



ALDEAS  
INFANTILES SOS  
COLOMBIA



# ABC PROTECTOR<sup>2</sup>



Naciones Unidas  
Consolidación de la Paz



Comunidades  
Protectoras

Proyecto Binacional Colombia-Ecuador



UNHCR  
ACNUR  
La Agencia de la ONU  
para los Refugiados



ONU  
MUJERES



unicef



ALCALDÍA  
MUNICIPAL DE IPIALES

 *Hablamos  
con hechos*

Alcaldía Cumbal Nariño



*De la mano por Cumbal Avancemos!*

# INTRODUCCIÓN

Gracias a la acogida y éxito de la **Cartilla ABC Protector** en su primera versión, se implementa la presente **Cartilla el ABC Protector 2** que hace parte de la implementación del proceso de fortalecimiento de capacidades para niños, niñas y adolescentes en el marco del proyecto binacional Colombo-Ecuatoriano **“Comunidades Protectoras”**, liderado por ONU Mujeres, ACNUR y UNICEF con el apoyo de Aldeas Infantiles SOS en Colombia. Agradecemos a los niños, niñas, adolescentes y sus familias por haber participado y desarrollado cada una de las actividades planteadas con dedicación y empeño. Sus reacciones, mensajes y participación activa, nos permiten proponer caminos de bienestar individuales y colectivos.

Las actividades que se encontrarán en esta segunda edición vinculan símbolos y elementos tradicionales de la vida cotidiana, cultura colombiana, actividades y juegos divertidos, emparejados, rayuela o golosa memoria, comics, rompecabezas, acrósticos, caligrama, historietas, entre otros, que posibilitan familiarizarse con temas de protección, género, paz y reconciliación de una forma amigable, ágil y creativa. Además, en esta edición se relaciona información acerca de la fiesta del sol, llamada por los taitas y los abuelos “Inti Raymi”, una tradición que hoy en día no pasa desapercibida en muchas poblaciones de Colombia, en especial comunidades como los Pastos y Quillasingas del sur de Nariño. Lo anterior con el fin de rescatar y reconocer aquellos usos, saberes, tradiciones y costumbres de las comunidades indígenas.

Un valor agregado a esta edición es un kit protector con materiales y herramientas que contribuirán al desarrollo de las actividades planteadas enmarcadas en el enfoque de protección. En el kit los niños, niñas y adolescentes encontrarán material escolar, material para elaborar manillas, así como semillas, y algunos juegos como parqués, canicas, tangram que serán usados en el desarrollo de las diferentes guías.

La cartilla está dividida en cuatro unidades:

1

**Unidad UNO  
RECONOCIÉNDONOS:**

Actividades que fortalecen la construcción de relaciones entre las personas y así comprender que todos los seres deben compartir desde la equidad y la igualdad. Así se puede romper y eliminar estereotipos en cuanto a orientación sexual género e identidad de género.

2

**Unidad DOS  
PROTEGIÉNDONOS:**

Actividades que permiten el reconocimiento de los derechos de los niños, niñas y adolescentes y aquellas acciones que generan relaciones sociales basadas en el respeto, reconocimiento mutuo y satisfacción de las necesidades individuales y colectivas.

3

**Unidad TRES  
EMPODERÁNDONOS:**

Actividades que hacen referencia a la coexistencia de diferentes culturas mediante la interacción sustentada en el diálogo, respeto mutuo, solidaridad, aprendizajes, cooperación y reciprocidad.

4

**Unidad CUATRO  
FORTALECIÉNDONOS:**

Actividades que permiten fortalecer capacidades teniendo en cuenta aquellas condiciones diferenciales físicas, psicológicas, cognitivas y emocionales. Se consideran los momentos en los que se encuentran los niños, niñas y adolescentes, sus trayectorias de vida, experiencias y ventanas de oportunidad en el aprendizaje.

**BIENVENIDOS Y BIENVENIDAS**

Los y las invitamos a que iniciemos un nuevo proceso para descubrir otras alternativas de conocernos y construir un entorno de protección, paz y reconciliación.

# PRESENTACIÓN

Esta herramienta fue pensada para que puedas fortalecer tus capacidades, habilidades y aprendizajes desde el hogar, en torno a varios temas correspondientes al desarrollo integral para la implementación de acciones que nos permitan definir caminos de bienestar individuales y colectivos.

Te presentamos varias actividades para que puedas realizar de una manera tranquila y diferente, en algunas integras a tus amigos y familiares quienes te apoyarán por desarrollar algunos puntos, podrás expresar y compartir tus pensamientos, ideas y opiniones.

**Cada guía tiene tres momentos importantes:**

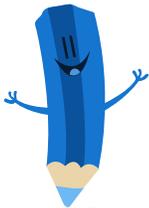
**A**



**Sabías que...**

Encontrarás una breve introducción, datos curiosos, conceptos o explicación del tema a tratar. Información importante para que desarrolles las actividades planteadas.

**B**



**Manos a La Obra**

Este es el momento central donde encontrarás las actividades que te permitirán cumplir con el objetivo, la habilidad y/o capacidad propuesta. Son actividades divertidas, recreativas, participativas que disfrutarás mucho. Además cuentas con un Kit Protector para desarrollar tus actividades.

**C**



**Tiempo de Compartir**

Será el momento para reflexionar, compartir lo que aprendiste con familia y/o amigos, también encontrarás información acerca de la importancia de volver a lo propio teniendo en cuenta nuestra identidad como comunidad indígena, afrocolombiana o campesina. Finalmente expresarás cómo te sentiste al realizar las actividades planteadas.

# UNIDAD 1

## RECONOCIÉNDONOS

“Bienvenidos y bienvenidas en cada una de estas divisiones encontraremos lo más representativo de Ipiales y Cumbal”

### CORREGIMIENTO JARDINES DE SUCUMBÍOS – IPIALES – NARIÑO

La medicina tradicional ocupa un lugar importante en nuestra cultura y es muy reconocida por su profundo conocimiento en plantas medicinales y su gran capacidad para curar.

Los niños usamos la cusma azul, pañuelo rojo, collares de tigre, coronas de plumas.

Las niñas usamos follera y collares de cascabeles.

Somos Cofán hablamos nuestra propia lengua y tenemos hermosos trajes tradicionales.

Mi comunidad es muy sobreprotectora, entre todos y todas nos cuidamos.

Somos AWÁ que significa “gente de la selva”, tenemos nuestra propia lengua.

Nos gusta trabajar en lana o hilo para hacer mochilas muy bonitas.

Somos NASA significa “Gente”, también tenemos nuestra propia lengua Nasa yuwe.

Como niñas y niños afrocolombianos nos encanta la música alegre, bailar e ir al río a pescar.

En nuestro territorio tenemos una gran riqueza multicultural ya que convivimos entre comunidades indígenas, campesinas y afros.



El corregimiento de Jardines de Sucumbíos es el lugar más lejano de Ipiales con respecto a su capital, es un territorio donde nace la selva amazónica por lo tanto su clima es tropical, su fauna es variada y tiene muchos ríos donde aún se puede pescar y además sirven como medios para moverse en bote entre veredas. Aquí conviven campesinos, Afrocolombianos (as) e indígenas como Pastos, Cofán, Awá, Nasa, Ingas y Huitoto Murui.

