bancos, ministerios u oficinas relacionadas con el tema de los impuestos en Costa Rica sobre las consecuencias de evadir impuestos.

13. En pequeños grupos se llega a una síntesis sobre los datos recolectados en torno al presupuesto de ingresos y gastos y se prepara una presentación para el resto del grupo. Se discuten

los trabajos presentados y en plenaria, con ayuda del o la docente se elabora un resumen en el que se sintetizan los aprendizajes logrados.

14. Cada “grupo – familia” trabajará en el diseño de su presupuesto familiar, utilizando los formatos y machotes aportados por el docente (podrían utilizarse algunos similares a los incluidos en el documento “Educación Financiera para la Vida”. Responsabilidad Social Corporativa, BAC | CREDOMATIC, en el módulo #2, ejercicio #7). Modelo de Silvia Porter.

15. Durante el diseño del presupuesto del “grupo – familia”, cada integrante del mismo, asumirá el rol asignado (padre, madre, hijos, tío, abuelo). Una vez concluidos los presupuestos se presentan en una plenaria.

16. Los y las estudiantes comparten con sus familiares el presupuesto elaborado y recopilarán información sobre lo que piensan los adultos en su casa, sobre la importancia de hacer un presupuesto familiar y si ya lo elaboran, recogerán opiniones sobre los beneficios que esta práctica les ha aportado.

17. Cada estudiante elabora el presupuesto con su propia familia, como un trabajo extra clase.

18. El estudiantado se organizará en subgrupos de cuatro personas para elaborar “trípticos” u otro tipo de material con la información sobre el tema de presupuesto familiar para divulgarlo entre sus familiares y amigos. En esos materiales se referirán a las interrogantes: ¿Qué es un presupuesto familiar, ¿Cuál es la importancia de elaborar un presupuesto familiar?. Una vez elaborados, los materiales se presentan en plenaria

19. Con la ayuda del o la docente y utilizando los presupuestos elaborados anteriormente, se analiza el concepto de equilibrio en el presupuesto familiar y se identifican distintas estrategias para lograrlo.

20. El alumnado desarrolla una estrategia de conversatorio informal o el pequeño grupo de discusión para poner en común el concepto de activos y pasivos, diferencias entre estos, sobre los cuales han investigado individualmente en diferentes medios: lecturas ofrecidas por el docente, consultas en la familia, en Internet, etc.

<p>21. Mediante el uso de material escrito o audiovisual, en subgrupos, los y las estudiantes investigan sobre los conceptos de capacidad de ahorro y capacidad de pago y el papel de los activos y pasivos para generar capacidad de ahorro o capacidad de pago.</p> <p>22. En plenaria, cada grupo presenta los resultados de su investigación y, en conjunto, se elabora una síntesis. Con la guía del o la docente se discute con el fin de determinar el impacto de activos y pasivos sobre la capacidad de ahorro y la capacidad de una familia para endeudarse. Además puede ilustrarse lo aprendido mediante “collages”, afiches, dibujos, otros.</p>	
---	--

9. Glosario.

Capacidad de ahorro: monto mínimo que una persona o familia puede destinar –dados sus ingresos y gastos- para ahorrar parte de sus recursos financieros

Capacidad de pago: monto máximo por el cual una persona podría endeudarse.

Crédito: transacción financiera mediante la cual una persona, entidad financiera, comercial o de servicios, pone a disposición del cliente cierta cantidad de dinero en efectivo, mercancías o servicios, que éste debe devolver en determinado plazo con el pago de intereses correspondiente.

Historial de crédito: registro que contiene información personal, datos de sus solicitudes recientes de crédito y cualquier registro público tal como bancarrota o gravamen por impuestos. Dicho registro se utiliza para analizar la capacidad de pago de un posible cliente y el nivel de riesgo asociado con los créditos que se le pueden brindar a dicho cliente.

Impuesto: cuota involuntaria o impuesta pagada por un individuo, una empresa o una institución a un organismo público (central o local).

Ingreso: todas las entradas financieras que recibe una persona, una familia, una empresa, una organización, un gobierno, etc. por cualquier tipo de actividad que realice (un trabajo, un negocio, intereses, ventas, etc.).

Interés: cantidad de dinero que recibe una persona por el servicio de prestar su dinero, o costo en que un deudor incurre al hacer uso de un préstamo.

Inversión: monto determinado de recursos económicos aplicados en proyectos, servicios o compra de objetos con la finalidad de obtener ganancias por un determinado periodo.

Inversión financiera: monto de recursos financieros que se destina a la obtención de instrumentos financieros que generan renta o interés tales como ahorros en un banco o adquisición de certificados o títulos y otros tipos de instrumentos de inversión.

Inversión inmobiliaria, empresarial o productiva y de proyectos: monto de recursos aplicados a la adquisición de propiedades, la participación por medio de acciones o la creación de una empresa o negocio o la puesta en marcha de proyectos productivos específicos, con el fin de generar ganancias.

Presupuesto: registro de los gastos e ingresos y el saldo resultante de su comparación, para un determinado período de tiempo.

Seguridad financiera: estado en el cual se pueden cumplir con las necesidades financieras que se presentan en el futuro de las personas y al mismo tiempo cumplir con las obligaciones diarias.

Seguro: instrumento financiero que permite a todas las personas garantizar la situación económica ante hechos futuros susceptibles de ocurrencia y de los que la persona que opta por él puede tener certeza o control.

Sistema bancario: conjunto de entidades bancarias que operan en un determinado espacio geográfico o país. Está integrado por el Banco Central o nacional de cada país, los bancos estatales y los bancos privados.

Sistema financiero: conjunto de instituciones cuyas funciones tienen relación con el campo financiero, reguladas por un conjunto de leyes, reglamentos y específicas para el sector. Incluye al sistema bancario y cualquier otra entidad financiera autorizada para operar en una zona geográfica o país determinado.

