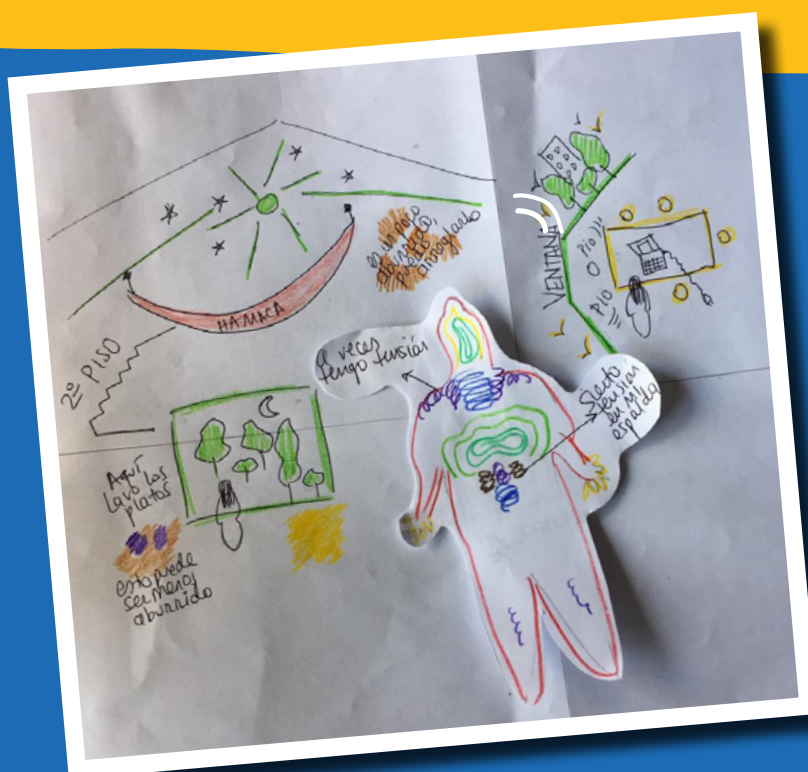




GUÍA PARA PROFESOR@S

RECURSO DE APOYO PARA IMPLEMENTAR EL TALLER DE MAPAS VIVOS CON SUS ESTUDIANTES





ORGANIZAN



CONVOCA



United Way Colombia



PATROCINA



eden project

FINANCIADORES



Biotechnology and
Biological Sciences
Research Council

GUÍA PARA PROFESOR@S

RECURSO DE APOYO PARA IMPLEMENTAR EL TALLER DE MAPAS VIVOS CON SUS ESTUDIANTES

Elaborado por

María Mejía¹ y Marta Lucía Bolaños²

Diseño y Diagramación

David Alejandro Reina Caviedes
Carolina Gómez Andrade

1. Fundación Cerros de Bogotá.

2. Organización para la Educación y Protección Ambiental, OpEPA

MENSAJES CLAVE	8
INTRODUCCIÓN	9
Objetivo	10
Metodologías y teorías del taller	10
¿Por qué queremos un mapa vivo?	11
Actividad rompehielo	12
GLOSARIO	13
Conceptos clave	13
Glosario a varias manos	13
ACTIVIDAD CENTRAL	16
Presentación Aprendizaje fluido	18
Fase 1: “Despertar entusiasmo”	19
Fase 2: “Enfocar la atención”	20
Fase 3: “Experiencia directa”	22
Fase 4: “Compartir inspiración”	27
Aviso importante sobre salud mental	36



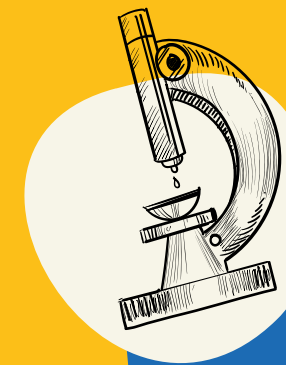
CIERRE	37
RECURSOS ADICIONALES	38
Aprendizaje fluido	38
Educación basada en la naturaleza	38
Educación experiencial	39
Educación al aire libre	42
BIBLIOGRAFÍA	44
ANEXOS	45
Anexo 1. Guía de primeros auxilios psicológicos	
Anexo 2. Guía de la metodología Aprendizaje fluido, desarrollada por la Organización para la Educación y Protección Ambiental, OpEPA	

MENSAJES CLAVE



- ✓ Esta guía es un recurso complementario al video del taller de Mapas vivos consignado en <https://aprendiendoalarelibre.org/recursos/> sección Mapas vivos.
- ✓ Esta capacitación está dirigida a profesor@s que dicten asignaturas de ciencias sociales, ciencias naturales y arte a niñas y niños entre los 8-12 años en Colombia.
- ✓ Invitamos a l@s profesor@s a tomar el curso de Mapas vivos (viendo el video en su totalidad) y enviando sus mapas vivos a los correos: mariak@cerrosdebogota.org y j.azcarate@uniandes.edu.co. A vuelta de correo en recibirán el certificado que acredita que (nombre) participó en el Taller de Mapas Vivos para profesor@s realizado el día 26 de noviembre de 2020 y replicado en el año 2021. El taller aplicó las metodologías de Aprendizaje fluído, Cartografía emocional y teorías como Fenomenología del lugar.
- ✓ Una vez implementen esta actividad con sus estudiantes, agradecemos enviar los mapas vivos de las niñas y niños a los correos mariak@cerrosdebogota.org y j.azcarate@uniandes.edu.co para que su centro educativo quede representado en la gran visualización de mapas vivos que realizará GROW Colombia en su página Web (www.growcolombia.org) en el año 2021 con impacto internacional. Así mismo, los primeros colegios en enviar sus mapas vivos podrán participar de incentivos otorgados por GROW Colombia.
- ✓ Recuerden que el mapa vivo de sus estudiantes debe ir acompañado de un párrafo en donde las niñas y niños cuenten la historia de lo que acaban de dibujar (ver página 22).

INTRODUCCIÓN



Cuando era niño mi barrio era un Continente,
Y cada calle era un camino a la aventura.
En cada esquina una memoria inolvidable

Como nosotros, *Rubén Blades*

“Yo iniciaría a profesores en la observación de las formas más simples de seres vivos, con todas las ayudas que la ciencia da; yo los haría expertos en el manejo de microscopios; les daría conocimiento en el cultivo de plantas y los entrenaría para observar su fisiología; yo dirigiría la observación de insectos, y los haría estudiar las leyes generales de biología. Y yo no los tendría sujetos sólo a la teoría, pero los animaría a trabajar independientemente tanto en laboratorios como en medio del mundo natural.”

María Montessori

OBJETIVO



Capacitar a l@s profesor@s para que lideren la creación de un mapa emocional—mapa vivo—con sus estudiantes.

METODOLOGÍAS Y TEORÍAS DEL TALLER



- Flow Learning o aprendizaje fluido
- Cartografía emocional
- Fenomenología del lugar



¿POR QUÉ QUEREMOS UN MAPA VIVO?

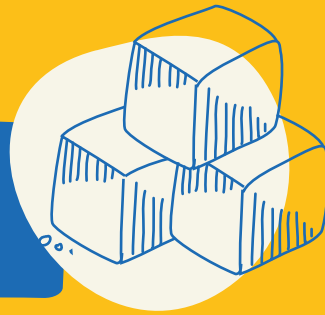


- Desarrollar en las niñas y niños la capacidad para dialogar directamente con el mundo³.
- Desarrollar habilidades que l@s hagan más perceptiv@s, observador@s y contemplativ@s de su entorno. Al leer las señales de la naturaleza (las nubes, el sol, el aire, los ciclos de los animales y plantas, de los propios cuerpos, etc.), podrán tejer de manera consciente su territorio (simbólica y materialmente) y entender que son parte de un gran todo.
- Trazar un vínculo entre los procesos del cuerpo humano y los procesos ambientales y ecológicos que ocurren en otras escalas.
- En suma, estas habilidades permitirán a las niñas y niños “tejer” un territorio resiliente y fuerte; capaz de reaccionar a impactos severos que amenacen su funcionalidad.



3. Brújula, bastón y lámpara para trasegar los caminos de la educación ambiental. Ministerio de Ambiente, Vivienda y Desarrollo Territorial. 2006.

ACTIVIDAD ROMPEHIELO



Esta actividad se consideró únicamente para el taller con profesor@s, sin embargo, ell@s están en libertad de implementarla también con sus estudiantes usando los métodos que consideren necesarios.

La actividad indagó entre l@s participantes la siguiente pregunta **¿Cuál encuentro con la naturaleza te ha cambiado la perspectiva de vida?**

Herramientas



Para esta actividad acudimos a la aplicación Mentimeter (www.menti.com) por medio de la cual l@s participantes ingresaron a un vínculo compartido por las tutoras por el chat de Zoom junto con un código de 6 dígitos. Allí, l@s participantes ingresaron sus respuestas creando una nube de palabras como la que se muestra a continuación.



Alternativa

Si la actividad se hace virtualmente, una alternativa es hacer la pregunta y recibir las respuestas por el chat. De realizarse de manera presencial, la participación puede ser espontánea levantando la mano de quienes quieran participar.

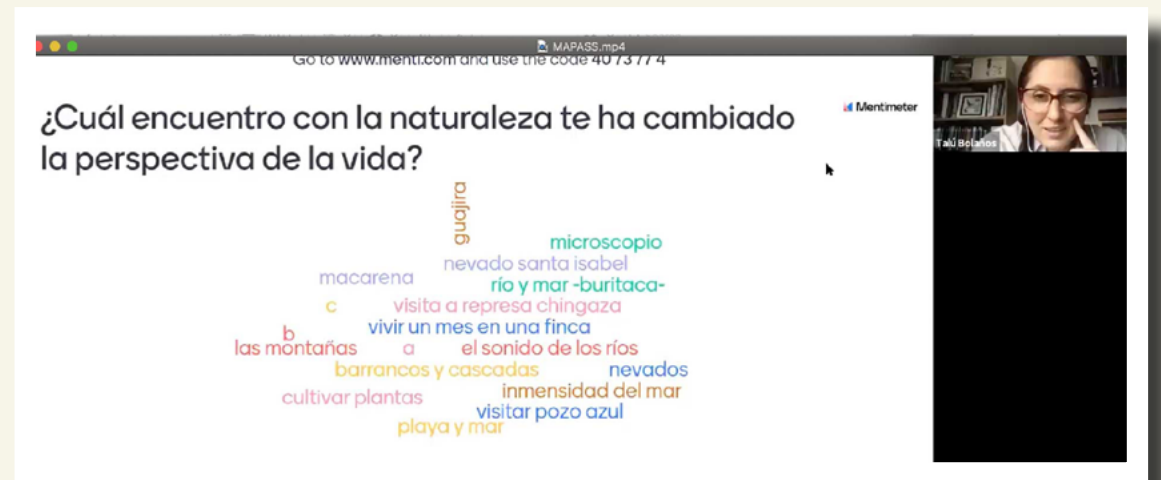


Foto: Taller Mapas vivos - Noviembre 26, 2020

GLOSARIO

Esta sección se consideró únicamente para el taller con profesor@s, sin embargo, ell@s están en libertad de implementarla también con sus estudiantes usando los métodos que consideren necesarios.

CONCEPTOS CLAVE

Los siguientes conceptos son los conceptos clave del taller y fueron explicados con definiciones de varias fuentes y en diferentes formatos (textos y videos). Por favor remítase al video del taller para ver el desarrollo de esta actividad.

- Paisaje
- Territorio
- Relaciones
- Cartografía emocional

GLOSARIO A VARIAS MANOS

Una vez explicados los conceptos, se invitó a l@s profesor@s a participar en la construcción de un glosario a varias manos.



Herramientas

Para esta actividad se usó la aplicación de **Jamboard** (<https://jamboard.google.com/>). La persona que organiza la actividad, ingresa a la aplicación a través de una cuenta de correo de Gmail, crea el tablero y genera un vínculo para compartirlo. Al final se puede ver la participación de tod@s l@s asistentes.