Nombre: \_\_\_\_\_

Institución Educativa: \_\_\_\_\_

Grado: \_\_\_\_\_

## IGUALDAD PARA CONSTRUIR PAZ

Objetivo	Capacidad/Habilidad
Valorar de forma positiva la diversidad, comprendiendo que con el respeto a la diferencia y el reconocimiento de la igualdad, se construye paz.	Conocer y ejercer derechos/ Pensamiento Crítico y reflexivo / Respetar la diferencia y aceptar la diversidad.

“Nadie nace odiando a otra persona por el color de su piel, o su origen, o su religión. La gente tiene que aprender a odiar, y si ellos pueden aprender a odiar, también se les puede enseñar a amar, el amor llega más naturalmente al corazón humano que su contrario.”

NELSON MANDELA



### Sabías que...

La palabra es uno de los derechos fundamentales de la Declaración Universal de los Derechos Humanos y uno de los principios sobre los que se define nuestra Constitución.

Pero no hay que confundir la palabra igualdad con el hecho de que seamos idénticos.

A veces la igualdad es interpretada de forma errónea, como si se tratara de eliminar las diferencias que existen entre las chicas y los chicos, para que seamos idénticos o intentar que las chicas sean como los chicos.



Nada más lejos de la realidad. Precisamente la igualdad valora la diferencia, que es algo natural en sí, pero no la desigualdad, que significa injusticia, violencia y dominación de una persona sobre otra.



Cada persona es única y diferente, por eso esta diversidad hace del mundo un lugar de intercambio y aprendizaje. Apostar por la igualdad no es negar las diferencias que existen entre las chicas y los chicos, sino darles el mismo valor y acabar con la discriminación.

La igualdad nos enriquece, porque podemos desarrollar con más libertad y más autonomía todas las facetas de la vida, sin restricciones por el hecho de ser mujer o ser hombre.





# Manos a La Obra

Actividad 1. Igualdad principio de la felicidad.

1. Reflexiona sobre lo que entiendes por "Igualdad".
2. Piensa en los beneficios que nos genera el valor de la igualdad.
3. Lee las siguientes afirmaciones, si estás de acuerdo marca la carita feliz, de lo contrario marca la carita que muestra no estar de acuerdo.

Cuando hablamos de igualdad estamos haciendo referencia a algo tan...

Justo como ser tratadas y tratados de la misma forma ante la ley.



Importante como participar con las mismas oportunidades en todos los ámbitos de la sociedad.



Imprescindible como no temer por tu vida ni por tu seguridad o la de las personas que quieres.



Fundamental como no sufrir la discriminación o el acoso por diferencias de sexo, etnia, color de piel, religión o preferencias sexuales.



Valioso como sentir la autonomía y la libertad.



Complejo como es construir relaciones basadas en el respeto.



Sensato como compartir derechos y obligaciones en la vida personal, familiar, social y profesional.



Fundamental como es reconocer que mujeres y hombres portamos valores, conocimientos y unas experiencias que son imprescindibles para el desarrollo de la sociedad.



Interesante como descubrir que podemos reinventarnos y ser todo lo que soñemos sin sentir ningún obstáculo por el hecho de ser hombre o mujer.



Especial como que todo ser humano pueda desarrollar todo su potencial afectivo, intelectual, artístico o físico.



De las anteriores afirmaciones selecciona la que más te guste y en el siguiente cuadro escribe o dibuja un caso que refleje la desigualdad, es decir, lo contrario a la frase que seleccionaste.



“Estamos hablando de vivir felices, reconociendo nuestra experiencia, capacidad y valor, como niños, niñas y adolescentes de diferentes etnias, nacionalidades, religiones y sintiéndonos orgullosos y orgullosas de ello.”



## Actividad 2. La diversidad como oportunidad.

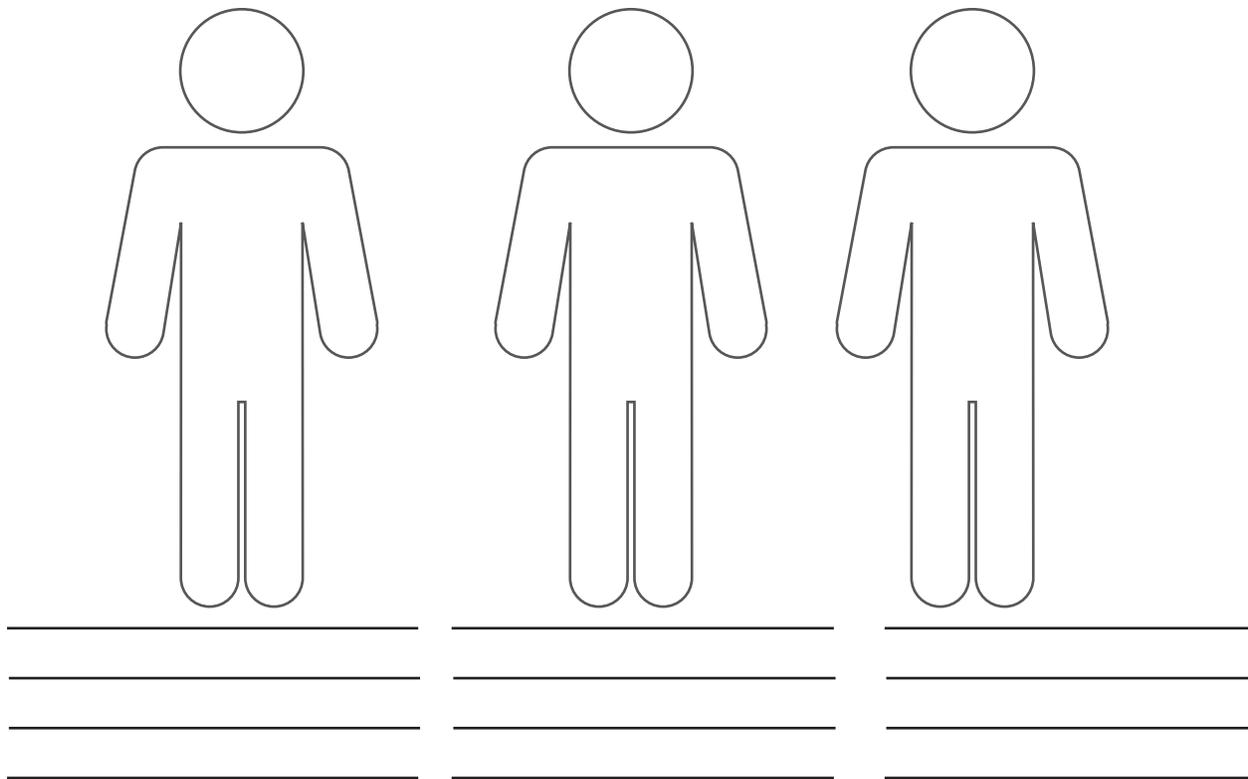
Ahora un reto...

1. Observa con atención la siguiente imagen.
2. Encierra en un círculo a quienes consideres diferentes y por lo tanto no pueden ser beneficiarios o beneficiarias de los derechos de los niños y niñas.



¿Te das cuenta que no encerraste a los niños y niñas, aunque fueran diferentes entre sí? Como seres humanos diversos y únicos, tenemos como principio en común merecer un trato digno y que se nos garantice el cumplimiento de los derechos humanos. Si existe un trato diferente, es discriminación y por lo tanto violencia.