Tarjeta de crédito: tarjeta generalmente de plástico con una banda magnética, a veces un microchip y un número en relieve que sirve como medio para hacer compras, pagos u otras transacciones. Los pagos hechos con este instrumento constituyen préstamos de las entidades financieras que normalmente pagan intereses más altos que los préstamos bancarios tradicionales y deben cancelarse mensualmente con pagos de cuotas mínimas establecidas por las entidades que financian.

Tarjeta de débito: tarjeta bancaria similar en apariencia a la de crédito que es utilizada para sacar dinero de un cajero automático y también para pagar compras al contado en comercios. Se diferencia de la de crédito en que el dinero que se usa nunca se toma a crédito sino del que se disponga en una cuenta bancaria, por lo que en ese sentido funciona como el dinero en efectivo.

10. Bibliografía sugerida para docentes y estudiantes:

- INNOVA – technology. Libro maestro de Educación Financiera. Un Sistema para vivir mejor. Credomatic.
-
- BAC – CREDOMATIC Educación Financiera para la Vida Módulos de Capacitación a Profesores. Responsabilidad Social Corporativa.
-
- Ley 7472 “Ley de Promoción de la Competencia y Defensa Efectiva del Consumidor”. Capítulo V: Defensa efectiva del consumidor.

• Referencias en Internet:

- www.camaradebancos.fi.cr (Cámara de Bancos e Instituciones Financieras de Costa Rica).

SEGUNDA UNIDAD EDUCACIÓN PARA LA VIDA COTIDIANA 9º AÑO

1. **Título:** Ahorramos y utilizamos el crédito responsablemente
2. **Tiempo probable:** un semestre.
3. **Propósito:** El estudiantado conoce el concepto de ahorro, crédito e inversión y su impacto en la vida financiera personal y familiar. Además, desarrolla las habilidades y destrezas necesarias para comprender su importancia, el modo consciente y responsable de utilizarlos, y las maneras en que el ahorro y el crédito pueden ser herramientas para su crecimiento.
4. **Aprendizajes individuales y colectivos por lograr:**
 - a) Comprensión de la importancia de planificar y asumir responsablemente el ahorro, el manejo del crédito y la inversión.
 - b) Desarrollo de los conocimientos, las estrategias y técnicas necesarias para planificar y administrar adecuadamente el ahorro y la inversión.
 - c) Desarrollo de las actitudes y conocimientos necesarios para hacer uso responsable del crédito.

5. Contenidos Curriculares		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
<p>El ahorro y sus implicaciones. Elementos fundamentales relacionados con el ahorro:</p> <p>a. Concepto e importancia del ahorro</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ahorro y plan de vida financiera. • Reglas para saber cuándo y cómo ahorrar y cuándo y cómo usar el ahorro. <p>b. Pasos para desarrollar un plan de ahorro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Establecer metas: características y tipos. ✓ Conocer el flujo de efectivo. ✓ Crear el plan para el logro de las metas. <p>c. Estrategias de ahorro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Abrir cuenta de 	<p>Comprensión del concepto y la importancia del ahorro.</p> <p>Análisis crítico de capacidad de ahorro.</p> <p>Desarrollo de destrezas y habilidades para determinar adecuadamente cuándo y cómo ahorrar.</p> <p>Capacidad para elaborar un plan de ahorro con sus respectivas metas.</p>	<p>Valoración del ahorro como estrategia fundamental en el manejo de las finanzas para el bienestar personal y familiar.</p> <p>Disciplina y actitud responsable ante el ahorro.</p> <p>Toma de decisiones informada sobre opciones de generar ahorro personal y familiar.</p>

<p>ahorros.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ahorrar cierta cantidad al mes. ✓ Ahorrar para emergencias. ✓ Analizar y readecuar deudas. ✓ Organizar su información. <p>d. Impacto del ahorro en la vida personal y familiar.</p>	<p>Análisis y definición de estrategias para el ahorro familiar.</p>	<p>Juicio crítico e informado frente a las diferentes situaciones que se presentan al elegir la forma de ahorrar.</p>
<p>d. El sistema bancario:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Funcionamiento de los bancos. ✓ Formas de utilizarlos para mejor manejo de los ingresos y el plan de ahorros. ✓ ¿Cómo abrir una cuenta corriente y de ahorro? ✓ ¿Cómo tener acceso a un ✓ crédito? ✓ ¿Cómo asesorarse y escoger alternativas para invertir? 	<p>Identificación de las instituciones financieras del sistema bancario nacional</p> <p>Comprensión del funcionamiento del sistema bancario.</p> <p>Desarrollo de destrezas y habilidades para el uso adecuado de los servicios bancarios</p>	<p>Actitud positiva y capacidad de uso responsable de los servicios bancarios</p>
<p>El crédito Elementos fundamentales que determinan la utilización de créditos como fuente de financiamiento personal o familiar.</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Concepto y características. b. Importancia del crédito. c. Reglas para determinar cuándo, para qué y cómo endeudarse (capacidad de pago). d. Uso responsable del crédito. e. Tipos de créditos: Crédito de deuda asegurada. Crédito de deuda sin garantía. 	<p>Comprensión del concepto de crédito.</p> <p>Identificación de las características del crédito.</p> <p>Análisis crítico de las opciones de crédito.</p> <p>Desarrollo de destrezas y habilidades para el manejo responsable del crédito.</p> <p>Identificación del concepto y las características del historial crediticio.</p> <p>Comprensión de la importancia de mantener un buen historial</p>	<p>Actitud responsable y crítica ante las posibilidades de asumir créditos y deudas.</p> <p>Disposición hacia la toma de decisiones informadas sobre crédito personal y familiar</p> <p>Valoración de la importancia de crear y mantener un buen historial crediticio.</p> <p>Disposición para hacer un uso adecuado de los instrumentos de crédito.</p>