Alternativa

Si la actividad se hace virtualmente, una alternativa es preguntar qué entienden l@s participantes por cada uno de los conceptos clave y recibir las respuestas por el chat. Luego la/el profes@r puede recopilar esas definiciones y, posteriormente, diseñar una presentación en Power Point para compartirla con el curso. De realizarse de manera presencial, la participación puede ser espontánea, pegando notas adhesivas en el tablero o en la cartelera del salón.

A continuación, compartimos algunos de los resultados de esta actividad:

Según tu propia historia de vida; el lugar donde naciste, creciste y/o vives
¿Cómo definirías este concepto?



Según tu propia historia de vida; el lugar donde naciste, creciste y/o vives
¿Cómo definirías este concepto?



Según tu propia historia de vida; el lugar donde naciste, creciste y/o vives
¿Cómo definirías este concepto?



Según tu propia historia de vida; el lugar donde naciste, creciste y/o vives
¿Cómo definirías este concepto?



ACTIVIDAD

TALLER
MAPAS VIVOS

Noviembre 26, 2020

ACTIVIDAD CENTRAL

Esta actividad se dividió en dos partes: una teórica, en donde se le presentó a l@s profesor@s la metodología de Aprendizaje fluido, y una práctica en donde ell@s dibujaron su propio mapa vivo siguiendo cada una de las etapas del Aprendizaje fluido. La segunda parte (práctica) es lo que se recomienda implementar con l@s estudiantes y se estima una duración de 1 a 2 horas. Sin embargo, como ya se ha mencionado, l@s profesor@s son libres de profundizar en los pasos y contenidos que consideren más pertinentes para su asignatura y sus estudiantes.

CONSIDERACIONES GENERALES

- Es importante que las niñas y niños se ubiquen en un lugar en donde se sientan cómod@s, que puedan tener privacidad y no sean interrumpid@s.
- Contar con un computador con sonido y cámara habilitados.
- Invitamos a l@s estudiantes a jugar en determinadas App en el celular, pero también sugerimos un plan B en esta guía si no es fácil contar con este dispositivo.

MATERIALES

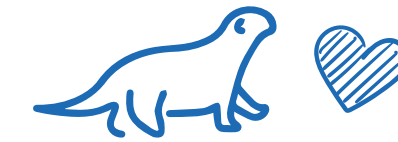
- Hoja carta blanca o color similar. Se puede usar papel reciclado.
- Medio pliego de papel blanco o similar (puede ser cuatro hojas A4 pegadas, medio pliego de papel periódico o cartulina)
- Lápices, colores, etc.
- Tijeras
- Pegastick / cinta pegante
- Una (1) pepa de aguacate u otro tipo de semilla (frijol, etc.)
- Dos (2) palos de pincho largos
- Un (1) frasco de vidrio (como un vaso grande o un florero)
- Te invitamos a usar material vivo es decir, hojas, flores, palitos, pasto, etc. Pero recuerda tomarlos del suelo y no arrancarlos para no hacerles daño

PRESENTACIÓN APRENDIZAJE FLUIDO



El objetivo de las actividades de sensibilización ambiental es acercar a l@s estudiantes a la naturaleza utilizando los sentidos para aprender de ella y desarrollar una conexión personal con la naturaleza (OpEPA, 2018).

Una manera de realizar las actividades de sensibilización ambiental durante un programa al aire libre es usando el método de Aprendizaje fluido, desarrollado por Joseph Cornell en su trabajo de Sharing the Joy of Nature en 1989, que maximiza el aprendizaje y el acercamiento de l@s estudiantes a la naturaleza. Este método es un sistema sencillo y sutil pero poderoso, basado en cómo aprenden las personas. Este proceso guía a l@s estudiantes paso a paso para tener experiencias profundas con la naturaleza. El objetivo de esta metodología es dar a l@s estudiantes un entendimiento intuitivo e intelectual. El aprendizaje fluido se desarrolla en cuatro etapas, cada una con actividades que tienen objetivos y enfoques diferentes para maximizar el acercamiento a la naturaleza (OpEPA, 2018).



"DESPERTAR ENTUSIASMO"

L@s niñ@s aprenden más si el tema que se está tratando tiene sentido para ell@s, es decir, les resulta útil, divertido y compromete sus emociones. Este paso crea un ambiente de curiosidad, diversión e interés personal. Una vez se despierta el entusiasmo de l@s estudiantes, su energía puede ser enfocada hacia la siguiente experiencia o clase (Cornell, 2015).

Las actividades en este paso serán divertidas, activas y requerirán de atención y de que l@s estudiantes estén alertas. Este paso resalta el gusto de l@s niñ@s por jugar, genera entusiasmo y una actitud positiva en el grupo, provee dirección y estructura y prepara al grupo para otras actividades (Cornell, 2015).

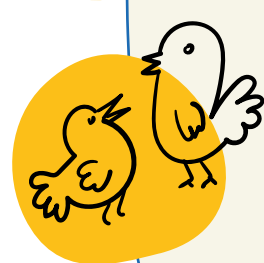
Esta fase está representada por la nutria pues es un animal que se caracteriza por tener mucha energía y pasar gran parte del día jugando en el agua, conductas que lo hacen el representante de la diversión en el reino animal.

En este paso se recomienda hacer actividades rompehielo.



Herramientas

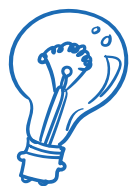
- Se puede usar **Kahoot**, una aplicación en donde l@s estudiantes participan en un juego creado por el/la profesor@. Se requeriría de un celular.
- También se puede jugar **Scavenger Hunt**, en donde l@s estudiantes traen objetos de su hogar según la instrucción dada por el/la profesor@ y la muestran en la cámara.
- **Reto de las galletas:** l@s estudiantes deben traer una galleta oreo o festival y deben bajar la galleta desde la frente hasta la boca. Deben traer galletas de soda y se deben comer una y silbar.



- También pueden escribir en una hoja grande qué hay vivo en su casa y el/la profesor@ hace una captura de pantalla de tod@s l@s estudiantes mostrando sus palabras escritas en la hoja.
- Se recomienda hacer un cierre con humor, compartiendo videos que evidencien que los animales y las plantas tienen comportamientos como los nuestros (ver sección Yo soy naturaleza en la grabación del taller).

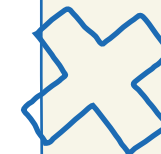
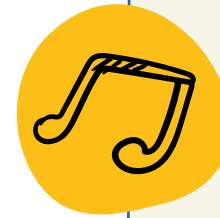


"ENFOCAR LA ATENCIÓN"



Las actividades en esta etapa retan a l@s estudiantes de manera creativa y divertida. Enfocando su atención, l@s estudiantes se concentran y aprenden. Las actividades van a requerir enfocar alguno de los sentidos y van a incrementar la atención de l@s estudiantes; se profundizará en la receptividad y sensibilidad y se canalizará positivamente el entusiasmo despertado en el paso 1. Se busca desarrollar la observación y calmar la mente (Cornell, 2015).

Esta fase está representada por el cuervo ya que es un animal que se caracteriza por ser muy inteligente, observador y está siempre analizando lo que está a su alrededor y sacando ventaja de lo que este le proporciona.



Actividad

En esta parte se realiza una meditación. A continuación sugerimos un guión sujeto a ajustes por parte de l@s profesor@s.

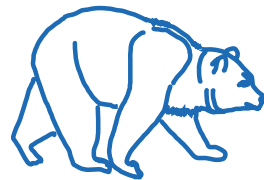
Querid@s participantes, en este momento nos vamos a concentrar en el ahora, en nuestro entorno [de fondo se tienen sonidos de la naturaleza], se van a acomodar en el lugar que se encuentran, van a cerrar los ojos y van a inhalar y exhalar [se dejan unos segundos para que el participante se acomode y entre en la actividad]. Ahora que estamos en este momento, van a escuchar su respiración en como entra y como sale. También, van a escuchar los sonidos de fondo, no solo los de la música si no también, los que se pueden percibir del lugar en el que se encuentran. También, van a sentir... sentir si está haciendo frío o calor, si el ambiente está húmedo o seco.

Este momento debe durar alrededor de 5 minutos. Se puede hacer varias veces el ejercicio de respirar y que sigan su respiración. Como cierre se sugiere hacer un auto agradecimiento, un auto reconocimiento, por la labor que se realiza, por la entrega a lo que se hace. Con l@s niñ@s es un momento en el que como docentes les pueden reconocer la entrega en este tiempo, la adaptación que han tenido frente a esta situación y llevarlos a que piensen en que lo que ellos hacen puede impactar de una forma positiva a su entorno.

Otra manera de desarrollar esta fase, especialmente con niñ@s, es realizar alguna manualidad, puede ser algo en plastilina, escuchando música, el objetivo es calmarl@s y concentrarl@s.

Fase 3

"EXPERIENCIA DIRECTA"



Una vez l@s estudiantes tienen la energía, el interés y están enfocad@s, se encuentran list@s para vivir la naturaleza de manera más cercana y profunda. Las actividades en este paso buscan desarrollar un sentimiento más profundo de pertenencia y entendimiento. Por medio de experiencias directas, se despierta en l@s estudiantes amor e interés por el planeta, tocando algunas de sus fibras. La intención con estas actividades es que el conocimiento no quede únicamente en teoría (Cornell, 2015).

Las actividades en este paso generarán un contacto directo con la naturaleza lo que le facilitará a l@s estudiantes internalizar el conocimiento y mejorar su experiencia de aprendizaje mediante el descubrimiento personal. Se busca entonces generar un conocimiento experiencial e intuitivo y desarrollar compromiso personal (Cornell, 2015).

Esta fase está representada por el oso ya que es un animal tranquilo, solitario y observador. Gracias a su gran olfato y al ser curioso se la pasa explorando su entorno, siendo el símbolo perfecto para esta fase en la que vamos a tener una experiencia más cercana con la naturaleza.

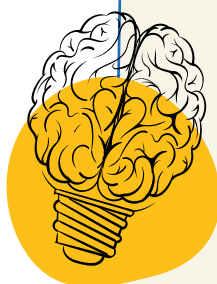
Luego de haber terminado tu mapa, analízalo, siéntelo y escribe una historia (párrafo) sobre tu mapa para que podamos vivir contigo lo que significa para ti.

Actividad

Sugerimos los siguientes guiones para liderar esta actividad, por supuesto, es una propuesta sujeta a ajustes por parte de l@s profesor@s.

Primer nivel: Mis emociones y yo

Guión: Con los ojos cerrados te vas a concentrar en tu respiración en cómo entra y cómo sale, mientras tu respiración recorre tu cuerpo, vas hacer un escaneo del



mismo, pasando por tu cabeza y lo que ella contiene el cerebro el cual, tiene forma como de nuez con todas sus curvas y sus estructuras. El cerebro el que nos dirige, el que nos mantiene centrados como la gravedad mantiene la tierra en su lugar y todo en lo que ella habita. Ahora vas a inhalar y vas a seguir esa respiración hacia los pulmones, este órgano que se asemeja a los árboles con sus ramificaciones y que hacen exactamente lo mismo limpiar el aire. Vas a inhalar nuevamente y vas a imaginar cómo ese oxígeno que entra recorre tus venas como si esas venas fueran los ríos que recorren el planeta tierra. Vas a inhalar de nuevo y vas a llevar tu atención hacia tus huesos esta estructura que te mantiene erguido, que te permite sostener tu cuerpo, como las rocas sostienen los diferentes ecosistemas y que guardan la historia de nuestro hogar llamado Tierra.

Vas a inhalar y vas a recorrer tu cuerpo pensando en que otras partes u órganos tienen similitud con el planeta e incluso con el universo [acá esperamos unos minutos]. Ahora vas a centrar tu atención en tus ojos, son grandes, pequeños, las pestañas son largas o cortas ¿Uso gafas? ¿De qué color son? Piensa en cómo es ese iris que se asemeja a las galaxias de nuestro universo.