3. Piensa ahora en todos tus amigos y amigas y ahora vamos a seleccionar a tres:
  - Una persona que tenga un color de piel diferente al tuyo.
  - Otra que practique una religión diferente.
  - Y alguien de sexo diferente al tuyo.
4. En las siluetas vas a dibujar a cada una de las personas en las que pensaste y debajo de cada una escribe lo que más admiras de ellas.



Reflexiona sobre lo importante que es ser diferentes, sobre lo valiosa que es cada persona en nuestra vida, no importa su físico, tampoco si piensa o le gustan cosas distintas, siempre nos van a enseñar algo bueno, la diferencia nos enriquece como seres humanos.

Todos y todas merecemos respeto, merecemos sentirnos orgullosos de lo que somos, de nuestra etnia y orígenes.



Claro, además mostrarlo al mundo sin miedo a ser juzgados o tratados con odios producto de las fobias a lo diferente.



### Actividad 3. El único Árbol que debe ser talado.

En la anterior actividad observamos que existen muchas diferencias entre los seres humanos y que eso debe ser una oportunidad para valorar, para respetar y para fortalecernos. Sin embargo, existe un fenómeno que genera violencia y es llamado Racismo y Xenofobia.

Cuando hablamos de racismo estamos hablando de un tipo de discriminación, aquella que se produce cuando una persona o grupo de personas siente odio hacia otras por tener características o cualidades distintas, como el color de piel, religión, idioma o lugar de nacimiento. Por su parte la xenofobia hace referencia al rechazo hacia las personas que vienen del extranjero, como aquellas que son migrantes y que llegan a nuestro territorio debido a la imposibilidad de continuar viviendo en sus países de origen por situaciones económicas, sociales y políticas.

Una de las causas más comunes de las actitudes racistas puede encontrarse en el miedo a lo diferente como por ejemplo, el rechazo a personas de origen étnico o con ideales religiosos distintos al de una persona o grupo de personas, casi siempre por desconocimiento o falta de información al respecto.



Ahora que ya conoces un poco más sobre racismo y la xenofobia, piensa en los casos que se pueden presentar en el colegio, en la comunidad, en cualquier otro entorno y rellena el siguiente árbol.

1. ¿Cuáles son las causas por las que se produce el racismo y la xenofobia? y escríbelas en las raíces.
2. ¿Cuáles son las consecuencias que se dan por la existencia del racismo y la xenofobia? y escríbelas en las ramas



¿Cuáles son las consecuencias que se dan por la existencia del racismo y la xenofobia?



## RACISMO Y XENOFOBIA

Ahora reflexionemos sobre los casos que te inspiraron la información que registraste en el árbol:

¿Percibes en el entorno escolar racismo o xenofobia?

---

---

---

¿Por qué se produce?

---

---

---

¿Cómo se manifiesta?

---

---

---

¿Qué posibles soluciones se te ocurren?

---

---

---



## Tiempo de Compartir

Hemos reflexionado un montón sobre la igualdad y cómo este derecho es fundamental para que podamos luchar contra diferentes formas de violencias y maltrato a quien consideramos es diferente.

Podemos ser mejores seres humanos y cultivar en nuestro territorio relaciones de respeto y admiración por la diferencia.



1. En la siguiente gráfica harás tu autorretrato y con tu color favorito seleccionarás todas aquellas cualidades que tienes y las que puedes llegar a tener cuando compartes espacios, tiempo y actividades con personas de diferentes sexo, etnias, religiones, países y/o preferencias sexuales.

Recuerda que la diversidad en nuestros territorios es la oportunidad de enriquecer nuestra propia cultura.

Aquí estoy yo y soy...



Responsable      Sociable      Respetuosa  
Solidaria      Comprometida      Sensible  
*Emprendedora*      *Segura*  
Cuidadora      Entusiasta      Juguetona  
Fuerte      *Alegre*      Habilidosa  
Deportiva      Creativa      *Afectuosa*      *Divertida*



### SEMBRANDO IGUALDAD.

Como nos podemos dar cuenta, en esta unidad estamos trabajando temas muy importantes que nos servirán para transformar nuestras actitudes, comportamientos y hábitos que tal vez pueden generar algún tipo de discriminación o violencia hacia otras personas.

Por eso sabemos que con lo recopilado en esta guía sembraremos semillitas de tolerancia, respeto y amor en tu mente y corazón. En tu kit Protector hemos incluido un paquete de semillas que cuidarás hasta que germinen y den fruto, tal cual como debes hacer con los aprendizajes que te llesves después de desarrollar esta cartilla.

Lo que necesitas para hacer tu propia chagra es:



Un espacio para sembrar. Si no tienes un espacio de tierra donde tú vives, puedes conseguir: :



• Un cajón de madera de 30 cm x 40 cm aproximadamente.



• Maseteros hechos con tarros plásticos que ya no uses, maseteros en botellas o botes que puedan ser adaptados para ser el hogar de tus semillas.



• 4 libras de tierra negra.



Cáscaras de huevo y residuos vegetales (pequeñas hojas y palos secos, hierbas y plantas silvestres) que se usarán como abono.



Kit de semillas.



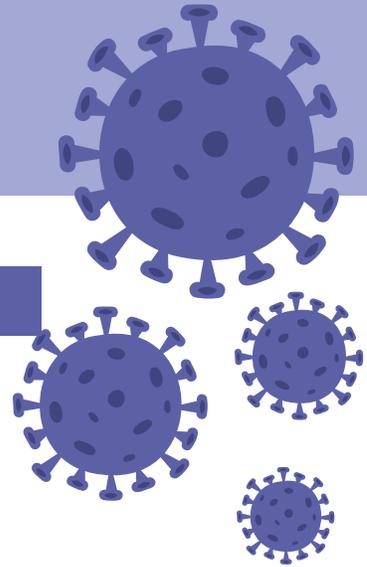
Regadera o recipiente con agua.

Si dentro de tu comunidad o cabildo tienen algunas costumbres propias relacionadas con la siembra, como por ejemplo tener en cuenta el ciclo lunar y otras prácticas, debes tenerlas en cuenta, no olvides contarnos en qué consisten.

- Primero llenamos con tierra el cajón hasta 10cm de altura, si tenemos maseteros igual llenaremos solo hasta la tercera parte del recipiente.
- Si tienes la posibilidad de un lugar ya con tierra como un jardín, huerto o chagra abrimos huecos de unos 10 cm de profundidad.
- Mezclamos la tierra con el abono orgánico que tenemos listo (Cáscaras de huevo, hojas, residuos orgánicos, etc).
- Según nuestro criterio elegimos las mejores semillas para cultivar.
- Tienes una gran oportunidad para ser científico o científica y experimentar usando diferentes tipos de abonos, de tierra, de ciclo lunar, incluso de palabras o música que puedes usar para motivar a tus plantitas. Puedes llevar un diario de tus plantas donde registres su avance, incluso acompañarlo con fotografías o videos.
- Regamos nuestra chagra con agua solo cuando la necesite.
- Aquí un ejemplo de cómo puedes llevar el diario de tus plantas.

<b>FECHA</b>	<b>CRECIMIENTO (medir altura en cm)</b>	<b>OBSERVACIÓN</b>

# COVID-19



## ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?



## ¿CÓMO ME SENTÍ?



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada

¿Qué te parecieron las actividades? Marca con una X tu respuesta y comenta por qué:

---

---

---



## RELACIONES CON IGUALDAD

Objetivo	Capacidad/Habilidad
Identificar y prevenir situaciones que conllevan a la violencia basada en género en las relaciones de noviazgo adolescente.	Capacidad de agencia. Conocimiento y reflexión acerca de sí o sí misma. Identificar situaciones de riesgo.