<p>f. Fuentes e instrumentos de financiamiento.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Crédito bancario. ✓ Créditos de vendedores. ✓ Asociaciones solidaristas. ✓ Cooperativas. <p>Tarjetas de Crédito:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Principios básicos para el uso responsable de las tarjetas de crédito. ✓ Costo real del crédito vía tarjeta ✓ Formas de utilizar las tarjetas de crédito. ✓ Funcionamiento y ciclo de vida de las tarjetas de crédito. ✓ Ventajas y desventajas del uso de las tarjetas de crédito. ✓ Consejos para utilizar adecuadamente las tarjetas de crédito <p>Historial crediticio y sus componentes.</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Concepto y características. b. Importancia de tener un buen historial crediticio. c. Información de los historiales de crédito. d. Características de un historial crediticio positivo. e. Estrategias para corregir un historial crediticio negativo y mantener un historial crediticio positivo. f. <p>Impacto del crédito en la vida personal y familiar.</p>	<p>crediticio.</p> <p>Reconocimiento de las diferentes fuentes e instrumentos de financiamiento.</p> <p>Análisis crítico de ventajas, desventajas y costos de distintos tipos de crédito.</p> <p>Comprensión del concepto de tarjetas de crédito.</p> <p>Capacidad de determinar el costo real del crédito mediante tarjeta</p> <p>Desarrollo de habilidades y destrezas para identificar y seleccionar la tarjeta de crédito acorde a sus capacidades financieras</p> <p>Análisis crítico de las formas de utilizar las tarjetas de crédito.</p> <p>Análisis comparativo de casos acertados e inadecuados en el uso de las tarjetas de créditos.</p> <p>Identificación de estrategias que permitan el uso adecuado de las tarjetas de crédito.</p> <p>Comprensión del concepto de historial crediticio y su importancia</p> <p>Identificación de estrategias para mantener un buen historial crediticio</p> <p>Análisis crítico del impacto del crédito en la vida personal y familiar.</p>	<p>Actitud crítica y responsable ante el uso de tarjetas de crédito.</p> <p>Toma de decisiones informada para la selección y uso de tarjetas de crédito</p> <p>Disposición para poner en práctica estrategias que garanticen el mantenimiento de un buen historial crediticio</p>
--	--	---

<p>La inversión. Criterios básicos para invertir y evaluar el rendimiento que se obtendrá con ella:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Concepto, características e importancia de la inversión. b. El inversionista. c. Principios básicos a considerar antes de hacer una inversión. d. Reglas para saber cuándo, cómo y en qué invertir. e. Primeros pasos de la inversión para principiantes. f. Razones para el fracaso en las inversiones. <p>Tipos e instrumentos de inversión que se encuentran en el mercado.</p> <ul style="list-style-type: none"> a. La inversión como instrumento para aumentar el ahorro. b. Criterios para hacer una inversión. c. Tipos de inversiones. d. Otros tipos de inversiones en el campo financiero. e. Riesgos y rendimientos en las inversiones. f. Impacto de la inversión en la vida personal y familiar. 	<p>Comprensión del concepto inversión y su importancia en la vida financiera personal y familiar.</p> <p>Desarrollo de la capacidad de análisis de las ventajas y desventajas de los distintos tipos de inversión.</p> <p>Comprensión y capacidad de aplicación de criterios básicos para hacer una inversión.</p> <p>Comprensión del funcionamiento de los distintos tipos de inversión y sus riesgos.</p> <p>Capacidad de análisis comparativo y crítico de diversos tipos de inversiones.</p> <p>Análisis crítico del impacto de la inversión en la vida personal y familiar</p>	<p>Actitud positiva hacia la inversión como medio para fortalecer las finanzas personales y familiares.</p> <p>Valoración de la inversión como instrumento para aumentar el ahorro.</p> <p>Actitud crítica y responsable ante las posibilidades de diversificar las inversiones.</p> <p>Actitud responsable ante los riesgos que pueden implicar las inversiones.</p> <p>Disposición hacia la toma de decisiones informadas sobre inversión.</p>
---	---	--

6. Valores, actitudes y comportamientos éticos, estéticos y ciudadanos que se abordan:	
Valores	Actitudes y comportamientos
Responsabilidad individual y social	<p>Relacionado con:</p> <ul style="list-style-type: none"> * La toma de decisiones en el campo de las finanzas y el asumir los riesgos que estas implican. * El uso adecuado de los instrumentos de crédito.
Autonomía / juicio crítico	<p>Relacionado con:</p> <ul style="list-style-type: none"> * La expresión de las propias ideas y sentimientos ante el manejo de las finanzas personales y familiares. * La toma de decisiones en la vida financiera personal y familiar.
Emprendimiento	<p>Relacionado con:</p> <ul style="list-style-type: none"> * La búsqueda de opciones para ahorrar e invertir, con el propósito de fortalecer las finanzas familiares.