Vas a inhalar y vas a agradecer por todo lo que tu cuerpo te permite hacer día a día, vas a pensar en todas las similitudes que tenemos con la Tierra, con el universo y vas a pensar en cómo lo que haces día a día tiene un efecto tanto positivo como negativo en tu cuerpo y cómo lo que hacemos día a día también tiene un efecto en nuestro planeta, el lugar que habitamos y al que tanto nos parecemos. Para finalizar vas a pensar en cómo te sientes contigo mismo, en cómo te tratas y a medida que yo diga estos sentimientos, los vas a ubicar en el lugar del cuerpo y cómo lo que hacemos día a día también tiene un efecto en nuestro planeta, el lugar que habitamos y al que tanto nos parecemos. Para finalizar vas a pensar en cómo te sientes contigo mismo, en cómo te tratas y a medida que yo diga estos sentimientos, los vas a ubicar en el lugar del cuerpo en el cual lo sientes: amor,

amistad, libertad, tranquilidad, felicidad, miedo, frustración, angustia, aburrimiento, ansiedad. Vas a inhalar una vez más y vas a empezar a volver a este lugar, inhala, exhala, siente tu respiración y empieza a sentir tu entorno, los sonidos que hay a tu alrededor, recorre mentalmente el espacio en el que estás y ve abriendo tus ojos despacio.

Con el dedo pulgar nos van a responder las siguientes preguntas:

¿Cómo se sintieron?

¿Les gustó?

Qué lindo es tener momentos para uno mismo y permitirnos parar por unos minutos para reconocernos y agradecernos. Teniendo en cuenta lo que acaba de suceder, lo que sentimos, lo que fue nuevo, lo que nos sorprendió, van a sacar sus materiales y van a dibujar su silueta en la cual van a poner los sentimientos que les mencione y en cuál parte del cuerpo los sintieron, por ejemplo: amor y felicidad en el corazón.

Instrucción:

La silueta se dibujará en un cuarto de hoja tamaño carta, una vez hayan terminado el

- dibujo, lo deberán recortar (dejando la silueta) ya que se utilizará en la siguiente actividad.

Se muestra la diapositiva con los colores que guían este primer dibujo. Se invita a l@s estudiantes a que

- dibujen sus emociones: cuáles son y dónde las sienten.

Azul - acá siento miedo

Rojo - acá encuentro amor

Morado - cosas que me generan disgusto

Amarillo - acá siento la compañía de alguien importante

Café - acá siento el aburrimiento

Verde - acá me siento libre, feliz



Segundo nivel: Mis emociones y el lugar donde vivo

Guión: En este momento vamos a recorrer el lugar que nos alberga día a día, en donde compartimos tiempo con las personas que más queremos, el lugar que nos ha resguardado desde marzo y que se convirtió en colegio, en universidad, en restaurante, en oficina, en jardín de niños, en parque de diversiones, el lugar que nos ha mantenido protegidos. Mentalmente vas a recorrer tu casa, desde la entrada, pasando por la cocina, la sala, el comedor, el estudio, las diferentes habitaciones, el patio, la terraza y te vas hacer la siguiente pregunta ¿Crees que conoces bien tu casa?, pues muchas vemos pero no observamos. Ahora que la recorriste, vas a pensar en el lugar que más te gusta, ¿Cuál no te gusta tanto? Y ahora te vas a imaginar lo siguiente: si fueras una planta de las que tienes en tu hogar ¿Serías una planta feliz o triste? ¿Te gusta el lugar en el que estás o te gustaría cambiar de lugar? Y si fueras tu mascota ¿Dónde te gustaría pasar el tiempo? ¿Qué le harías a tu casa para que fuera un lugar ideal?

Ahora volviendo hacer tu mism@ ¿Dónde te refugias cuando hace frío o calor? ¿Dónde ves las estrellas? ¿Dónde te gustaría ir a recibir el viento? Y luego de recorrer tu hogar de esta manera ¿Encontraste algo nuevo?

Instrucción:

Teniendo en cuenta lo que se acaba de explorar, se invita

- a l@s estudiantes a dibujar un mapa de su casa (también pueden escribir si quieren), indicando sus emociones así:

Azul - acá siento miedo

Rojo - acá encuentro amor

Morado - es feo aquí

Amarillo - acá nos reunimos

Café - es aburrido acá

Verde - acá me siento libre, acá encuentro vida

Una vez tengan ese croquis de la casa, se les

- indica que ubiquen la silueta que dibujaron en la actividad anterior en algún lugar de la casa.

Luego se les invita a reflexionar sobre

- lo que sienten en cada lugar.



Tercer nivel: Mis emociones y mi territorio

Guión: En esta fase se van a imaginar que son ave que puede volar muy alto y van a recorrer su barrio, su entorno más cercano, el que seguramente en este tiempo hemos podido observar más detenidamente. Van a ir hasta donde sienten que pertenecen, una cuadra, dos cuadras, una manzana, dos manzanas; van a recorrer esos caminos, esas calles, esos parques, van a pasar cerca al vecino, a la tienda o el supermercado, algun@s llevan mucho tiempo viviendo en este lugar otros muy poco, pero es donde está el hogar, esos lugares cercanos, ese entorno se convierte en nuestro lugar seguro, en el cual han ocurrido cosas lindas y otras de pronto no tan lindas. L@s que llevan mucho tiempo en este lugar ¿Han visto cambios en el tiempo? De pronto antes había algún arroyo y ya no, ahora hay más vegetación que antes o hay calles que antes no existían.

Ahora van a dibujar ese entorno, ese territorio que alberga sus hogares, que los alberga a cada un@ de ustedes. Una vez hayan dibujado la casa de su vecina o vecino, la tienda, los caminos, los parques, etc., van a pensar en cuáles lugares siento miedo, en cuáles me siento segur@, cuáles me gustan, cuál es mi lugar favorito, cuál no me gusta, en cuál me siento libre y van a poner el color con el que identifican ese sentimiento, teniendo en cuenta cómo te relacionas con tu entorno, con este territorio. Mientras lo dibujas vas a pensar en las siguientes preguntas: si fuera un árbol de mi barrio, ¿Sería triste o feliz? ¿Hay aves que conversan a mi alrededor o personas que disfrutan de mi sombra? ¿Has visto un árbol feliz en tu barrio?

Si fuera agua, ¿Por dónde me gustaría correr? por los parques, por los andenes que tal vez me hacen sentir chiquito y apretado o por quebradas cerca a casa para poder expandirme y abrir mis brazos



Ahora que los has recorrido vas a pensar en las siguientes preguntas:

¿Por qué me gusta mi barrio? ¿Dónde me gusta jugar?

¿Qué suena en mi barrio? ¿Qué animales me imagino en mis parques?

¿Me siento parte de este lugar?

¿Qué significa para mí cada lugar?

Instrucción:

- Teniendo en cuenta lo que se acaba de explorar, se invita a l@s estudiantes a dibujar su entorno, siguiendo la misma dinámica:

Azul - acá siento miedo

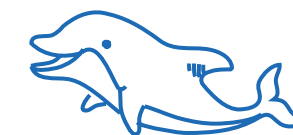
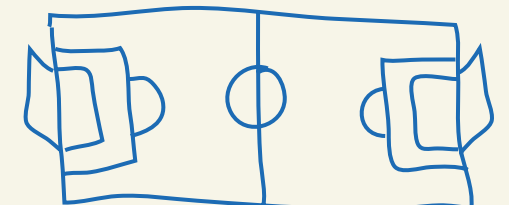
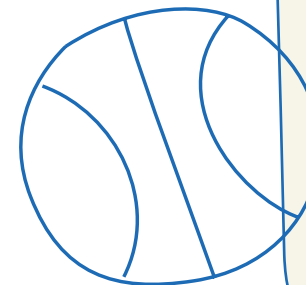
Rojo - acá encuentro amor

Morado - es feo aquí

Amarillo - acá nos reunimos

Café - es aburrido acá

Verde - acá me siento libre



"COMPARTIR INSPIRACIÓN"

En esta etapa se reflexiona en grupo sobre lo vivido. Puede ser tan sencillo como responder algunas preguntas, realizar un dibujo, un cuento, un poema u otra actividad que les permita decantar y entender lo aprendido (Cornell, 2015).

Esta etapa clarifica y fortalece las experiencias personales, provee retroalimentación entre la persona que dirige

la actividad y l@s estudiantes, al compartir sus experiencias pueden inspirar a otr@s (Cornell, 2015).

Esta fase está representada por el delfín puesto que es un animal que se caracteriza por ser social, le gusta la compañía y no sólo de su misma especie. Son animales reflexivos, generosos y altruistas.

Actividad

Guión: Ahora que cada un@ tiene su mapa, van a compartir con el grupo teniendo en cuenta las siguientes preguntas:

- ¿Cómo te ves en la naturaleza? ¿Sientes que eres parte de ella?
- ¿Qué me llevo?
- ¿Qué me sorprendió?
- ¿Con qué me divertí mucho?
- ¿Qué aprendí que antes no sabía?
- ¿Qué me hizo sentir feliz, triste, asustado, esperanzado?
- ¿Qué intención quiero sembrar de ahora en adelante?