### ALGUNAS CIFRAS DE NARIÑO:



**Violencia de pareja**

Menores de 18 años

38 CASOS

37   1

Jóvenes entre 18 y 28

425 CASOS

385   40



**Violencia sexual**

Menores de 18 años

86 CASOS

66   20

Jóvenes entre 18 y 28

38 CASOS

37   1

Las Violencias Basadas en Género y los actos de Discriminación, son graves violaciones a los derechos humanos, porque son los obstáculos que impiden que todos y todas seamos iguales, sin importar nuestro sexo, etnia, color de piel, religión, preferencia sexual.



### ¿Qué es Violencia basada en género?

violencia basada en género ha sido y sigue siendo una de las manifestaciones más claras de la desigualdad, subordinación y de las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres. Este tipo de violencia se basa y se ejerce por la diferencia subjetiva entre los sexos.



Las violencias basadas en género, principalmente las cometidas en los espacios “privados” como la familia, tienen una característica fundamental, son cíclicas, es decir, son una serie de comportamientos violentos repetitivos en el tiempo, cada vez más frecuentes y graves. Dicho de otra forma es como una escalera, cada escalón es un nivel más de violencia, incluso tan grave que puede darse hasta terminar con la vida de las mujeres.



El objetivo del agresor es producir daño y conseguir el control sobre la mujer, por lo que se produce de manera continuada en el tiempo y sistemática en la forma, como parte de una misma estrategia.



# B

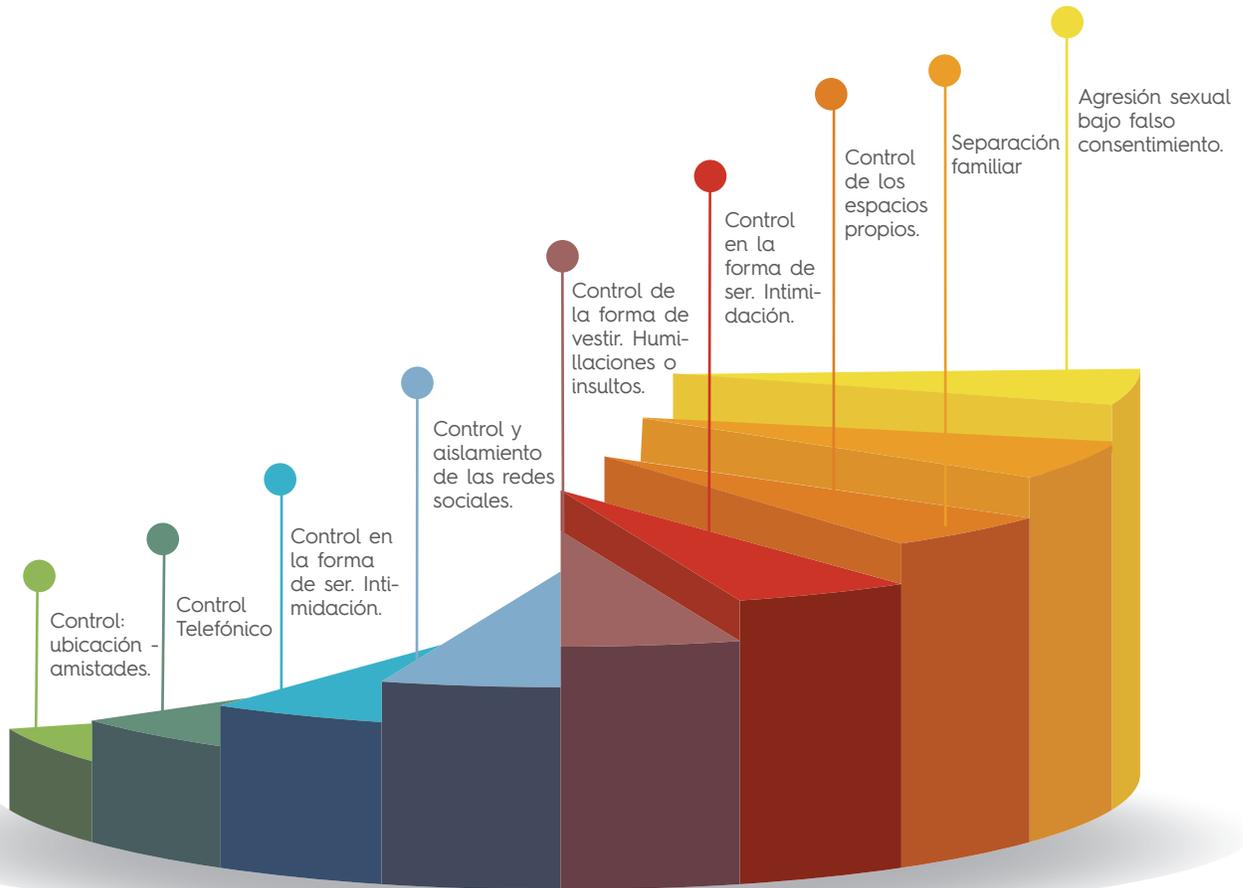


## Manos a La Obra

Hoy analizaremos y detectaremos las diferentes formas de violencias de género en un contexto donde son muy frecuentes, dentro de las relaciones de noviazgo o pareja.



Observa con atención **“la escalera de la violencia”**. Si te fijas bien, en ella puedes ver como se van subiendo peldaños o graditas dentro de una relación, que van incrementando y **“legitimando”** el grado de violencia.



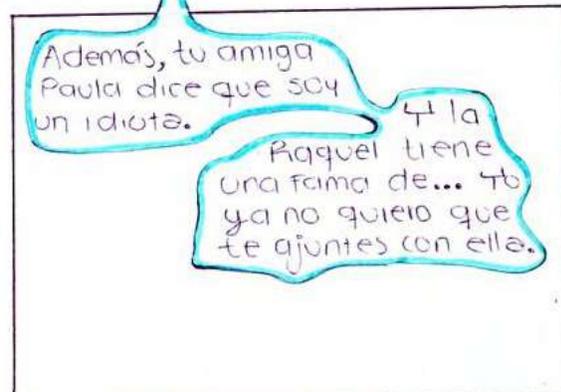
Leamos esta historieta e identifica las causas reales que llevan a subir por esa escalera...

Esta historia está basada en hechos reales, hemos cambiado los nombres de los protagonistas.

Pepa y Pepe son una pareja de novios de 16 y 18 años, llevan saliendo ya unas dos semanas.

## ESCALÓN - AMISTADES

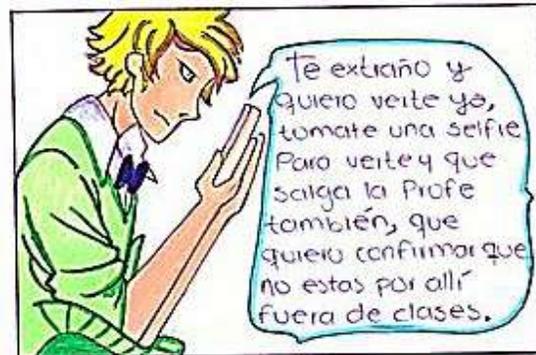
Pepe el viernes le escribe un mensaje a Pepa.