Sugerencias de estrategias de aprendizaje, de mediación y de evaluación:

7. Sugerencias de estrategias de aprendizaje y de mediación	8. Sugerencias de estrategias de evaluación PROPUESTA
<p>El ahorro</p> <p>En el desarrollo de esta unidad curricular se sugiere estimular la participación del alumnado con en juego Jóvenes Banqueros, al cual se accede en Internet, en la dirección www.camaradebancos.fi.cr, en el espacio denominado “Jóvenes Banqueros”.</p> <p>El o la docente debe analizar las posibilidades que existen, en su institución, para acceder a ese programa o juego, pues al inicio del programa se señalan una serie de requisitos que deben cumplir los equipos de cómputo para poder ingresar y jugar.</p> <p>Se sugiere el desarrollo de este programa o juego como una estrategia de aprendizaje que integra varias de las temáticas incluidas en este programa de estudios: el Sistema Bancario Nacional, ahorro, inversión, entre otros.</p> <p>En los casos donde no exista la tecnología adecuada, se sugiere que el o la docente desarrolle los temas con la ayuda de otros materiales y la aplicación de ejercicios o análisis de casos cortos, con la participación del</p>	<p>Al finalizar los juegos, se propicia espacio para que los alumnos planteen dudas de contenido que les surgieron durante los juegos y que no pudieron aclarar. El docente se encarga de aclarar esas inquietudes, puede recurrir al aporte de otros alumnos que tengan las respuestas para aclarar las dudas, utiliza una escala de estimación para valorar las respuestas.</p>

estudiantado. Se recomienda complementar con otras actividades como tareas ó trabajos grupales.

1. Mediante la técnica Phillips 66, los estudiantes reflexionan sobre la interrogante ¿Nos permite el ahorro vivir mejor? ¿Por qué?

Para ello se forman grupos de seis integrantes cada uno y nombran un relator o relatora. Durante seis minutos responden la interrogante, cada miembro del grupo da su opinión durante un minuto, mientras el relator toma nota de las opiniones de sus compañeros y compañeras.

2. En plenaria cada relator o relatora expone las ideas aportadas por el grupo, tratando de ofrecer las opiniones que no hayan sido aportadas por los relatores anteriores.

Con la guía del o la docente, los y las estudiantes seleccionan algunas de las ideas más importantes presentadas por los relatores o relatorias, para profundizar sobre ellas. Las copian en la pizarra o en cartelones para tenerlas posteriormente presentes.

El o la docente brindará también sus conocimientos de manera que sean considerados los aportes esenciales que deben desarrollarse para fortalecer la temática del ahorro: concepto, importancia del ahorro estrategias para ahorrar, tipos y planes de ahorro, el sistema bancario y el ahorro, entre otros.

3. El grupo se organiza para realizar diversas actividades investigativas sobre los temas discutidos antes. Unos grupos analizarán información tomada de Internet, otros analizarán material impresos ofrecidos por el docente, otras visitarán una agencia bancaria para conversar con alguna persona que les pueda brindar la información básica y que les pueda brindar materiales impresos utilizados por la institución para las gestiones de ahorro.

4. En plenaria cada uno de los grupos presenta los resultados de su investigación y los otros aportan elementos adicionales o refuerza, con base en los resultados de su investigación, las conclusiones del grupo que expuso.

5. Cada grupo-familia se reúne y toma decisiones sobre cómo van a ahorrar y para qué.

6. El grupo total se organiza para desarrollar una

Autoevaluación y coevaluación de los aportes brindados por los compañeros a las preguntas planteadas y otros aspectos propios del trabajo colaborativo utilizando un instrumento aportado por el docente.

<p>simulación de lo que sería una experiencia en del Departamento de Ahorro de un Banco.</p> <p>Uno de los grupos-familia se hará cargo de la organización del departamento encargado del ahorro y asumirá los roles que corresponden, para ello investigarán detalles en algún Banco de la comunidad.</p> <p>Los otros grupos-familia se prepararán para asistir al departamento de ahorro y hacer las gestiones pertinentes para iniciar su plan de ahorro.</p> <p>Estos grupos deben tomar sus decisiones considerando el presupuesto elaborado en la temática anterior.</p> <p>7.Una vez organizados los grupos, montarán el escenario, con el mismo mobiliario del aula, o en algún espacio que se preste dentro de la institución educativa (comedor, salón de actos, corredor, etc.).</p> <p>8.Cada grupo familia designará a los miembros que acudirán al departamento de ahorro del Banco a realizar sus gestiones (los padres, uno de los hijos, un padre y un hijo, etc.).</p> <p>Los alumnos que no tengan que cumplir un rol específico en la simulación estarán en sus asientos observando la actividad, atendiendo tanto la aplicación de los conocimientos adquiridos sobre el tema del ahorro, como en el desempeño mismo de sus compañeros durante la simulación.</p> <p>Si lo desean pueden invitar a algunos padres de familia (no más de cuatro) a observar la actividad.</p> <p>9.En subgrupos, los y las estudiantes repasan todo lo aprendido y las decisiones tomadas en la simulación y analizan el impacto del ahorro en la vida personal y familiar.</p> <p>10.En plenaria, con la guía del o la docente, un grupo presenta sus conclusiones sobre el impacto del ahorro en la vida familiar y el resto de los grupos complementa o reafirma de acuerdo con sus propias conclusiones.</p> <p>El crédito</p> <p>1.Cada grupo-familia reflexiona y comparte las opiniones de sus integrantes sobre la interrogante: ¿qué es un crédito?, ¿en qué se diferencia de un préstamo, ¿cuáles tipo de crédito conocen?, ¿es</p>	<p>Autoevaluación de los estudiantes utilizando preguntas reflexivas respecto al tema tratado.</p>
---	--

el crédito una salida o un riesgo en nuestra finanzas familiares?, ¿por qué? ¿qué papel juega en la vida familiar?

2. Con sustento en la reflexión cada grupo elabora un afiche o algún material informativo, en el que representa en forma simbólica la opinión que tienen sobre la temática del crédito y su impacto en la vida familiar.

Cada grupo elabora su afiche o material informativo utilizando cartones, recortes de periódicos o revistas, fotos, lápices de color, papeles de colores o cualquier otro material que les permita expresar sus ideas más con símbolos o imágenes que con sus palabras.

3. En plenaria cada grupo presenta su afiche sin explicarlo y un compañero de otro grupo describe lo que ve y cómo él lo interpreta.