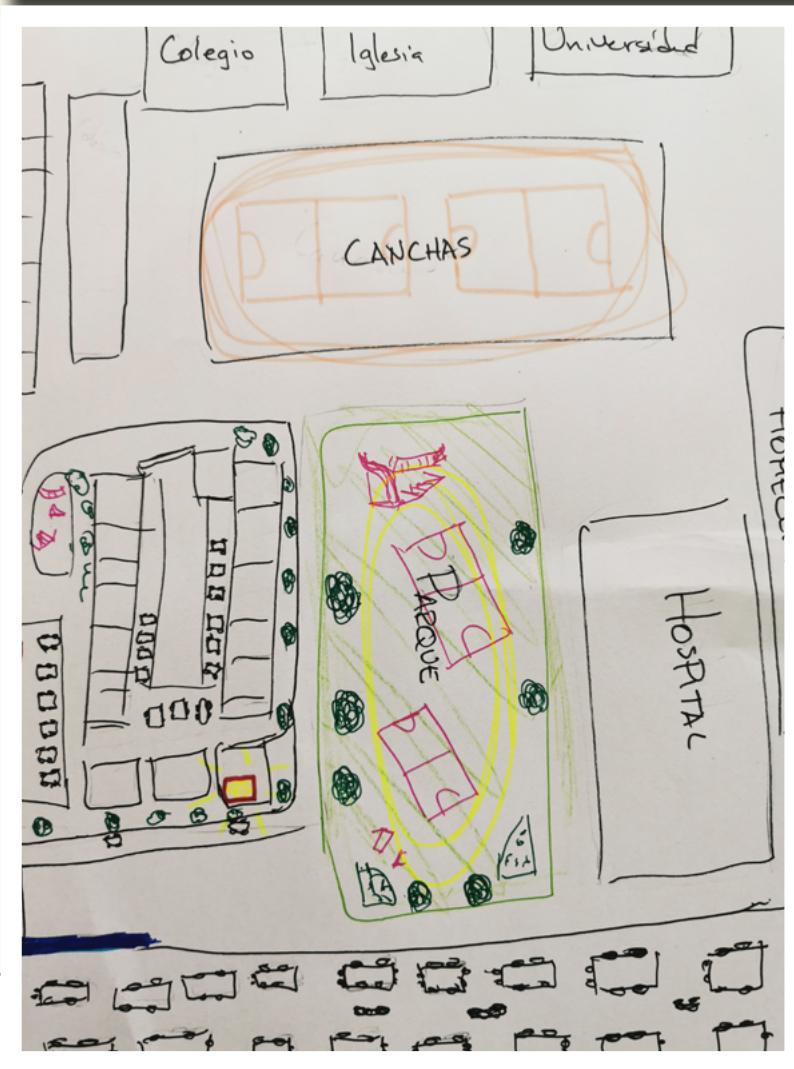
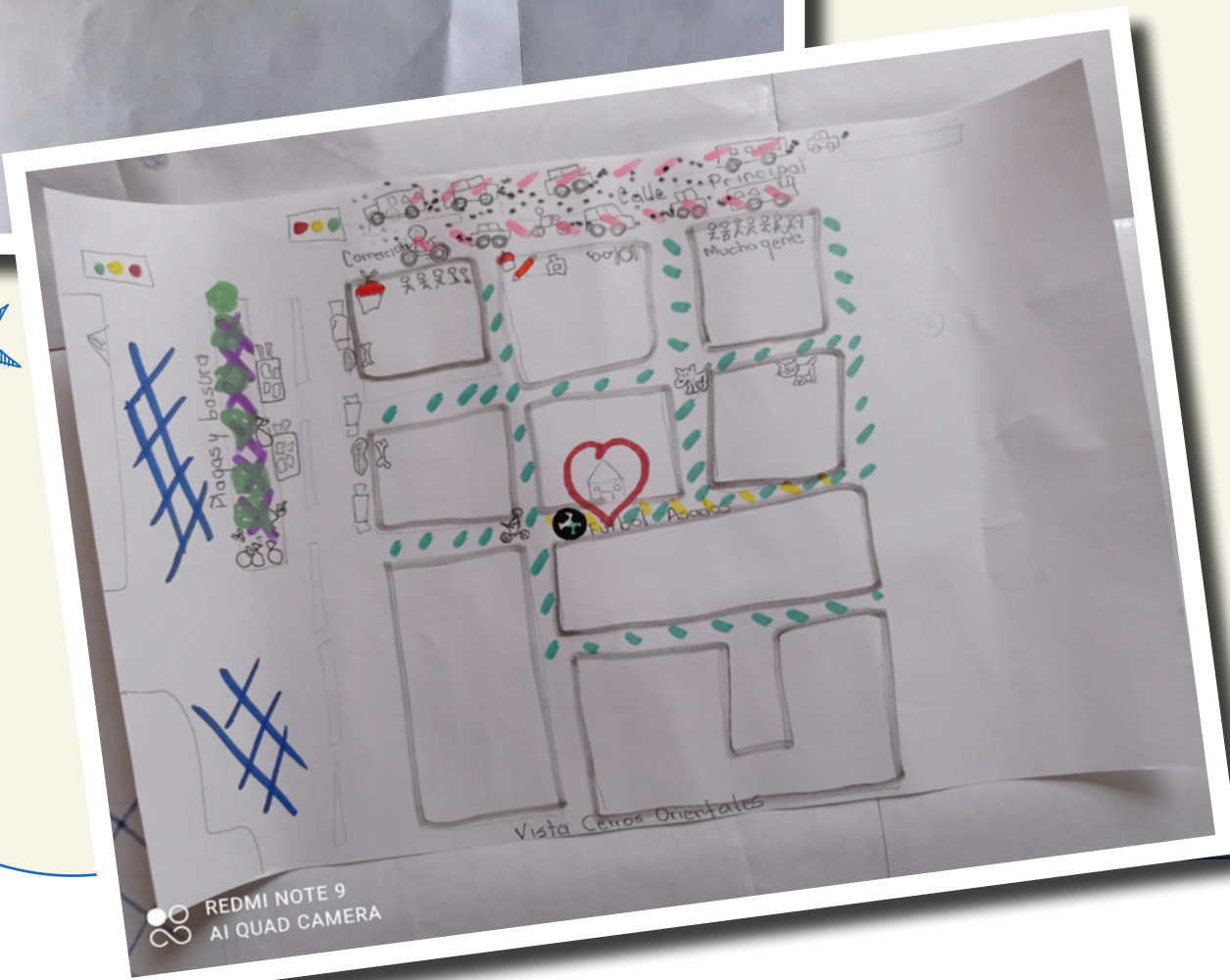
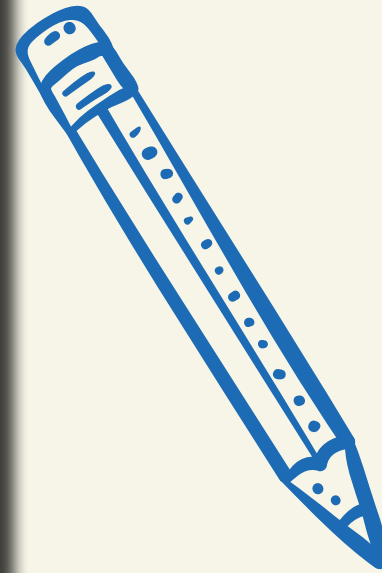
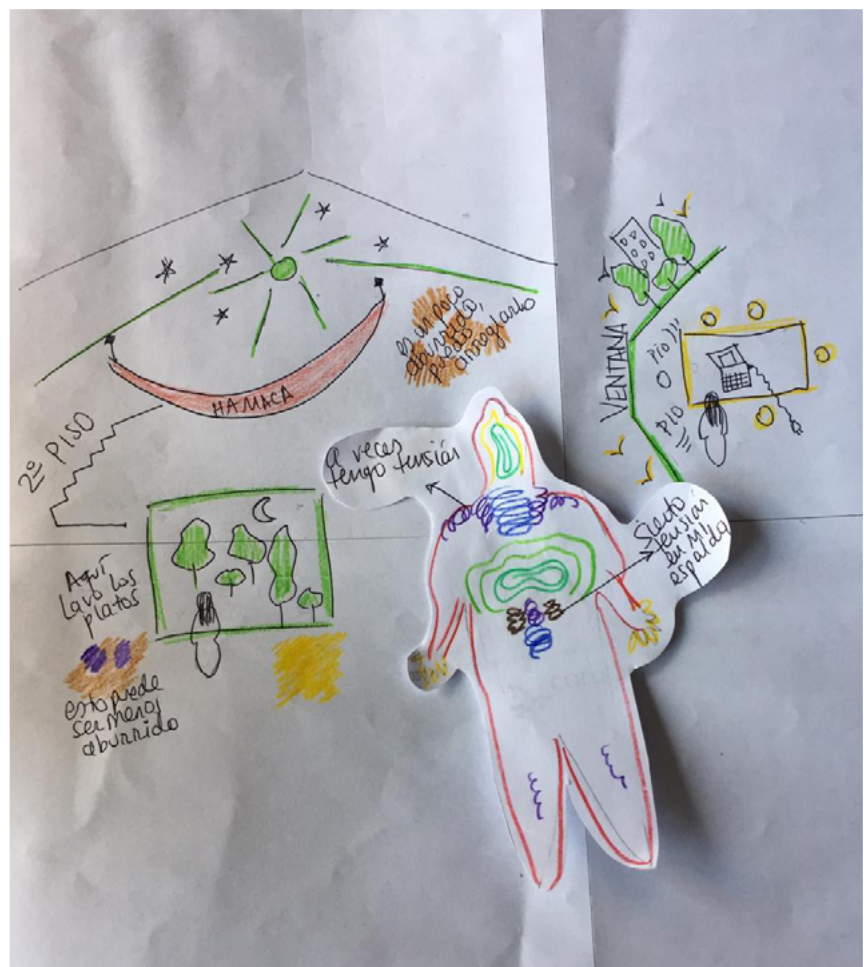
Se le puede pedir a cada niñ@ que, en una palabra, escriba sobre una hoja qué aprendió y que la ubique frente a la pantalla, así la/el docente puede hacer una captura de pantalla de todo el grupo.

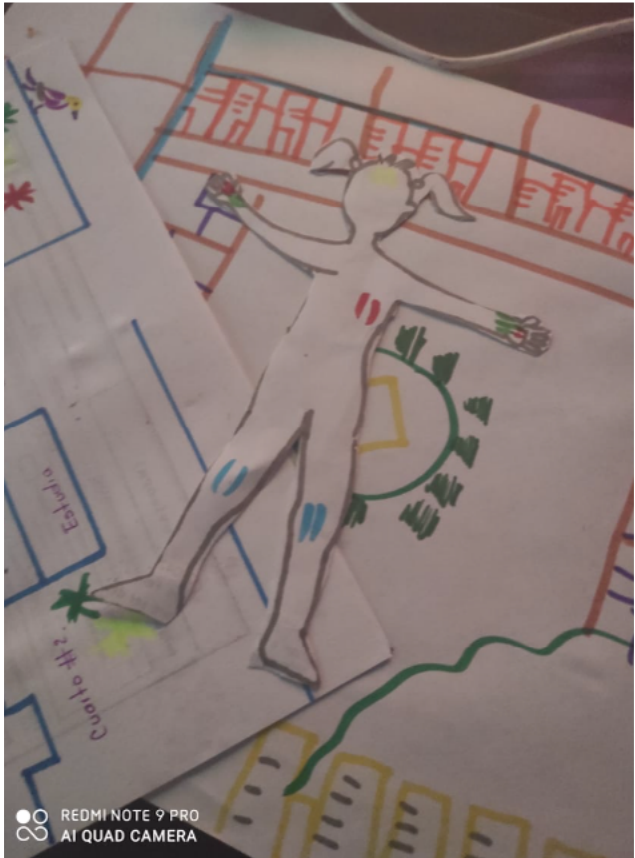
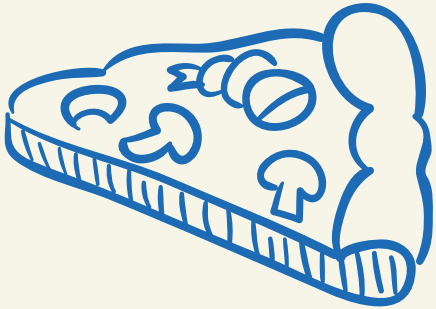
EJEMPLO