... y pepa se va alejando de sus amistades

## ESCALÓN - CONTROL TELEFÓNICO

Pepe le envía cantidad de mensajes al día a Pepa por whatsapp. No le pregunta ¿cómo esta? ...



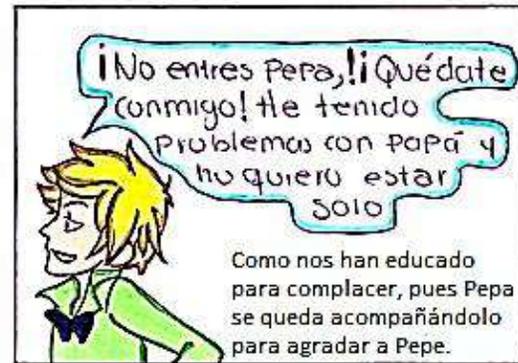
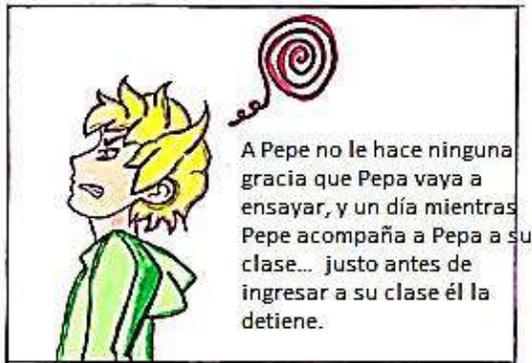
Pepa le envía la foto...  
Pepa no ve nada peligroso en esa actitud de control.

## ESCALÓN - HOBBIES

A Pepa le encanta la música y se inscribe a un curso que dictarán en su pueblo.



Una semana después ....



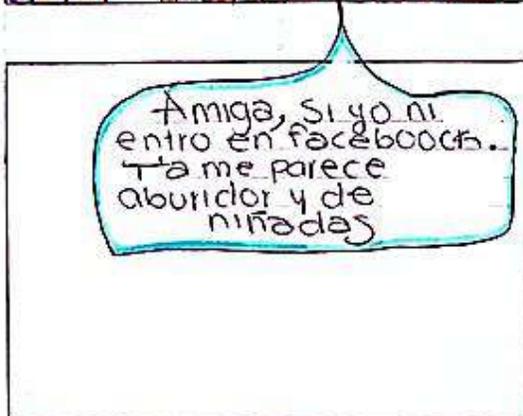
Y a la semana siguiente ...



Pepe consigue lo que quiere, que los martes y los jueves sean para él. Y Pepa deja de ir a clases de música. Y sube el siguiente escalón.



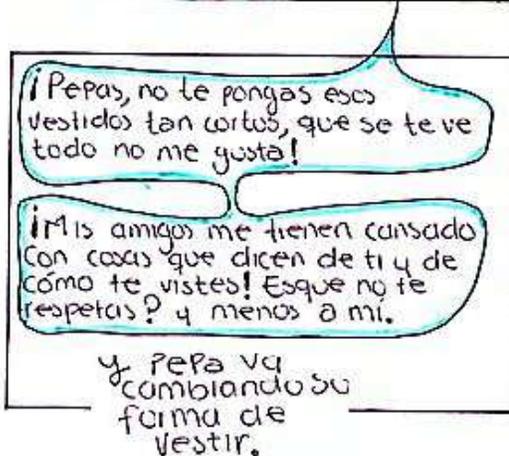
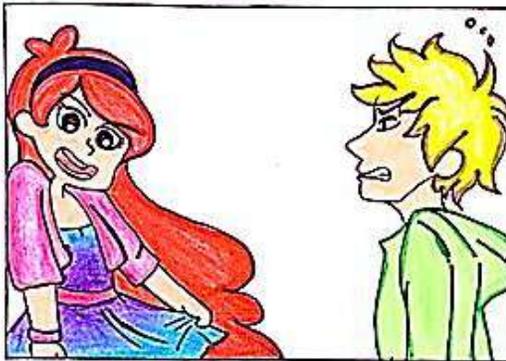
## ESCALÓN - CONTROL REDES SOCIALES



...Y Pepa se va aislando poco a poco.

Así, al final, le va quitando las redes sociales. Y eso, en la adolescencia de hoy, es aislamiento.

## ESCALÓN - FORMA DE VESTIR



Y así Pepe hace que Pepa suba el siguiente escalón.



## ESCALÓN - CAMBIO DE LA FORMA DE SER

Pepa y Pepe pasean por la calle. Unos amigos y amigas de Pepa la reconocen.



Un amigo de Pepa...



Pepe se queda lejos y se siente molesto. Cuando vuelve Pepa ...



¡Tú no ves, pareceres una niña no te soporto! ¡Pepe qué te pasa!

La próxima vez Pepa no Saluda a sus amigas de la misma forma... y va cambiando poco a poco su forma de SER



Pepa se acerca a saludarlos con tanta emoción que se la ve brincar de alegría y charlar amistosamente.



Después se produce la separación familiar porque la familia de Pepa no quiere que esté tanto tiempo con él, y así va subiendo otro escalón.

## ESCALÓN - RELACIÓN SEXUAL



Guión inspirado en la escalera de la violencia de género de Carmen Ruiz Repullo.  
Diseño de viñetas: **FERLYN ESTRADA QUINTERO**. Grado 11-  
IETA El Empalme- Jardines de Sucumbíos.

Después de leer la historieta anterior...



Pero es que Pepa es muy tonta!! Yo no permitiría que me traten así!!

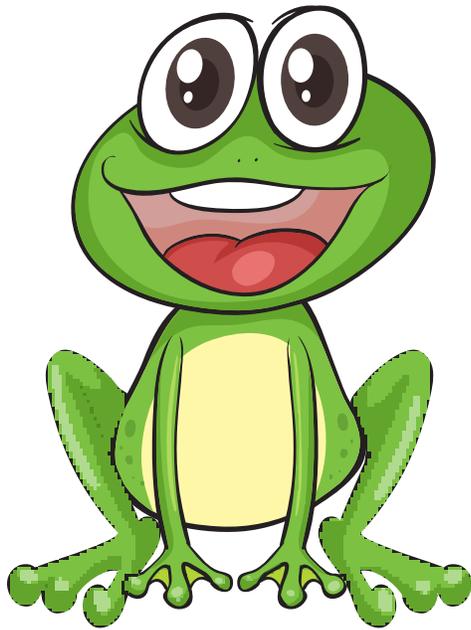


Para entender el caso de Pepa leamos:

## EL CUENTO DE LA RANA.

Veamos un ejemplo más gráfico sobre lo que sucede con Pepe y Pepa:

Pepe quiere cocinar una rana viva. Coge una olla con agua hirviendo, coge la rana viva y la echa a la olla. **¿La rana qué hace?** Salta y se escapa...



Ahora imaginémos que Pepe le dice a Pepa: “Mira, Pepa, en confianza, yo te voy a hacer todo esto en tres meses (acosarla, controlarla violentarla)”. ¿Alguna Pepa se quedaría sabiendo todo esto que le va a suceder? Seguramente que no.

Ahora bien, Pepe quiere cocinar a la rana Pepa, así que coge una olla llena de agua fresquita, fresquita, le pone unas palmeras estupendas y muy bonitas a su rana Pepa y pone en la olla un paisaje muy amañador y cómodo para que la rana Pepa se meta en el agua. **“Mira qué bonita que está la olla”.**

Así Pepa confiada entra a la olla. Pepe prende la estufa y pone a fuego lento.