Después, una persona del grupo que elaboró el afiche o material informativo, explica la interpretación que ellos le habían dado a cada imagen y símbolo presentes en el afiche.

4. Al finalizar esta actividad de elaboración y presentación de afiches o materiales informativos, el o la docente orienta una conversación informal de cierre y va puntualizando en el pizarrón las ideas fundamentales sobre el tema del crédito extrayéndolo de los aportes de los grupos y sugiriendo otros aportes relacionados con esta temática, sobre los que se profundizará en actividades posteriores.

5. En los grupos-familia se realizará una “**Tarea dirigida**” la cual será asignada por el o la docente, de acuerdo con las circunstancias para desarrollarla en el aula o en trabajo independiente fuera del tiempo y el espacio escolar. Para su desarrollo el docente entregará a cada grupo una pauta con el tema que les corresponde, las orientaciones por seguir, los resultados que deben alcanzar y el tiempo en que deben terminarla.

Asimismo les entregará el material impreso básico necesario y les señalará otras fuentes de información que podrían ocupar (libros, revistas, Internet, etc.). La tarea dirigida versará sobre las temáticas:

1. Importancia, capacidad de pago y uso responsable del crédito.
2. Tipos de créditos.

Los estudiantes elaborarán un mapa conceptual a fin de reafirmar los conceptos estudiados, el docente utilizará ese insumo y las evidencias de aprendizaje demostradas en la plenaria para realimentar los aprendizajes.

3. Tipos de deudas.
4. Fuentes e instrumentos de financiamiento.
5. Historial de crédito.

6. En plenaria, cada grupo presentará los resultados de su tarea dirigida.

7. Con el fin de estudiar el costo real del crédito, el docente solicitará a los estudiantes investigar en dos casas comerciales distintas, cuál es el costo de un artículo determinado (puede ser un teléfono celular o un reproductor de música), tanto si se paga de contado como si se compra a crédito.

Además asignará buscar otros medios de financiarlo y sus costos (créditos formales, informales, en entidades de diverso tipo).

8. En clase, el docente escribirá en la pizarra el nombre de algunos de los artículos cotizados, al menos unos 3 ejemplos, y anotará en dos columnas el precio de contado y el precio al crédito. Para esto deberá solicitar a los estudiantes que el monto de la cuota sea multiplicado por el plazo total de financiamiento.

9. Mediante la técnica de Lluvia de ideas, el docente solicitará a los estudiantes, identificar ventajas y desventajas de adquirir usando el crédito, cualquiera de los artículos utilizados como ejemplo.

10. El docente preguntará a los estudiantes por qué es más caro pagar a crédito. En grupos, los estudiantes construirán su respuesta y luego las explicarán a los demás compañeros.

11. El docente hará un cierre, indicando cuáles son los costos más comunes del crédito: tasa de interés, comisiones, gastos administrativos, intereses moratorios, cargos o multas por no pago o pago tardío, entre otros.

Se debe promover el análisis acerca de la conveniencia o no de la compra en este momento. Se sugiere utilizar preguntas como:
¿Cuánto más costó la compra a crédito, ¿qué tuve que sacrificar? ¿Qué pude haber hecho con esa diferencia de dinero? ¿Valió la pena?

En la discusión se debe incluir un análisis de otras formas de adquirir el artículo, por ejemplo, con un plan de ahorro. También se analizará las opciones en forma comparativa y se discutirá sobre las

ventajas y desventajas de cada una para tomar la decisión.

Tarjetas de crédito

1. Individualmente, cada estudiante, con una guía previamente elaborada junto con el o la docente, indagará entre familiares, vecinos y amigos, dos experiencias vividas por ellos al utilizar tarjetas de crédito. El o la estudiante deberá recopilar una experiencia positiva y otra negativa y relatarlas por escrito en forma breve y precisa.

2. En el aula se organizan grupos de trabajo y cada alumno comparte y aporta al grupo sobre cada una de las experiencias que recopiló.

3. Cada grupo escoge la experiencia positiva y la negativa que les parecen más interesantes, para presentarlas a la plenaria, como un caso de estudio.

4. Una vez escuchadas todas las experiencias presentadas por los grupos, el o la docente orienta una discusión informal que permita llegar a conclusiones sobre las características, el funcionamiento, el ciclo de vida de las tarjetas de crédito; así como las formas de uso, beneficios, riesgos y responsabilidades que implica su utilización.

5. El o la docente debe complementar la discusión mediante una exposición interactiva, para fortalecer los conocimientos que se espera adquiera el estudiantado, sobre esta temática.

6. Mediante la técnica de "Inversión de roles", el estudiantado profundizará sus reflexiones sobre los beneficios y las implicaciones sobre el uso de las tarjetas de crédito.

7. Cada grupo-familia designa una pareja de sus miembros para que participen en el desarrollo de esta dinámica. Cada pareja debe enfrentarse al conflicto de "beneficios y / o riesgos en el uso de las tarjetas de crédito." Para enfrentar este conflicto se asignan dos roles: el de un funcionario de un Banco, promotor de las tarjetas de crédito y el otro una persona a quien el promotor trata de venderle una tarjeta y convertirlo en un tarjetahabiente del banco en que el labora, quien se cuestiona si debe o no adquirir la tarjeta.

La técnica consiste en el cambio de roles entre los

Análisis individual de casos que involucren situaciones que suceden en los pagos por crédito, el docente valora la información utilizando como instrumento de recopilación una rúbrica.

Auto y co evaluación referente al desempeño de los estudiantes y aprendizajes adquiridos durante el desarrollo del trabajo en grupo utilizando un instrumento cuyos criterios fueron elaborados en conjunto con el profesor.

participantes de cada pareja.

Las parejas van participando, por turnos. La pareja pasa frente a la clase y se sientan en dos sillas, uno al frente del otro e inician su diálogo. El o la promotora abre la interacción y cada dos o tres minutos, los integrantes intercambian sus sillas y también el rol que están ejecutando.