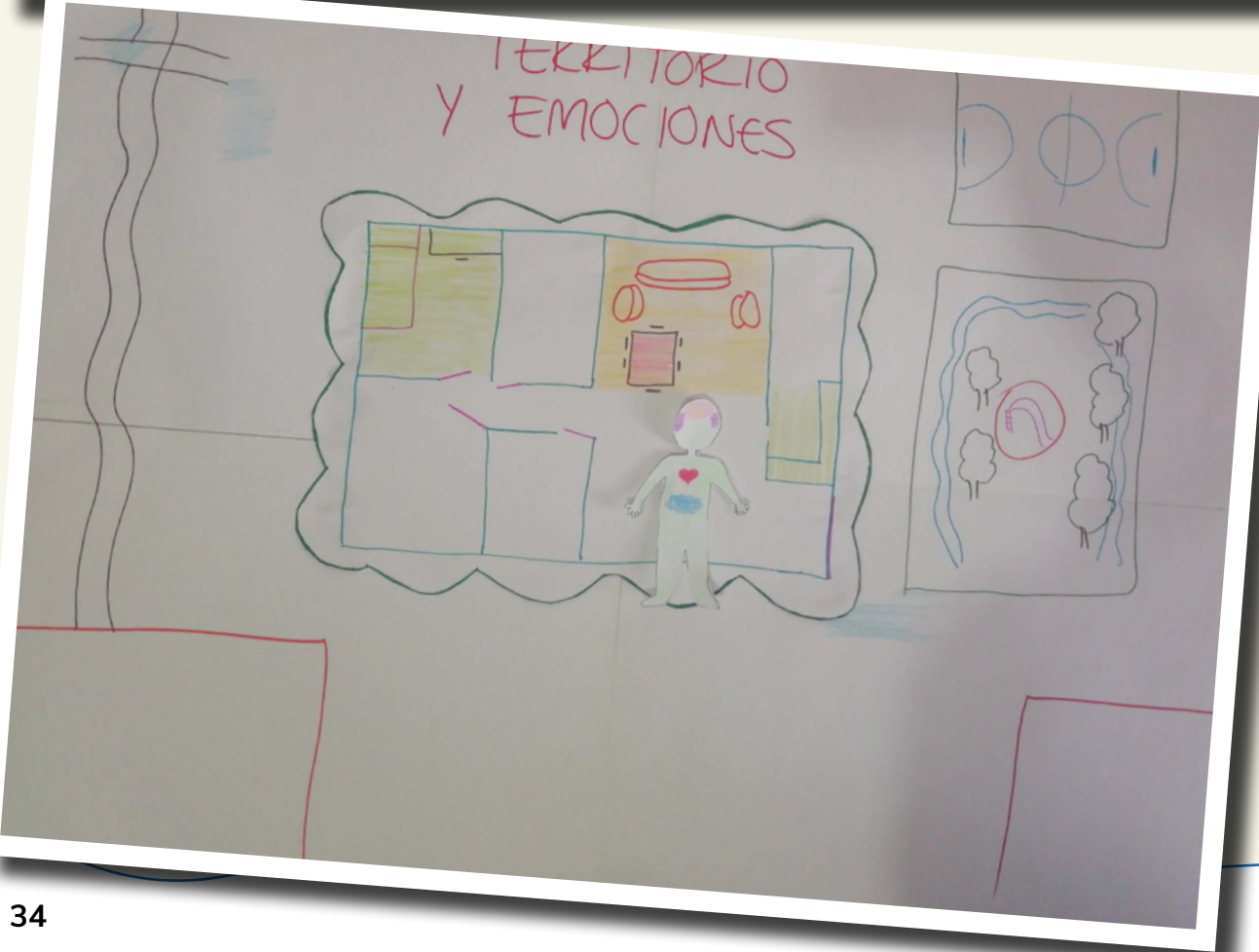
REFERENTES





REFERENTES







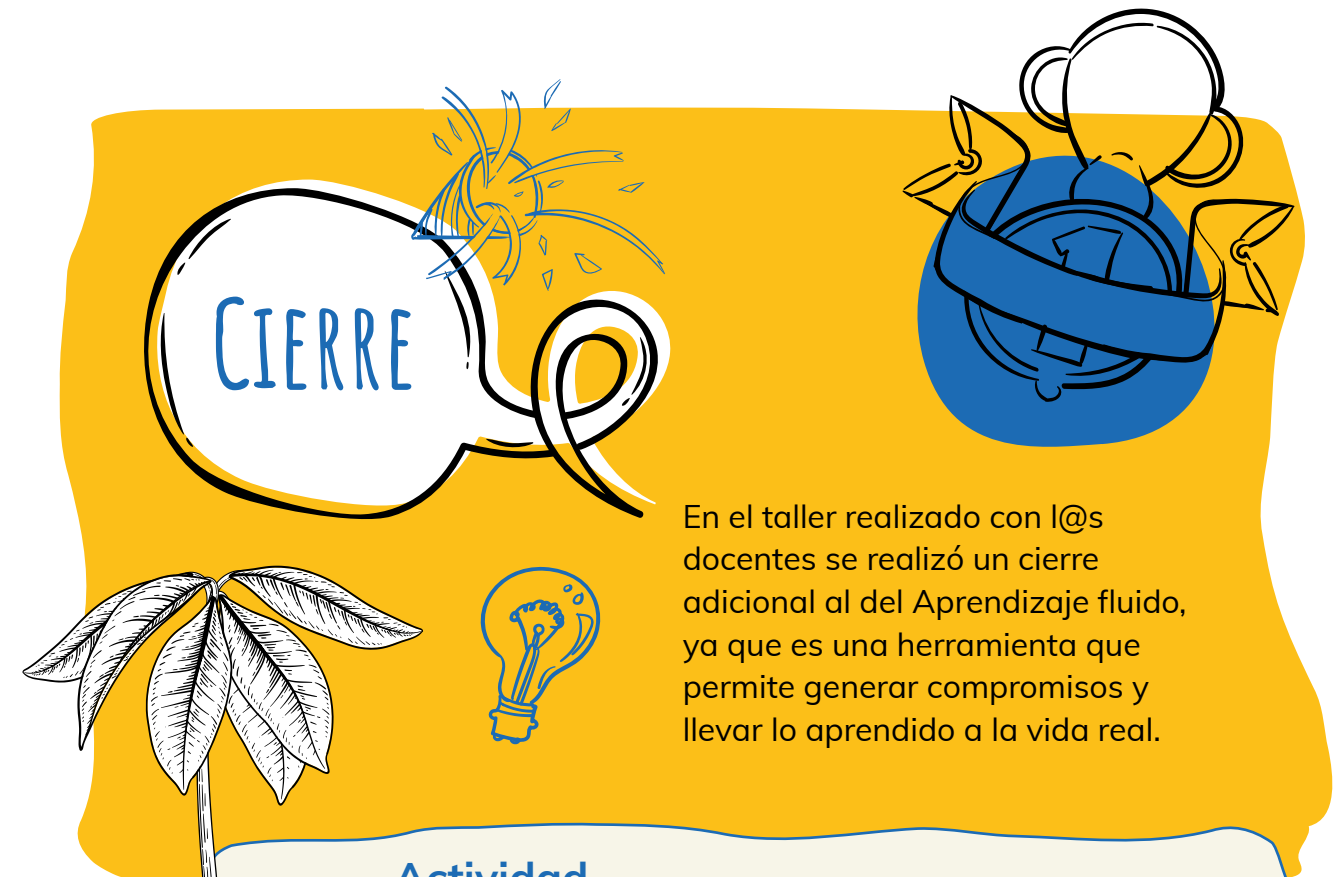
AVISO IMPORTANTE SOBRE SALUD MENTAL



Al invitar a nuestros estudiantes a describir sus emociones en sus cuerpos y en sus hogares, podemos abrir puertas que no estaban previstas en la actividad. Sin embargo, los dibujos son una herramienta poderosa para indagar sobre la salud mental de l@s niñ@s. A continuación compartimos información que resulta útil para l@s profesor@s al momento de enfrentar situaciones que evidencien que la salud mental de l@s niñ@s está en riesgo (a posteriori la entrega de mapas vivos por parte de l@s estudiantes). Más aún, con base al conocimiento de la/el profesor(a) sobre sus estudiantes y las dinámicas socioculturales que l@s rodean, se recomienda estar alerta al resultado de los mapas vivos y a su juicio, consultar con la/el psicólog@ del colegio formas de indagar asuntos puntuales que se hayan puesto en manifiesto en los dibujos.

Recursos que recomendamos los cuales fueron desarrollados por psicólog@s clínic@s:

- Guía de primeros auxilios psicológicos (Anexo 1)
- No es necesario contar con entrenamiento especializado en psicología para aplicar esta guía.
- **Curso gratuito de Primeros Auxilios Psicológicos** (gratuito sin entrega de certificado)
Por: Universidad Autónoma de Barcelona
- **Intervención en crisis para niños**
Por: Universidad Nacional Autónoma de México



En el taller realizado con l@s docentes se realizó un cierre adicional al del Aprendizaje fluido, ya que es una herramienta que permite generar compromisos y llevar lo aprendido a la vida real.

Actividad

Guión: Les queremos agradecer por estar aquí, por darse un momento para ustedes mismos, pero sobre todo por seguir aprendiendo para que entre todos podamos seguir tejiendo y que cada día podamos generar esperanza en que podemos realizar grandes cambios que vamos a seguir sembrando y que en un futuro no muy lejano podamos recoger esa siembra la que nos va a permitir vivir en comunidad en este hermoso lugar al que llamamos hogar. Para despedirnos van a pensar en qué voy hacer de ahora en adelante para ser un mejor habitante de nuestro hogar llamado Tierra

Se les envía el link del **Mentimeter** para que la respondan y así tener consolidado los compromisos.

Para no olvidar los compromisos, los invitamos a sembrar una plantita (aguacate, frijol, etc.) para que el proceso de la planta sea el mismo proceso de sembrar y cosechar nuestra actividad de mapas vivos con sus estudiantes.

RECURSOS ADICIONALES



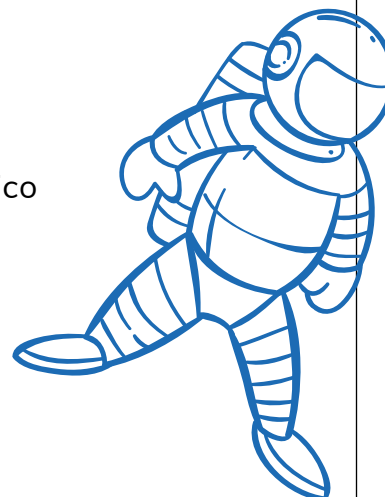
Aprendizaje fluido

Guía de la metodología Aprendizaje fluido, desarrollada por la Organización para la Educación y Protección Ambiental, OpEPA (Anexo 2).

Educación basada en la naturaleza

La educación basada en la naturaleza es una metodología que amplía el contexto de la educación ambiental (EA) y busca la formación del ser reconociendo el entorno natural como parte esencial de la existencia humana. Busca crear el contexto adecuado para cambiar el paradigma antropocéntrico y sus predicamentos en la forma que nos relacionamos con la tierra hacia uno en donde nos reconocemos como terrícolas. En donde reconocemos nuestra posición en el sistema natural y la importancia de armonizar nuestras relaciones con la naturaleza en la búsqueda de un futuro viable en donde la vida prospera (Camargo, 2018).

La implementación de la educación basada en la naturaleza permite y requiere de la inclusión de una gran variedad de pedagogías alternativas. Adicionalmente permite comenzar a trabajar el ambiente como un eje transversal que apoya el desarrollo de las habilidades del siglo XXI. El entorno natural y las dinámicas de la naturaleza son un escenario ideal para educación basada en el lugar y basada en proyectos. Es la oportunidad para sacar la educación del salón de clase al mundo real, incluyendo los entornos naturales y las



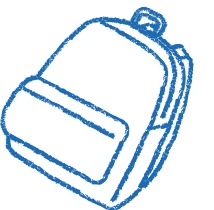
dinámicas de relaciones entre entornos naturales, sociales y artificiales (Camargo, 2018). Apoyando así la premisa que la EA es una herramienta para todos y de todos.

La Organización para la Educación y Protección Ambiental (OpEPA), lleva 20 años explorando formas de reconectar a niños y jóvenes con la Tierra, trabajando en educación ambiental con más de 100.000 estudiantes tanto rurales como urbanos de diferentes edades en Colombia. A través de este trabajo, la Organización ha evidenciado que se requieren varios componentes para lograr generar un aprendizaje ambiental significativo (Camargo, 2018).

La educación basada en la naturaleza se basa en diferentes pedagogías que permiten que las experiencias al aire libre sean significativas y generen los resultados esperados como son la Educación Ambiental, la Educación Experiencial y la Educación Al Aire Libre, como tres maneras de acercar a las personas a la naturaleza y cómo al aplicar estas metodologías junto con la progresión de aprendizaje fluido se puede lograr que las personas se conecten con su entorno y puedan empezar a modificar su forma de pensar y de actuar en relación a la naturaleza.

Educación experiencial

Este método permite generar aprendizaje a partir de la experiencia directa, el cual se vuelve valioso si se toma la experiencia y se trabajan elementos de reflexión para poder interiorizar los sentimientos y las emociones contextualizados a las realidades personales. Algunos estudios muestran que los humanos retienen solo el 20% de lo que oyen, el 50% de lo que ve y el 80% de lo que hace. De esta manera la educación experiencial está enfocada en lo que hace en vez de lo que oye (Gilbertson, Bates, McLaughlin y Ewert, 2006)



El ciclo de la educación experiencial tiene cuatro momentos:



1

Experiencia-Reto o Actividad: este momento está ligado al desafío para la persona que lo realiza, ya que lo saca de su zona de comodidad y genera expectativa frente a lo nuevo- el estudiante que aborda con otros un reto busca en la mayoría de las veces generar una respuesta óptima desde sus capacidades (Parra, 2011).

2

Reflexionar: en este momento la persona interioriza y luego expone lo que fue más importante desde su experiencia sobre lo hecho u observado en la realización de otros (con la ayuda de otros-en muchos de los casos); algunas veces pone en evidencia con la mirada de los otros, aportes que ni la misma persona tenía claros al momento de hacerlos- es decir se genera un flujo de información- obtenida al realizar una reflexión concienzuda de la actividad (Parra, 2011).

3

Generalizar: En este momento es donde la persona y el grupo han logrado analizar y a conceptualizar a favor de ciertos principios del logro o meta esperada. Aunque se sigue en la evaluación de las ideas; estas ya han hecho un recorrido, para dar solución al conflicto (positivo) que ha generado la actividad - la lluvia de ideas, a veces es toda una tormenta creativa- lo que diferencia enormemente la Metodología Experiencial de una clase de recreación (Parra, 2011).