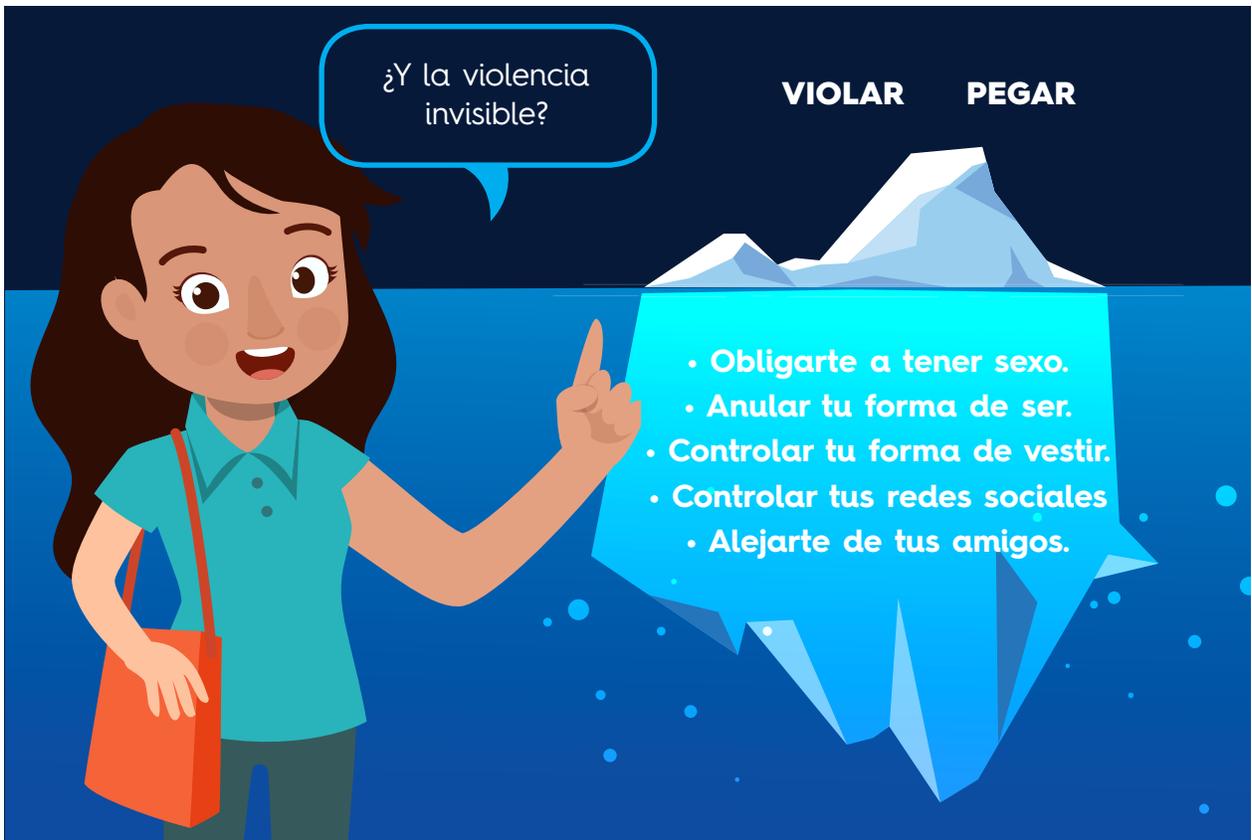
Las amigas le van diciendo a Pepa que Pepe la está controlando, que no la quiere, que se aleje de él. Pero ella no siente que está en peligro y continúa con Pepe.

Poco a poco Pepe le sube la temperatura a la olla, el agua se calienta lentamente, la rana Pepa no siente aún que está en peligro, a medida que pasa el tiempo Pepe continúa aumentando la llama y la rana Pepa no siente cambios, se cocina lentamente sin notarlo.

Te das cuenta que no es que Pepa sea tonta, lo que pasa es que poco a poco, escalón a escalón ha ido perdiendo la posibilidad de salir de la relación por miedo, por ansiedad, por temor a quedarse sola o porque cree merecer ese trato.

## RECUERDA!!!

Las violencias de los primeros escalones son invisibles, pasan desapercibidas.





# Tiempo de Compartir

Mientras reflexionamos sobre cómo evitar situaciones de violencia de cualquier tipo en una relación de pareja, vamos a pintar la siguiente imagen...



Puedes escribir tus ideas a continuación:

---

---

---

---

# ESPACIO PROPIO

Reúnete un momento con tu madre, abuela o algunas de las mujeres que conozcas, coméntales lo que has aprendido hoy sobre Violencias Basadas en Género y preguntarles sobre su visión de la violencia contra la mujer en su territorio, si cuando ellas tenían tu edad enfrentaron algún tipo de violencia y si fue así, cómo lo sobrellevaron.

Ahora reflexiona sobre cómo las cosas han cambiado o pueden mejorar para las niñas, adolescentes y mujeres de tu comunidad.

¿En tu territorio, cabildo o comunidad existen personas u organizaciones que ayuden a las niñas, adolescentes o mujeres en caso de ser víctimas de violencia?

¿Crees que es posible cambiar ciertas actitudes que no se reconocían como violencias de género (celos, control telefónico, control en redes sociales, etc)?



Piensa en cómo desde tu rol de niño, niña o adolescente hombre o mujer puedes comprometerte para sembrar semillas de cambio frente al tema de Violencias Basadas en Género.

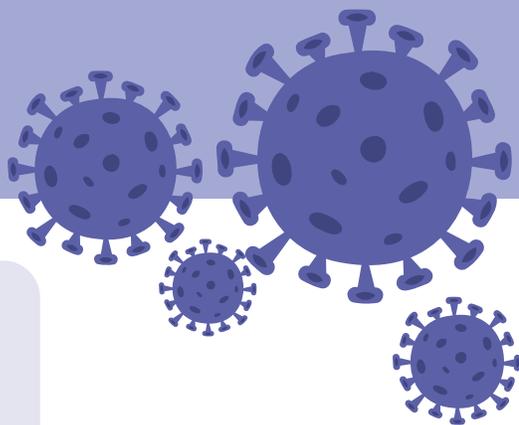
---

---

---



# COVID-19



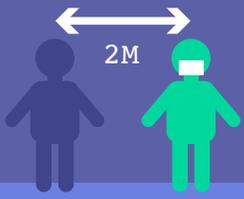
**ESTAR EN CASA**  
Permanece en casa el mayor tiempo posible para evitar exponerte al virus.



**HIGIENE**  
Lava tus manos de forma frecuente con agua y jabón o soluciones alcohólicas.



**EVITA TOCAR**  
Procura no tocarte la cara (ojos, boca y nariz) para evitar que puedan entrar virus o bacterias.



**DISTANCIA**  
Evita el contacto con personas contagiadas o que presenten síntomas.



**LIMPIEZA**  
Limpia y desinfecta los objetos y superficies que suelen ser muy utilizados.

## ¿CÓMO ME SENTÍ?



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada

¿Qué te parecieron las actividades? Marca con una X tu respuesta y comenta por qué:

---

---

---

---

## ABAJO ESTEREOTIPOS

Objetivo	Capacidad/Habilidad
Empoderar a los niños, niñas y adolescentes sobre la importancia de la igualdad de género en el proceso de socialización.	Pensamiento crítico y reflexivo acerca de sí mismo o misma / Respetar la diferencia y aceptar la diversidad.