El o la promotora pasa a ser potencial tarjeta - habiente y a la inversa. Después de dos o tres cambios de roles, pasa otra pareja, hasta completar los representantes de todos los grupos-familia.

8. En cada grupo-familia se reflexionará para tomar las decisiones necesarias para hacer un uso responsable de las tarjetas de crédito. Recogerán sus conclusiones mediante la técnica llamada "El árbol". Para ello, cada grupo dibujará en un cartulina o papel periódico un árbol grande, en el que se pueda escribir en su tallo, sus raíces y ramas.

En el tronco la principal decisión que van a tener en cuenta, para hacer un uso responsable de la tarjeta de crédito.

En las raíces anotarán otras decisiones de menor importancia pero que ayudarán a hacer un buen uso de la tarjeta de crédito; finalmente, en las ramas anotarán los beneficios que obtendrán al hacer un uso adecuado de las tarjetas de crédito.

9. En plenaria se presentan y comentan cada uno de los árboles. En conjunto, docente y estudiantes elaboran una síntesis de lo aprendido, enfatizando en la discusión, el impacto del crédito en la vida personal y familiar.

10. Traer a la clase un estado de cuenta de una tarjeta de crédito de ejemplo y analizarle (recuerde tachar cualquier información personal del mismo antes de compartirlo).

La inversión.

1. Con el propósito de recoger los aprendizajes previos de los alumnos sobre el tema de "La inversión", se desarrollará la técnica de la "Palabra impactante".

El docente escribe en la pizarra, o en un cartel, la palabra "La Inversión", en forma atractiva, de manera que llame la atención del alumnado.

2. Los grupos-familia se reúnen y reflexionan sobre lo que significa para ellos esa palabra, lo que creen que expresa, lo que han oído en relación con ella, en su casa, con sus familiares y amigos. Después de que todos los integrantes del grupo han expresado sus opiniones, llegan a algunas conclusiones sobre el tema y las escriben en un papelógrafo, o en forma digital, para presentarlo a la plenaria.

3. En el plenario, cada grupo presenta su papelógrafo y lo leen. Todos los trabajos se ubican en diferentes lugares del aula: periódico mural, pizarra, paredes, etc., de manera que todos queden visibles, para volver sobre ellos cuando se requiera.

4. Los y las estudiantes, con la orientación del o la docente, buscan una persona que conozca y domine las temáticas relacionadas con la inversión: un padre o una madre de familia, especialista en el campo económico, algún funcionario del colegio, conocedor del tema, una persona de la comunidad o un funcionario de un Banco u otra institución encargada de asuntos de económicos.

5. Una vez seleccionados los posibles candidatos, algunos alumnos, apoyados por el docente, se encargan de visitarlos, llamarlos por teléfono o enviarles un correo electrónico, para solicitarles que los visiten en el colegio, para que les ofrezcan una charla sobre temas relativos a la inversión. Antes de la visita, los grupos – familia elaboran una serie de preguntas con las inquietudes y lo que les gustaría aprender, en relación con el tema de la inversión.

6. En la plenaria, cada grupo presenta sus interrogantes en un papelógrafo. Si se cuenta con recursos de computación, pueden presentarlo en video-beam.

7. Una vez concluidas las presentaciones, con ayuda del docente seleccionan las preguntas más importantes, eliminan las repetitivas y agregan algunas que no hayan sido consideradas y que el docente las sugiera, por considerarlas pertinentes y necesarias, para fortalecer los aprendizajes sobre la temática en estudio.

8. El listado de interrogantes se entrega a dos o tres voluntarios que quieran digitalarlos y

acompañarlos con una carta para la persona que les visitará, con el objeto de que le sirva de guía a la hora de preparar su charla.

El o la docente debe revisar el material que se le va a enviar la persona y que ha sido preparado por las y los alumnos voluntarios.

9.El día escogido, de común acuerdo con el o la especialista, se desarrollará la exposición o charla en plenaria. Si lo desean, las y los alumnos pueden tomar nota de las ideas principales, o bien, el o la docente puede asignar dos o tres estudiantes que hagan de secretarios y tomen notas para después ofrecer un resumen a sus compañeros. Otra opción sería, si el invitado lleva algún material digital o impreso, reproducirlo para el estudiantado.

Al concluir la exposición se abrirá un espacio de preguntas y respuestas, sobre las inquietudes que haya generado la exposición en el estudiantado y el o la docente.

10.Posteriormente, con base en la información obtenida durante la charla, las y los alumnos buscan más información sobre los tipos de inversiones que se ofrecen en los campos inmobiliario o de bienes raíces, empresarial o productivo, en proyectos, en educación y previsión del retiro. La búsqueda se realizará en Internet o directamente en instituciones que ofrecen ese servicio. La búsqueda se concentrará en lo que se ofrece en cada campo, cómo se realizan esas inversiones y qué documentos se utilizan durante el proceso de inversión.

11.Los grupos deben reproducir algunos de los materiales recopilados. Con la participación de todo el grupo se crea un rincón de inversiones en el aula, cada grupo expone el material que consiguió. Las y los alumnos observan los materiales y consultan a los compañeros que los trajeron, si tienen alguna duda. De esta manera, todo el grupo estará informado, sobre las posibilidades de invertir que hay en el mercado.

12.Cada grupo-familia se reúne y comenta sobre lo observado en el rincón de inversiones. Escogen dos propuestas, una en la que están dispuestos a invertir y otra en la que no quieren o no pueden invertir. Su decisión sobre en qué invertirían y en qué no, debe sustentarse en las posibilidades que les da el presupuesto familiar elaborado al inicio

Auto y coevaluación respecto a la organización y desarrollo de la presentación del invitado así como las actividades posteriores utilizando un instrumento proporcionado por el docente.

de la unidad.