4

Transferir: en el último momento del ciclo la ejecución de las ideas y reinventar la actividad inicial o encontrar mayor profundización conceptual sobre el tema elegido (además de la ganancia emocional del grupo; es decir obtención de valores y sinergia grupal) han posibilitado en todos los participantes un excelente llamado a la creatividad (Parra, 2011).

La Educación Experiencial en la Escuela busca posibilitar todos los procesos necesarios en el estudiante para mejorar y desarrollar procesos creativos desde vivencias grupales aportando al mejoramiento personal y del entorno educativo (Parra, 2011).



Tomado de:

<https://intense-eu.info/courses/curso-de-formacion-en-linea-para-entrenadores-de-transicion/lessons/teoria-del-aprendizaje-experiencial/>



WWW



Algunos vínculos de internet que sugerimos para consultar actividades:

- https://prezi.com/okhquewplvi_/cartilla-de-actividades-educacion-experiencial/
- <http://eesabaneta.blogspot.com/2012/11/fichero-actividades-educacion-y.html>
- <https://www.imageneseducativas.com/wp-content/uploads/2020/08/25-DIN%C3%81MICAS-DE-GRUPO-PARA-ROMPER-EL-HIELO.pdf>
- <https://www.bc.edu/content/dam/bc1/top-tier/centers/chrij/documents/Herramientas%20y%20reflexiones%20para%20el%20trabajo%20con%20j%C3%B3venes.pdf>
- <https://www.lifeder.com/dinamicas-grupo-jovenes/>

Educación al aire libre



La educación al aire libre se define como educación en, para, sobre el aire libre (entorno natural). La educación al aire nos da un contexto para el aprendizaje y se considera como la educación no formal, que se hace “afuera”, en espacios abiertos (no construidos) y en contacto con la naturaleza y sus elementos. La educación al aire libre brinda formas para potencializar el aprendizaje en un espacio alternativo y real. Este tipo de educación se puede enfocar de varias maneras.

● Estudiar el entorno natural y otras áreas del conocimiento utilizando la naturaleza

A través de la educación al aire libre se aprende sobre la naturaleza, sus sistemas y elementos, en este sentido este tipo de educación se acerca al área de conocimiento en ciencias naturales y de la tierra. Adicionalmente con el tiempo esto se ha abierto a nuevas asignaturas tales como matemáticas o lenguaje donde la naturaleza les permite fortalecer procesos de aprendizaje (Creixell, 2014).



● Desarrollar destrezas para la vida al aire libre

El origen de la educación al aire libre tiene un componente importante en destrezas para vivir en la naturaleza como la campamentación y las travesías. Este campo ha evolucionado de forma increíble a medida que los avances en la tecnología y comunicación aumentaron, ya que las actividades y deportes al aire libre utilizados por diferentes culturas fueron apropiados como disciplinas y hoy en día son practicadas por una gran cantidad de personas. Entre las destrezas al aire libre más conocidas están: campamentación, caminatas y travesías, montañismo, escalada, canotaje, kayaks, habilidades primitivas y de supervivencia (OpEPA, 2018).



● Desarrollo personal

Los espacios al aire libre generan oportunidades de experiencia y reflexión importantes que permiten a una persona crecer y trabajar en ámbitos directamente relacionados con el individuo (el ser) y cómo interactúa con otros (comunidades). Igualmente, los espacios al aire libre ofrecen retos reales que permiten explorar los límites personales. Por otro lado, el aire libre es un espacio neutral que facilita romper paradigmas y establecer relaciones interpersonales compartiendo una misma base (Creixell, 2014).



Se ha descrito como un lugar (ambiente natural), un sujeto (procesos ecológicos) y una razón (administración de recursos) para aprender. Ha sido llamado un método (experiencial), un proceso (sensorial) y un tema (relaciones) de aprendizaje. Gilbertson, Bates, McLaughlin, y Ewert (2006). Al llevar esto a la práctica, esta herramienta es muy poderosa ya que se puede usar desde cualquier asignatura y se pueden abordar múltiples temas, generando en los estudiantes un contacto directo con la naturaleza, el cual los sensibiliza a su entorno. Adicional a esto los prepara para enfrentar retos ya que los fortalece tanto en el aspecto físico como el emocional, también, los ayuda en la toma de decisiones y a tener un pensamiento crítico (Creixell, 2014).

Brújula, bastón y lámpara para trasegar los caminos de la educación ambiental. Ministerio de Ambiente,



BIBLIOGRAFÍA

Vivienda y Desarrollo Territorial. 2006.

Camargo, L. (2018). Caminando hacia la educación basada en la naturaleza: Dando un paso más allá de la educación ambiental. *Ruta Maestra, Santillana*, 22, 27-30.

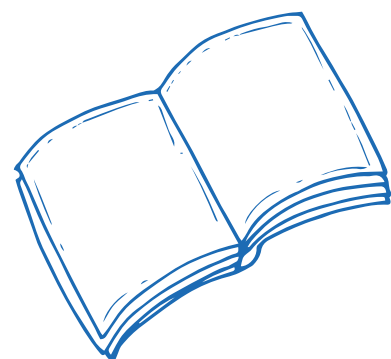
Cornell, J. (2015). *Compartir la Naturaleza, juegos y actividades para reconectar con la naturaleza para todas las edades*. Sevilla, España. La Travesía.

Creixell, C. (2014). La Educación Infantil al Aire Libre. Propuesta de Intervención para Segundo Ciclo de Infantil. Tesis de pregrado. Universidad Internacional de la Rioja. Girona.

Gilbertson, K., Bates, T., McLaughlin, T., & Ewert, A. (2006). *Outdoor education: Methods and strategies* (First Edition ed.). Champaign, Illinois: Human Kinetics.

Organización para la Educación y Protección Ambiental OpEPA. (2018). Manual de instructores. Recuperado el 30 de abril de www.opepa.org

Parra, L. (2011). Educación Experiencial en la Escuela. Recuperado el 30 de junio de <http://eesabaneta.blogspot.com/2011/10/creatividad-y-educacion-experiencial.html>



ANEXOS



Anexo 1. Guía de primeros auxilios psicológicos

Anexo 2. Guía de la metodología Aprendizaje fluido, desarrollada por la Organización para la Educación y Protección Ambiental, OpEPA

ANEXO 1. GUÍA PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS

¿QUÉ ES UNA CRISIS (Slaikau, 2000; Fernández 2010)?

Una crisis es definida por la interrupción del curso normal de nuestra historia, por tanto a lo largo de la historia de vida existen diferentes etapas que pueden ser de carácter evolutivo, las cuales son predecibles y son consecuentes de las etapas vitales o dadas por circunstancias accidentales o circunstanciales, de modo tal que las crisis están caracterizadas por una gran **desorganización emocional, perturbación y un colapso en las estrategias previas de afrontamiento**. El estado de crisis está **limitado en tiempo**, casi siempre se manifiesta por **un suceso que lo precipita**, puede esperarse que siga **patrones sucesivos de desarrollo a través de diversas etapas** y tiene el **potencial de resolución** hacia niveles de funcionamiento más altos o más bajos. La **resolución final depende de factores** como gravedad del suceso precipitante, y recursos personales y sociales del individuo.

TIPOS DE CRISIS (FERNANDEZ, 2010)

Crisis del desarrollo (Nacimiento e infancia, pubertad y adolescencia, juventud, edad media de la vida y la tercera edad)

Crisis Circunstanciales (separación, pérdidas, muertes, enfermedades, desempleo, violaciones, trabajo nuevo, fracasos económicos, incendios catástrofes ambientales, entre otros)

¿CUÁLES SON LOS NIVELES DE ATENCIÓN DE LA INTERVENCIÓN EN CRISIS (Slaikau, 2000)?

1. **Intervención en crisis de primera instancia:** Primeros auxilios psicológicos / 2. **Intervención en crisis de segunda instancia:** Terapia psicológica a mediano y largo plazo.

¿CUÁLES SON LAS METAS QUE DEBE PERSEGUIR EL TERAPEUTA DURANTE LOS PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (INTERVENCIÓN BREVE):

- a) Restablecer el equilibrio emocional. Aliviar síntomas agudos de estrés; b) Brindar apoyo. Ofrecer protección, seguridad y esperanza; c) Identificar comportamientos de riesgo: Reducción de mortalidad y riesgo físico; y d) Enlazar a la persona que está en riesgo con recursos profesionales de ayuda.

¿CUÁLES PASOS SE DEBEN SEGUIR PARA REALIZAR LOS PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (Slaikau, 2000)?

COMPONENTE	COMPORTAMIENTO DEL ASISTENTE	OBJETIVO	QUÉ HACER	QUÉ NO HACER
<u>1. Realizar contacto psicológico</u>	• Invitar al paciente a hablar; • Escuchar los hechos y sentimientos; • Sintetizar/reflejar hechos y sentimientos; • Efectuar declaraciones empáticas / Interés por comunicarse.	• Que el paciente se sienta comprendido y apoyado. • Reducir intensidad de aturdimiento emocional. • Reactivar capacidad solución de problemas	• Escuchar cuidadosamente • Comunicar aceptación y ayuda • Hacer validación emocional • Normalizar síntomas • Respetar silencios por llanto o congestión. • Llamar a persona por su nombre frecuentemente. • Conservar la calma (Terapeuta: Modelo de tranquilidad) • Utilizar comunicación no verbal para	• Contar la “propia historia”. • Ignorar sentimientos o hechos / Juzgar • No tratar de “hacer entrar en razón” a la persona mientras está alterada. • Cortar llanto o manifestaciones de dolor o sufrimiento

COMPONENTE	COMPORTAMIENTO DEL ASISTENTE	OBJETIVO	QUÉ HACER	QUÉ NO HACER
			transmitir tranquilidad: Movimientos pausados, voz serena, situarse a altura visual de persona • Responder con objetividad lo que la persona pregunte.	
<u>2. Examinación dimensiones del problema</u>	Indagar acerca de: • Pasado inmediato e Incidente que precipito la crisis • Funcionamiento CASIC (Conductual, Afectiva, Somática, Interpersonal y Cognitiva) previo y actual • Recursos personales (internos) y Recursos sociales (externos) • Riesgo de mortalidad • Futuro inmediato y decisiones inminentes: Esta noche, fin de semana, próximos días	Atención a: a) Necesidades inmediatas; b) Necesidades posteriores.	• Preguntas abiertas • Pedir a persona que sea concreta • Evaluar mortalidad	• Depender de preguntas de sí/no • Soslayar señales de “peligro” (Confiarse)
<u>3. Analizar posibles soluciones</u>	• Preguntar qué es lo que el paciente ha intentado hasta ahora • Examinar qué es lo que puede/podría hacer ahora, tanto para dar solución al problema, como para sentirse mejor. • Proponer nuevas alternativas: Nuevo comportamiento del paciente: Redefinición del problema; cambio ambiental. • Evaluar apoyo social: Probabilidad de asistencia externa.	Identificar una o más soluciones para necesidades inmediatas y posteriores.	• Alentar lluvia de ideas • Trabajar por partes: Desglosar problemas • Establecer prioridades	• Permitir visión de túnel o trabajar necesidades mezcladas. • Dejar obstáculos sin examinar
<u>4. Asistir en ejecución de acción concreta</u>	Si: a) Mortalidad baja, y b) Persona es capaz de actuar en propio beneficio: Actitud facilitadora: “Hablamos”; “tú actúas”; y se hace contrato para actuar entre asistente y paciente. Rangos de acción: De escucha activa	Ejecutar soluciones inmediatas, planteadas para satisfacer necesidades inmediatas.	• Dar un paso cada vez • Establecer metas específicas de corto plazo • Hacer confrontaciones cuando sea necesario • Ser directivo, si, y solo si, debes hacerlo	• Intentar resolverlo todo ahora • Realizar decisiones que comprometan por largo tiempo • Retraerse de tomar decisiones cuando parezca necesario

COMPONENTE	COMPORTAMIENTO DEL ASISTENTE	OBJETIVO	QUÉ HACER	QUÉ NO HACER
	hasta negociar alternativas Si: a) Mortalidad alta o b) Persona no es capaz de actuar en propio beneficio: Actitud directiva: “Hablamos”; “yo puedo actuar en tu beneficio”; y el contrato para acción puede incluir a la familia y otros recursos sociales. Rangos de acción: De movilización activa de recursos hasta control de situación			
5. Seguimiento	• Asegurar la identificación de información • Examinar los posibles procedimientos para el seguimiento • Establecer un convenio para recontactar.	Asegurarse de haber cumplido las metas de primeros auxilios psicológicos: Apoyo recibido; Reducción de mortalidad; Culminación de enlace con (otros) recursos. Poner en movimiento fase de soluciones posteriores; Si a) Necesidades inmediatas se satisficieron con soluciones inmediatas y la acción concreta que se tomó, y si b) se realizó el enlace para necesidades inmediatas, entonces parar. Si NO, regresar a paso 2 (dimensiones del problema) y continuar.	• Hacer convenio para recontactar • Evaluar pasos de acción	• Dejar detalles sin atender. • Asumir que el paciente continuará la acción por sí mismo. • Dejar la evaluación o proceso a alguien más.