# A



## Sabías que...

**Género:** Hace referencia a la forma en cómo la sociedad establece que tenemos que vernos, pensar y actuar como niñas y mujeres o niños y hombres. Cada cultura tiene sus creencias y reglas que crean sobre cómo las personas deben actuar basadas en su género. Por ejemplo, muchas culturas esperan y alientan a los hombres a ser más agresivos que las mujeres<sup>1</sup>

**Estereotipos de Género:** Son ideas que se tienen acerca del hombre y la mujer, que también vamos aprendiendo desde la infancia. “Estereotipos” hace referencia a las diferencias que se crean en las sociedades o comunidades entre hombres y mujeres que hemos escuchado ya sea en la escuela o en nuestro entorno. Un ejemplo de estereotipos de género, puede hacer referencia a frases como: “solamente las niñas lloran” o “los niños juegan con carros y las niñas con muñecas.”



### DATO CURIOSO...

“Las mujeres realizan un trabajo productivo y reproductivo y tienen un papel fundamental en la producción de alimentos. Sin embargo, no reciben el reconocimiento social, valoración económica y apoyo suficiente de proyectos y actividades que promuevan su mejoramiento y autonomía económica considerando la doble o triple carga de trabajo.”

<sup>1</sup> Todo sobre sexo, género e identidad de género. Publicación de página web Planned Parenthood. Disponible en: <https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/para-adolescentes/todo-sobre-sexo-genero-e-identidad-de-genero>



# Manos a La Obra

## ¿QUIÉN LO HACE?

Es importante que todos compartamos tareas en casa y nos ayudemos unos a otros asumiendo diferentes responsabilidades. Vamos a hacer un ejercicio paso a paso.

**Primer paso:** En la primera fila escribe los nombres de todos los miembros de tu familia.

**Segundo paso:** En la siguiente columna encontrarás tareas que hacemos diariamente en casa, al lado de cada tarea escribe el nombre de quién o quiénes realizan esta tarea habitualmente.

**Tercer paso:** Una vez completado el ejercicio, suma los puntos de cada integrante de la familia por tarea realizada y compara.

MIEMBROS DE LA FAMILIA (Escribe sus nombres)						
PUNTOS POR TAREA REALIZADA						

TAREA	¿QUIÉN LO HACE?	TAREA	¿QUIÉN LO HACE?
Preparar el desayuno		Planchar	
Fregar los platos		Hacer el almuerzo	
Barrer y trapear		Sacar la basura	
Ayudar en el campo		Lavar los zapatos	
Servir la comida		Sembrar	
Recoger leña		Tender las camas	
Tender la ropa		Ir al mercado	
Se levanta temprano		Ordenar la ropa	

Cuida a los niños		Cuidar a los enfermos	
Salir a trabajar		Estudiar	
Alimentar a los animales		Salir al mercado	

### RECUERDA

Si terminaste el ejercicio, te diste cuenta de que tanto hombres como mujeres podemos compartir muchas cosas. Habrá algunas cosas que nos parezcan agradables y otras que no, pero si eres hombre o mujer cuentas con unas capacidades y habilidades únicas que te permitirán hacer lo que te propongas.

### AQUÍ HAY ALGUNOS CONSEJOS PARA QUE NIÑOS Y NIÑAS PODAMOS AYUDAR EN CASA

2-3 años	4 - 5 años	6-7 años	8 años	9-11 años	12 años - 14 años	15 años en adelante
Ordenar juguetes	Ordenar juguetes	Ordenar juguetes	Ordenar juguetes	Ordenar juegos	Ordenar juegos	Ordenar juegos
Regar plantas	Poner la mesa	Poner y quitar la mesa	Preparar el desayuno	Preparar comidas sin ayuda	Preparar comidas sin ayuda	Tender la ropa
Recoger su ropa	Vestirse	Tender la cama	Lavar los platos	Limpiar su habitación	Limpiar su habitación	Sacar la basura de la casa
Tirar cosas a la basura	Bañarse	Hacer el aseo	Cuidar y alimentar a los animales	Cuidar y alimentar a los animales	Preparar y elegir su ropa	Hacer las compras diarias de la casa
Comer	Recoger su habitación	Ordenar su escritorio	Barrer y trapear	Preparar y elegir su ropa	Hacer las compras diarias de la casa	Preparar y elegir su ropa
Guardar sus cuentos	Fregar platos con ayuda	Preparar su mochila	Bañarse solo	Cuidar al hermano hermana	Limpiar el polvo	Ir por la leche
TOMADO DE GUÍA INFANTIL. COM			Preparar comidas con ayuda	Limpiar el polvo	Ayudar en las tareas del campo	Preparar comidas sin ayuda



**¡VEAMOS! PARA CONOCER MEJOR EL ROL DEL HOMBRE Y LA MUJER EN TU COMUNIDAD VAMOS A HACER UN EJERCICIO.**

Dibuja un hombre y una mujer con características de tu comunidad (campesinos, indígenas, afrodescendientes, entre otros) en los cuadros que ves a continuación y responde a las siguientes preguntas.

¿Cómo has visto que son las mujeres en tu comunidad?	¿Cómo has visto que son los hombres en tu comunidad?
¿Qué diferencias físicas tienen mujeres y hombres?	
¿Qué actividades realizan cada uno?	
Después del ejercicio anterior, reflexiona en qué piensas acerca de la mujer y el hombre en tu comunidad	



## UNA VISTA AL PASADO...

Pídeles a tus abuelos que te cuenten como era antes el rol de la mujer y del hombre en tu comunidad. Hazles preguntas como:

¿Quiénes tenían más derechos?

¿Quiénes trabajaban más?

¿A quiénes se les pagaba más, a los hombres o a las mujeres?

¿Quién tenía más libertad?

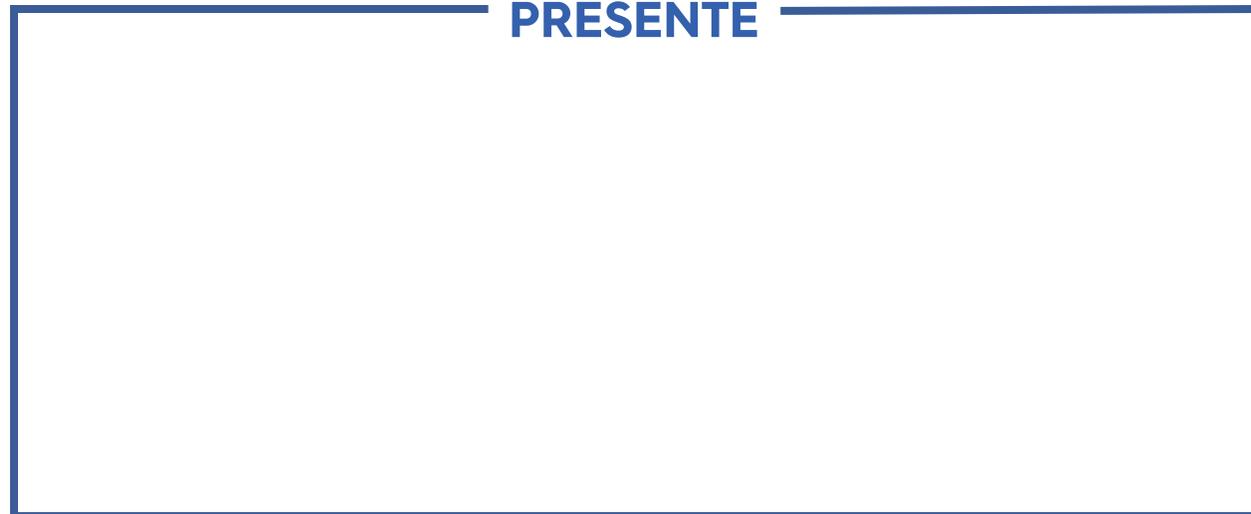
¿Crees que ha cambiado algo del pasado al presente? Añade más preguntas si deseas.