Una vez hecha la selección, cada grupo elaborará un cuadro de dos columnas, en la que incluyen, en la columna de la derecha la inversión que piensan hacer y a la izquierda el producto en que no invertirán. En cada caso, explicarán las razones por las que van a invertir en una y por las que no invertirán en la otra.

13. En plenaria, cada grupo presenta su cuadro en papelógrafo o en forma digital.

14. En parejas se ejercitan las posibilidades de realizar inversiones mediante juegos como los que se describen en las Sesiones N° 1 y N° 2 del Módulo VI: La inversión, del documento "Educación financiera para la vida" Responsabilidad social corporativa. (BAC-Credomatic). El primer juego se llama Invirtiendo en propiedades y el segundo son ejercicios con tarjetas, para invertir en una Bolsa de valores.

En el desarrollo de esta unidad temática sobre finanzas en la vida personal y familiar se sugiere estimular la participación del alumnado en un juego o en la aplicación de software llamado Jóvenes Banqueros al cual se accede en Internet, en la dirección "[http:// www.camaradebancos.fi.cr](http://www.camaradebancos.fi.cr)", en el espacio denominado "Jóvenes Banqueros".

El o la docente debe analizar las posibilidades que existen, en su institución, para acceder a ese programa o juego, pues al inicio del programa se señalan una serie de requisitos que deben cumplir los equipos de cómputo para poder ingresar y jugar. Se sugiere el desarrollo de este programa o juego como una estrategia de aprendizaje que integra varias de las temáticas incluidas en este programa de estudios: el Sistema Bancario Nacional, ahorro, inversión, entre otros.

Se sugiere también, que en los casos donde no exista la tecnología adecuada, el o la docente pueda utilizar material impreso, para introducir el tema y desarrollar otras actividades tales como tareas, proyectos ó trabajos extraclase individuales o en grupos para el desarrollo de la herramienta.

Este juego se propone como meta, convertir a quien participa en un joven con conocimientos financieros y bancarios.

El o la docente debe decidir los momentos en que se puede introducir la estrategia de participación en este juego. Si la institución no cuenta con las

Autoevaluación posterior a la ejecución de los juegos u otras actividades propuestas por el docente para valorar los aprendizajes adquiridos utilizando un instrumento con preguntas reflexivas.

<p>condiciones para desarrollar esta experiencia de aprender a través del juego, en la red, el o la docente puede sugerir, a las y los alumnos que tienen esa opción en sus casas u otros sitios, fuera del colegio, que se involucren en ese juego, para fortalecer sus aprendizajes en el área financiera.</p> <p>Si se opta por esta segunda alternativa, se sugiere que el o la docente organice momentos en que las y los alumnos que están involucrados en el juego, compartan su experiencia con los compañeros que no han podido vivir esta experiencia.</p> <p>15. En plenaria, con la guía del o la docente, se repasan los aprendizajes logrados sobre el tema de inversión y se analiza el impacto de la inversión en la vida personal y familiar.</p>	<p>Análisis de casos contextualizados sea en forma individual o grupal a fin de que los estudiantes apliquen los aprendizajes a situaciones reales. El docente puede revisar las respuestas en conjunto con los estudiantes y aplicando una escala de estimación.</p>
--	---

9. Sugerencias de estrategias para impactar la institución y la comunidad:

- a. Hacer partícipes a las familias de cada joven sobre la forma de elaborar un presupuesto que permita manejar las finanzas familiares de manera responsable..
- b. Elaborar un mural con información importante relativa a la importancia de elaborar un presupuesto y los ajustes que se le deben hacer cuando los ingresos no calzan con los gastos.

10. Glosario

Acreedor: persona (física o jurídica) legítimamente facultada para exigir el pago o cumplimiento de una obligación contraída por dos partes con anterioridad. Es la persona o empresa que presta recursos a otros.

Activo: propiedad física o derecho que tiene valor económico. Son ejemplos de activos los equipos de una empresa, la tierra, las patentes, los derechos de autor, los instrumentos financieros como el dinero o los bonos. Son todas las cosas o bienes que se posee.

Ahorro: parte de los ingresos de una empresa, familia o persona que no se consume o gasta. Es la diferencia entre el ingreso disponible y los gastos totales que se pagan con dicho ingreso.

Apartado: tipo de compra a crédito, en la que el comercio separa o reserva un artículo para un cliente, que se compromete a pagarlo en cuotas, durante determinado plazo.

Bonos o deuda: títulos valores que corresponden a instrumentos de ingreso fijo. La o el inversionista que adquiere un bono le está prestando recursos a una compañía o gobierno, recibiendo a cambio el pago de una tasa de interés previamente pactada y, eventualmente, en una fecha establecida o vencimiento, la devolución del monto inicial, llamado principal.

Capacidad de ahorro: monto mínimo que una persona o familia podría destinar para ahorrar parte de sus recursos financieros.

Capacidad de ahorro: monto mínimo que una persona o familia puede destinar –dados sus ingresos y gastos- para ahorrar parte de sus recursos financieros

Certificado de depósito: título valor que emite una entidad financiera o una empresa privada donde se compromete a devolver los fondos al inversionista a una fecha de vencimiento específica, con una tasa de interés predeterminada y con una frecuencia de pagos de intereses también definida de antemano.

Crédito: transacción financiera mediante la cual una persona, entidad financiera o comercial o de servicios, pone a disposición de otra persona cierta cantidad de dinero en efectivo, mercancías o servicios, que se debe devolver en determinado plazo, y que requiere el pago de intereses.

Crédito de vendedor: préstamo o financiamiento ofrecido por casas comerciales o vendedores de otro tipo, en el cual el artículo o servicio es entregado al cliente, con el compromiso de pago en determinado plazo, con una tasa de interés y una cuota mensual o quincenal.