Basado en: Slaikeu, K. (2000). Intervención en Crisis: Manual para Práctica e Investigación. Ed. Manual Moderno.

SEÑALES DE ALARMA ESPECIALES:

- Visibles signos agudos de ansiedad: Temblores, sequedad de boca, sudoración, dificultad para comunicarse, aparición de ataques de pánico, etc.
- Señales de afectación física marcada: Adelgazamiento, palidez, debilidad, fatiga, sueño excesivo, ojeras, desmayos, vómitos, etc.

- Aparición de conductas que NO eran características: Faltar al trabajo, incumplimiento de compromisos, desatención, hiperactividad e irritabilidad, aislamiento social, agresión a otros, deterioro de áreas de ajuste, etc. (Este sondeo con terceras personas es una excelente fuente de retroalimentación sobre el desempeño social y cotidiano).
- Poco apoyo familiar o social.
- Sospecha de uso de sustancias (Ya sean drogas o medicamentos no prescritos) u otro tipo de adicciones (Juego, sexo, Internet).
- Verbalizaciones de querer acabar con la vida.
- Historia psiquiátrica.

Referencias:

Cavanillas, M. (2007). Intervención en crisis en Comunicación de fallecimiento e inicio del duelo.
Slaikeu, K. (2003). Intervención en Crisis: Manual para Práctica e Investigación. Ed. Manual Moderno

ANEXO 2.

	COMO USAR ESTA FICHA		 Etapa del ciclo de Aprendizaje Fluido a la cual pertenece la actividad	
Edad: Cuál es el rango de edad apropiada para esta actividad Número de participantes: Cuál es el número mínimo y o máximo de participantes necesarios para la actividad. Lugar: El espacio físico más apropiado para realizar la actividad. Duración: Tiempo aproximado que toma la actividad, esto puede variar según las variaciones o las extensiones que realice el facilitador. Materiales y Preparación: Qué materiales se necesitan para llevar a cabo la actividad, y preparaciones previas que sean necesarias.	Objetivo: Acá se encuentra el o los objetivos específicos de la actividad. Habilidades: Acá se especifican los conceptos, actitudes o cualidades que busca enseñar la actividad. Descripción de la actividad: <u>Motivación:</u> Una frase o acción que motivará a la participación. Instrucciones paso a paso de la actividad. Consideraciones: Algunas dificultades que pueden surgir y como solucionarlas. Variaciones o adaptaciones: Posibles modificaciones que se pueden hacer a la actividad teniendo en cuenta los recursos disponibles o algún(os) objetivo(s) diferentes al ya establecido.			
Preguntas de reflexión: Acá se encuentran algunas preguntas que sirven para realizar el cierre de una actividad fomentando procesos de reflexión.				
Actividad original: La referencia de la actividad original, todas las actividades que acá se encuentran son sacadas o adaptadas de otras publicaciones.				



¿Qué animal soy?



Despertar Entusiasmo

Edad: 6 años en adelante

Número de participantes: 2 en adelante

Lugar: Adentro o afuera

Duración: 15 minutos en adelante

Materiales y Preparación:

- Fichas con imágenes de animales.
- Fichas de crías de animales (para adaptación)
- Ganchos nodriza o cinta de enmascarar

Objetivo:

Despertar el interés en los estudiantes.

Habilidades:

- Descripción y clasificación de seres vivos
- Curiosidad

Descripción de la actividad:

Motivación: ¡Todos tenemos un animal espiritual! Hoy vamos a descubrirlo y saber si nos sentimos identificados con él.

1. Utilizando los ganchos de nodriza o la cinta de enmascarar, pegar la ficha de animal en la espalda de cada uno de los participantes, el participante no debe saber que animal tiene en su espalda.
2. **Instrucción:** “En su espalda tienen el animal espiritual que los eligió. Para descubrir cuál es deben buscar a otra persona y hacer preguntas de si y no que les ayude a descubrir su animal.” Ejemplo: “¿tengo el cuerpo cubierto de plumas? ¿soy mamífero?”
3. **Reglas:** Solo se puede contestar con SI, NO y NO SE, solo pueden hacer una pregunta a cada persona y luego se cambia de pareja. Cuando hago una pregunta y recibo una respuesta, debo esperar a que la otra persona me haga una pregunta sobre su animal y responderla antes de buscar otra pareja.
4. El objetivo es descubrir cual animal soy con el menor número de preguntas.
5. Una vez el participante descubre su animal espiritual puede ir donde el facilitador para recibir un animal nuevo y continuar en el juego.

	Consideraciones: Tenga en cuenta la edad de los participantes, y de ejemplos de preguntas acorde a la edad, y conocimientos de los participantes. Variaciones o adaptaciones: Las fichas tienen imágenes de diferentes animales junto a sus crías, estas se pueden aprovechar para hacer actividades donde se enfatice que la cría de ninguna especie da de comer al adulto, el adulto siempre es el que cuida de la cría. Al finalizar la actividad se puede hacer el trabajo de escribir y dibujar como se imaginan que se comporta ese animal, y cuál es su relación con otros seres vivos con los cuales comparte espacio.
Preguntas de reflexión: ¿Qué característica hizo que adivinaras cuál es tu animal? ¿Esa característica es única de tu animal? ¿Te identificas con ese animal? ¿Por qué?	
Actividad original: <i>“Sharing Nature with Children,” Joseph Cornell pg 75</i>	



REDES



Despertar Entusiasmo

Edad: 6 años en adelante

Número de participantes: 3 o más

Lugar: Adentro o afuera

Duración: 15 minutos en adelante

Materiales y Preparación:
- Rollo de lana

Objetivo:

Despertar el interés en los estudiantes.
Reconocer las relaciones que hay entre los diferentes seres vivos y como todos están conectados directa o indirectamente.

Habilidades:

- Conocimientos en ecología
- Comunicación

Descripción de la actividad:

Motivación: ¿Será que nosotros podemos estar conectados de alguna manera con una planta a 100km de distancia?

1. Organice al grupo formando un círculo, el facilitador se para en la mitad con la lana o pita.
2. Explique que cada uno de ellos se va a convertir en un elemento de la naturaleza. Pregunte sobre una planta que habite en la zona, el participante que responda se convierte en ese elemento y recibe la punta de la lana.
3. Luego se les pregunta que animal se podría alimentar de esa planta, al participante que conteste correctamente se le da la lana conectándolo a la planta, y así sucesivamente hasta que todos los estudiantes tengan un elemento y estén conectados entre sí por la lana formando una red.

Nota: No todas las conexiones tienen que ser por alimentación, puede haber conexiones por vivienda y cercanía. Ej: El carpintero hace su nido en el tronco del roble.

4. Cuando la red este formada y se halla hecho énfasis en como de una u otra manera todos los miembros de ese hábitat están conectados, se crea un escenario en el que un leñador tala un árbol o un cazador mata un animal. El animal o árbol afectado debe empezar a halar su lana varias veces, lo cual señala su desaparición, y cada persona que sienta el tirón quiere decir que se ve afectada por la ausencia del otro y debe

halar la lana a su vez, y así sucesivamente hasta que todos van a estar halando la lana y esta o se va a reventar o se va a enredar.

5. Una vez esto suceda se le pregunta a los participantes que pasó con la red, ¿porque desbarato? Los participantes deben llegar a la conclusión que todos los organismos estaban conectados entre sí, y la desaparición de uno afecto directa o indirectamente a los otros causando la inestabilidad del ecosistema y la posible extinción de algunas especies.

Ejemplo de una secuencia para conectar a 10 habitantes del bosque:

“La danta busca comida en los suelos blandos del bosque, creando charcos con sus huellas. La rana y el mosquito ponen sus huevos en estos charcos. Durante el proceso de crecimiento de los renacuajos, ellos se alimentan de las larvas del mosquito. El mosquito cuando adulto, lleva al parasito microbiano en su saliva, lo que causa una enfermedad en el mico. Afortunadamente para el mico, la población de mosquitos es pequeña, por lo que la incidencia de la enfermedad permanece baja. El mico come una gran variedad de plantas, pero prefiere frutos jugosos y dulces. Cada que el árbol de mango tiene frutos, el mico los come. Los mangos a veces son tan pequeños que el mico se los come enteros con pepa y todo, la pepa (o semilla) pasa por el intestino del mico y depositándola en otros lugares donde crecía. La hormiga es muy especializada y depende únicamente del árbol de mango para su supervivencia. La lagartija es menos especializada, comiendo hormigas, moscas y ocasionalmente avisvas. Las avisvas hacen sus nidos en pequeños huecos en árboles originalmente creados por pájaros carpinteros. El búho pigmeo, al igual que la avispa, anida en huecos abandonados por carpinteros.”

Consideraciones:

La lana se puede enredar fácilmente si alguna persona suelta la madeja en el momento de lanzarla, es importante que el facilitador ayude a que llegue a la persona a la que iba.

Se debe invitar a los participantes a que piensen en especies que viven en la zona, el facilitador debe tener una lista pensada para ayudar a los participantes de ser necesario.

Aunque esta actividad está clasificada en la etapa de “despertar entusiasmo” su contenido es bastante académico,

	por lo que es recomendable utilizarla después de hacer una actividad más activa y con movimiento. Adaptaciones y variaciones: Con participantes menores o mayores o que tengan un mayor conocimiento, se puede adaptar esta actividad utilizando animales y seres vivos más sencillos a los mostrados en el ejemplo. Por ejemplo: <i>“El conejo se alimenta del diente de león, y el águila caza al conejo.”</i> También se puede utilizar esta actividad para enseñar cualquier tipo de relación entre personas, elementos, miembros de la comunidad.
Preguntas de reflexión: ¿Qué notaste entre el primer ser vivo de la red y el último? ¿Se encuentran conectados? ¿Por qué cuando desaparece uno de la red se ve afectado otro ser vivo con el que no estaba conectado directamente? Si estuviéramos hablando sobre miembros de una comunidad y no de animales, ¿Cómo puede afectar a un niño lo que le pase a un adulto así no estén directamente relacionados y viceversa?	
Actividad original: <i>“Sharing Nature with Children,” Joseph Cornell pg 60</i>	



Mapa de Sonidos



Enfocar Atención

Edad: 5 años en adelante

Número de participantes: 1 en adelante

Lugar: Al aire libre

Duración: 15 minutos en adelante

Materiales y Preparación:

- Una ficha bibliográfica blanca por participante
- Lápices

Objetivo:

- Generar consciencia de los sonidos que hay alrededor.

Habilidades:

- Calma
- Silencio
- Conciencia de los sonidos naturales

Descripción de la actividad:

1. Muestre a los participantes la ficha bibliográfica con una X en el centro. Diga a los participantes que la X muestra donde ellos están sentados.
2. Deben buscar un lugar tranquilo donde sentarse.
3. Cuando oigan un sonido deben hacer una marca en la tarjeta que describa el sonido. La marca debe mostrar de la manera más acertada posible la dirección y distancia del sonido. Las marcas no deben ser literales, por ejemplo, se pueden pintar dos líneas curvas que representen el viento, o una nota musical que represente el canto de un ave.
4. Indique que deben mantener los ojos cerrados mientras escuchan, también pueden poner sus manos en forma de copa en las orejas para oír mejor.