Deuda asegurada: tipo de préstamo o financiamiento, en el que existe un bien (terreno, casa, vehículo, maquinaria, etc.) que responde como garantía, en caso de incumplimiento de pago.

Deuda sin garantía: tipo de préstamo o financiamiento en el que el banco o quien presta el dinero lo otorga al cliente, sin solicitarle un bien en garantía.

Garantía fiduciaria: consiste en que el solicitante del crédito presenta una o varias personas fiadoras que deben tener ciertos requisitos, como un monto mínimo de ingreso que pueda responder por el crédito, en caso que no se pague el préstamo por parte de la persona que lo solicite.

Garantía prendaria: garantía real constituida sobre un bien mueble (ejemplo: casa, carro) para asegurar el cumplimiento de una obligación por parte del deudor. En caso de que éste no cumpliera, el acreedor tiene derecho a apropiarse del bien y recuperar así los fondos que le había prestado.

Gastos fijos: gastos que se deben cumplir para lograr el funcionamiento básico o normal de una empresa o familia. Los pagos por agua, electricidad, intereses de préstamos, son ejemplos de este tipo de gastos en las familias.

Historial de crédito: registro que contiene información personal sobre un cliente bancario, datos de sus solicitudes recientes de crédito y cualquier registro público tal como bancarrota o gravamen por impuestos. Dicho registro se utiliza para analizar la capacidad de pago de un posible cliente y el nivel de riesgo asociado con los créditos que se le pueda brindar a dicho cliente.

Impuesto: cuota involuntaria o impuesta pagada por un individuo, una empresa o una institución a un organismo público (central o local).

Ingreso: todas las entradas financieras que recibe una persona, una familia, una empresa, una organización, un gobierno, etc. por cualquier tipo de actividad que realice (un trabajo, un negocio, intereses, ventas, alquileres, pensiones, becas, subsidios, etc.).

Instrumentos de inversión: medios o documentos utilizados para comprometer inversiones entre las personas físicas o jurídicas y las instituciones financieras o responsables de los procesos financieros.

Interés: monto que recibe una persona por el servicio de prestar su dinero, o costo en que un deudor incurre al hacer uso de un préstamo

Interés acumulado: interés que se gana pero que no se recibe o registra.

Interés compuesto: suma del capital y el interés acumulado, que se va multiplicando según los plazos convenidos.

Interés simple: interés que se obtiene de multiplicar el principal (cantidad que se depositó o ahorró) por la tasa de interés, y por el período de tiempo que la persona deja su dinero en el banco.

Inversión: monto determinado de recursos económicos aplicados en proyectos, servicios o compra de objetos con la finalidad de obtener ganancias por un determinado periodo.

Inversión financiera: recursos financieros que se comprometen y que generan renta o interés como ahorros en un banco o adquisición de certificados o títulos y otros tipos de instrumentos de inversión.

Inversión inmobiliaria, empresarial o productiva y de proyectos: aplicación de recursos a la adquisición de propiedades, la participación por medio de acciones o la creación de una empresa o negocio o la puesta en marcha de proyectos específicos con el fin de generar ganancias.

Inversionista: persona física o jurídica que destina recursos económicos al desarrollo de proyectos productivos o compra de bienes o servicios con el fin de obtener ganancias en determinado plazo.

Letra de cambio: título de crédito que contiene la orden incondicional que una persona llamada girador (la que obtiene el compromiso de pago) da a otra llamada girado (quien brinda el préstamo o financiamiento), de pagar una suma de dinero a un tercero denominado beneficiario, en época y lugar determinados.

Rendimiento: ganancia que se obtiene al invertir recursos en determinado instrumento financiero o proyecto.

Seguridad financiera: estado en el cual se puede cumplir con las necesidades que se presentan en el futuro de las personas y al mismo tiempo cumplir con las obligaciones diarias.

Seguro: instrumento financiero que permite a todas las personas garantizar la situación económica ante hechos futuros susceptibles de ocurrencia y de los que la persona que opta por él puede tener certeza ni control.

Sistema bancario: conjunto de entidades bancarias que operan en un determinado espacio geográfico o país. Está integrado por el Banco Central o nacional de cada país, los bancos estatales, los bancos privados.

Sistema financiero: comprende un conjunto de instituciones que realizan transacciones financieras reguladas por leyes, reglamentos y normas específicas para el sector. Incluye al sistema bancario y cualquier otra entidad financiera autorizada para operar en un país o zona geográfica.

Tarjeta de crédito: tarjeta generalmente de plástico con una banda magnética, a veces un microchip y un número en relieve que sirve como medio para hacer compras, pagos u otras transacciones. Los pagos hechos con este instrumento constituyen préstamos de las entidades financieras que normalmente pagan intereses más altos que los préstamos bancarios tradicionales y deben cancelarse mensualmente con pagos de cuotas mínimas establecidas por las entidades que financian.

Tarjeta de débito: tarjeta bancaria similar en apariencia a la de crédito que es utilizada para sacar dinero de un cajero automático y también para pagar compras al contado en comercios. Se diferencia de la de crédito en que el dinero que se usa nunca se toma a crédito sino del que se disponga en una cuenta bancaria, por lo que en ese sentido funciona como el dinero en efectivo).

Bibliografía sugerida para docentes y estudiantes:

- INNOVA – technology. **Libro maestro de Educación Financiera. Un Sistema para vivir mejor.** Credomatic.

- **BAC – CREDOMATIC Educación Financiera para la Vida Módulos de Capacitación a Profesores. Responsabilidad Social Corporativa.**

Referencias en internet

- www.camaradebancos.fi.cr (Cámara de Bancos e Instituciones Financieras de Costa Rica).