Consideraciones:

No importa si los sonidos que escuchan son principalmente artificiales (carros, máquinas, etc...) todos esos hacen parte de nuestro entorno. De la misma manera que los deben incluir dentro de su mapa, invítelos a que escuchan más allá, las cosas pequeñas.

Variaciones o adaptaciones:

Al finalizar el ejercicio se puede trabajar en contar una historia conectando los diferentes sonidos que escucharon,

	también se puede decir que se concentren únicamente en uno de los sonidos y realicen un ejercicio de dibujo donde expresen de la manera más detallada posible lo que escucharon.
Preguntas de reflexión: - ¿Cuántos sonidos diferentes escucharon? - ¿Cuáles fueron los sonidos que más les gustaron? - ¿Hubo algún sonido que no hubieras oído antes? ¿Sabes que lo hace? - ¿Qué sonidos crees que hubieras oído en la ciudad? ¿En la montaña? ¿En el mar?	
Actividad original: <i>“Sharing Nature with Children,” Joseph Cornell pg 75</i>	



Sendero No Natural



Enfocar Atención

Edad: 5 años en adelante

Número de participantes: 1 en adelante

Lugar: Al aire libre en un tramo de un sendero natural donde haya muchos árboles.

Duración: 30 a 45 minutos

Materiales y Preparación:

- Mínimo 10 objetos no naturales pequeños para esconder por el camino.

Preparación: Ubicar en diferentes logares del sendero de 10 a 20 elementos no naturales (lápices, pelotas, tijeras, etc...) se deben colocar en diferentes ubicaciones y a diferentes alturas, cerca del suelo, en las ramas, etc...

Objetivo:

- Reconocer elementos no naturales en un paisaje natural.

Habilidades:

- Caminata en silencio.
- Observación activa

Descripción de la actividad:

1. Después de haber organizado el sendero, se reúne a los participantes y se les dice que se organicen en fila, se dan instrucciones y reglas:
2. Instrucciones: “Vamos a caminar en fila y muy despacio detrás del facilitador, mientras caminan deben ir observando de manera detallada cualquier objeto que no pertenezca al paisaje natural, lleve cuenta de lo que ve. Pueden agacharse, empinarse un poco, los objetos pueden estar a cualquier altura. No deben salirse del sendero o camino definido, tampoco HABLAR para decir lo que ven, ni tocar los objetos.”
3. Al llegar al final del sendero dan la vuelta y se regresan. En este momento tienen una segunda oportunidad para identificar más elementos.
4. Una vez todos hayan llegado al comienzo, el facilitador les comienza a preguntar: ¿quién vio 10 objetos?, ¿quién vio 9?, etc., así hasta llegar a ¿quién vio 1?
5. Luego el instructor pregunta que vieron, y va mencionando los objetos que estaban escondidos; esto lo puede hacer también preguntándoles a ellos cuáles vieron y comparando con las observaciones de los otros.

	Consideraciones: Al finalizar el ejercicio algunas de las reflexiones que se pueden hacer con el grupo son: - La importancia de ser más observadores cuando estamos en el medio natural. - La cantidad de organismos que seguramente están ahí afuera y no los vemos porque están camuflados.
Preguntas de reflexión: - ¿Qué características de los objetos hicieron que los pudieran identificar en el paisaje? - ¿Qué pistas nos puede dar un ser vivo que nos permita verlo así este camuflado?	
Actividad original: <i>“Sharing Nature with Children,” Joseph Cornell pg 42</i>	



Cámara Humana



Edad: 3 en adelante

Número de participantes: 2 en adelante

Lugar: Al aire libre

Duración: 20 minutos o más

Materiales y Preparación:

- Fichas bibliográficas
- Lápices
- Colores

Objetivo:

Apreciar algo del mundo natural desde el punto de vista de otra persona.

Habilidades:

- Apreciación
- Confianza
- Empatía
- Observación
- Expresión

Descripción de la actividad:

1. Se divide al grupo en parejas, y se les dice que uno tomará el rol de fotógrafo y el otro el rol de cámara.
2. El fotógrafo guía a la cámara (quien permanece con los ojos cerrados, en busca de fotos bonitas e interesantes.
3. Cuando el fotógrafo ve algo que le gusta, apunta la cámara (ojos) hacia el objeto y “toma la foto” halando suavemente la oreja de la cámara. Con un primer toque abren los ojos y con el segundo los cierran.
4. Es importante que la cámara mantenga los ojos cerrados entre fotos para que los 3 a 5 segundos de exposición tenga el componente de sorpresa.
5. Demuestre como hacerlo, explicando al grupo acerca de los elementos de una foto bonita y creativa.
6. Invite a los participantes a hacer la actividad en silencio.
7. Tienen aproximadamente 5 minutos para tomar fotos y luego cambiar roles.
8. Cuando los dos hayan tomado sus fotos, dígalas que van a “desarrollar” una de las fotos que tomaron dibujando la foto que más recuerden.
9. Una vez se hace el dibujo, entregue la foto al fotógrafo y compartan con el grupo la experiencia.

	Consideraciones: También se puede cambiar el halar la oreja por un toque sobre el hombre. Esto es especialmente útil con grupos más activos. Esta actividad puede ser muy poderosa, hay personas que dicen recordar sus fotos muchos años después de haberla tomado. Variaciones o adaptaciones: Se puede modificar la parte de dibujar la foto a una historia, descripción, o cualquier forma de expresión.
Preguntas de reflexión: ¿Si hubo similitudes entre lo que el fotógrafo quería fotografiar y la foto que vio la cámara? ¿Será que todos vemos nuestro entorno de la misma manera?	
Actividad original: <i>“Sharing Nature with Children II,” Joseph Cornell pg 105</i>	



Conoce un Árbol



Experiencia Directa

Edad: 7 en adelante

Número de participantes: 1 en adelante

Lugar: Al aire libre en un lugar con bastantes árboles.

Duración: 20 a 30 minutos.

Materiales y Preparación:

- Pañoletas para tapar los ojos.
- Lápiz o lapiceros.
- Papel tamaño carta cortado en mitades (opcional, ver nota).
- Crayolas o colores (opcional, ver nota).

Objetivo:

Encontrar un árbol mediante la exploración y uso de los cinco sentidos

Habilidades:

- Empatía
- Consciencia olfativa y táctil

Descripción de la actividad:

1. Diga a los participantes que se hagan en parejas. Cada pareja deberá guiar a su compañero, que esta con los ojos vendados, hacia un árbol.
2. En este momento quien esta vendado tendrá un tiempo aproximado de 5 a 10 minutos durante los cuales deberá utilizar sus sentidos de la mejor manera (oler, probar, tocar, escuchar) para poder posteriormente reconocer el mismo árbol.
3. Una vez pasado dicho tiempo, el compañero guiara de nuevo a quien esta vendado al lugar en donde comenzaron la caminata.
4. Ahí este se quitará la venda y tratará de regresar al lugar para reconocer su árbol. Una vez lo haya reconocido, la pareja rotara para que ambos conozcan su árbol.

Consideraciones:

Revise bien el lugar y los posibles árboles que vayan a escoger los participantes para asegurarse que no haya riesgos como animales, espinas, etc...

Variaciones o adaptaciones:

Cuando ya todos los participantes hayan conocido su árbol se puede hacer una extensión de la actividad de dos maneras:

	- Con papel, lápiz y colores cada participante debe dibujar su árbol para presentarlo al grupo. - Utilizar crayolas para sacar una impresión de la textura de la corteza del árbol.
Preguntas de reflexión: ¿Qué características del árbol te ayudaron a encontrar el tuyo nuevamente?	
Actividad original: <i>“Sharing Nature with Children,” Joseph Cornell pg 28</i>	



ARTE NATURAL



Edad: 7 años en adelante

Número de participantes: 2 en adelante

Lugar: Al aire libre, en un lugar con hojas, rocas, arena, tierra o cualquier otro elemento natural.

Duración: 20 en adelante

Materiales y Preparación:
- Ninguno

Objetivo:

Crear una obra de arte efímera (que desaparece con el tiempo) utilizando únicamente objetos que encontremos en la naturaleza.

Habilidades:

- Creatividad
- Expresión
- Uso de materiales

Descripción de la actividad:

1. Después de una actividad al aire libre, como una caminata en la naturaleza o de haber disfrutado de un entorno natural, pida a los participantes que en parejas o tríos piensen una frase que describa lo que observaron y/o sintieron durante la experiencia.
2. Luego, a partir de esta frase invítelos a crear una escultura o dibujo utilizando únicamente los objetos naturales que encuentren en la zona. Pueden usar rocas, palos, hojas, arena, tierra, etc... La única regla es que no pueden arrancar nada de los árboles.
3. Al finalizar las obras, se realiza una “exposición” donde cada grupo presente a los otros su producto, explicando por qué lo hicieron de esa manera.
4. Al finalizar la exposición, explique a los participantes que el arte ambiental busca dejar los lugares igual que los encontramos, por lo tanto, debemos regresar todo al lugar donde lo encontramos.

Consideraciones

Explique a los participantes el concepto de *Efímero* como algo que existe durante un periodo corto de tiempo, y luego desaparece como si nunca hubiera existido. Es importante que el lugar quede igual que al principio de la actividad.

	Variaciones o adaptaciones Esta actividad se puede complementar con ejercicios de escritura creativa, crítica, fotografía o video. También puede ser un ejercicio individual o en grupo grande donde todos aportan un pequeño pedazo de una obra más grande.
Preguntas de reflexión: ¿Por qué es importante que todo vuelva a su lugar original? ¿Cuál es la conexión entre el mensaje o frase que pensaron y su obra? ¿Qué pasaría con nuestra obra si no la desarmamos al finalizar?	



POEMA DOBLADO



Edad: 10 años en adelante

Número de participantes: 3 en adelante

Lugar: Adentro o afuera

Duración: 20 a 30 minutos

Materiales y Preparación:

- Papel
- Lápiz

Objetivo:

Crear un poema de manera conjunta que genere reflexiones sobre experiencias vividas.

Habilidades:

- Compañerismo
- Reflexión
- Escritura creativa

Descripción de la actividad:

1. Divida al grupo en equipos de cuatro personas.
2. Explique que de manera conjunta cada equipo va a escribir una poesía sobre las experiencias compartidas.
3. Cada persona tendrá únicamente conocimiento parcial de lo que las otras personas del grupo han escrito.
4. La primera persona escribe únicamente una línea el poema, y la pasa al segundo miembro del equipo, quien luego escribe una segunda línea que responda o complemente lo que escribió el anterior, y escribe una línea más.
5. Luego, dobla la hoja de tal manera que solo se vea la última línea escrita, y pasa la hoja al tercer miembro del equipo.
6. Se repite el proceso hasta que todos hayan escrito por lo menos dos líneas del poema.
7. Se termina la actividad leyendo todas las poesías.

Consideraciones:

Esta actividad se puede hacer con grupos de cualquier tamaño, incluso una poesía puede ser creada por 10 o más personas. Asegurase de que el papel no se transparente y sea fácil de doblar.

	Ejemplo: Primera persona escribe una línea Segunda persona respondedolez..... Segunda persona escribe una línea Tercera persona respondedolez..... Tercera persona escribe una línea Cuarta persona respondedolez..... Cuarta persona escribe una línea Primera persona responde
Preguntas de reflexión: ¿Qué elementos tuvieron en común todas las poesías? ¿Nos sorprendió el resultado del ejercicio?	
Actividad original: <i>“Sharing Nature with Children”, Joseph Cornell pg 150</i>	



GUÍA PARA PROFESOR@S

ORGANIZAN



Fundación
Cerros de Bogotá
www.cerrosdebogota.org



Red de Colegios
Cerros de Bogotá

CONVOCA



United Way Colombia

APRENDIENDO
AL AIRE
LIBRE

PATROCINA



eden project

FINANCIADORES



Biotechnology and
Biological Sciences
Research Council

Los autores agradecen el apoyo de UK Research & Innovation (UKRI) Global Challenge Research Fund (GCRF) GROW Colombia a través de Consejo de Investigaciones en Biotecnología y Ciencias Biológicas (BB/P028098/1).