Al final haz un pasado y un presente, por medio de un dibujo plasma la información que te dijeron tus familiares y escribe una frase que genere conciencia sobre la importancia de la igualdad entre hombres y mujeres.

**PASADO**



**PRESENTE**





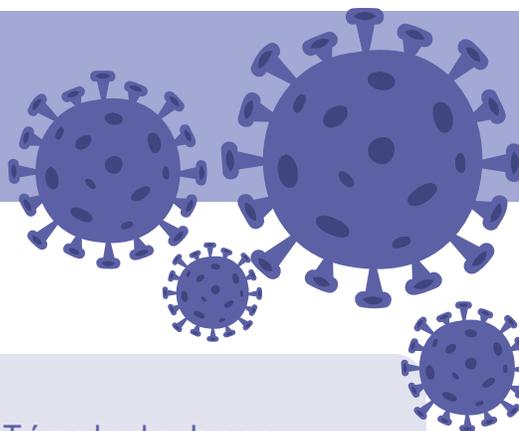
# Tiempo de Compartir

## ¡LLEGÓ EL MOMENTO DE CREAR!

Pídeles a las personas mayores de tu casa, que te cuenten un mito o leyenda que se haya originado en tu comunidad, donde la protagonista sea una mujer. Si nadie conoce ninguna, crea una leyenda de cómo se formó tu comunidad. Escríbela a continuación:

# COVID-19

## ¿CÓMO PREVENIRLO?



Tápate la boca y la nariz con el codo flexionado al toser o estornudar y conserva siempre el tapabocas.



## ¿CÓMO ME SENTÍ?



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada

¿Qué te parecieron las actividades? Marca con una X tu respuesta y comenta por qué:

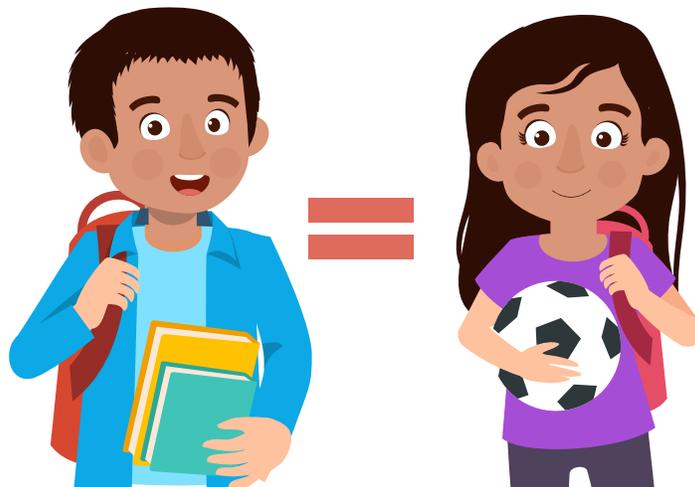
---

---

---

## PODEMOS SER IGUALES Y DIFERENTES A LA VEZ

Objetivo	Capacidad/Habilidad
Identificar los retos que tienen los hombres y las mujeres para cambiar la percepción sobre los roles de género tradicionales y a partir de allí, reconstruir la masculinidad en los adolescentes.	Pensamiento crítico reflexivo



La frase **PODEMOS SER IGUALES Y DIFERENTES A LA VEZ** hace referencia a las nuevas masculinidades, masculinidades alternativas y feminidades, en el que se propone replantear la idea de desigualdad y desaprender los roles de género adquiridos durante toda la vida.

### Es decir...

Buscan la igualdad entre hombres y mujeres para eliminar los comportamientos o actitudes que puedan generar violencia de género y acabar con los mitos o imaginarios de que un hombre debe ser violento, agresivo, fuerte física y emocionalmente para que sea un **“verdadero hombre”**, igualmente no aceptar cualquier forma de machismo que aparece en la vida cotidiana de la mujer como **“la mujer es el sexo débil”**, **“esta hecha para las labores domésticas y criar a los hijos e hijas”**.



# Manos a La Obra

1. Lee el siguiente cuadro:



- Negarte a hacer acciones que atenten contra tu integridad, salud o vida no te hace menos hombre.
- Expresar tus emociones no te hace menos hombre.
- Tener a una mujer como tu jefa y que reconozas sus capacidades no te hace menos hombre.
- Portarte tierno y sensible con tus seres queridos y con otras personas no te hace menos hombre.

Teniendo en cuenta la ilustración ¿Alguna vez escuchaste sobre estas situaciones?  
¿Qué opinas sobre ellas? ¿Conoces otras situaciones?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



2. Observa y lee las palabras negativas que señalan a Carlos:



A continuación, encontrarás 6 cuadros, recórtalos y pégalos en cada una de las expresiones o palabras negativas que están alrededor de Carlos, después de recortados y pegados, encima de cada uno de ellos escribirás mensajes que promuevan la igualdad o equidad de género.

**Anexo 1:**  
Al final de la unidad  
encontrarás este anexo

Como hemos mencionado, es en la familia y la comunidad en donde se construyen los roles que practican hombres y mujeres, denominados masculino y femenino y se transmiten de generación en generación. Hemos aprendido que “los hombres” son fuertes, valientes, competitivos, y que las mujeres son todo lo contrario, se nos ha enseñado que la responsabilidad del hombre es aportar económicamente al sustento de la familia, así mismo, que no es su labor atender la crianza de los hijos, porque es una tarea exclusiva de las mujeres.

Para superar estas ideas erróneas, se requiere madurez, cambio de pensamiento y de actitudes.

### ÁMBITO FAMILIAR

- 1 Cuando nace un “niño” se hace una gran fiesta
- 2 “Hija debes atender a tu hermano porque él es hombre”
- 3 “Los niños (hombres) no deben llorar, porque no son niñas (mujeres)”
- 4 A las mujeres se les asignó tareas como lavar y planchar, a los hombres no se les da tareas de la casa

¿Qué opinas sobre estas expresiones que en algunas ocasiones se mencionan en la familia?

**Expresión 1** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

**Expresión 2** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---





**Expresión 3** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

**Expresión 4** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

### **Pasemos a la comunidad o territorio**

Reúnete con tu familia o personas que convivan contigo y pregúntales que opinan sobre estas expresiones que en algunas ocasiones se escuchan en la comunidad:

**1**

Que bendición tiene esa familia porque solo varones han tenido

**2**

Los hombres valen más que las mujeres porque ellos son los que ganan dinero

**3**

Los hombres no deben hacer oficios de las mujeres

**4**

Los hombres son más fuertes e inteligentes

**Opinión 1** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

Opinión 2 \_\_\_\_\_

---

---

---

---

Opinión 3 \_\_\_\_\_

---

---

---

---

Opinión 4 \_\_\_\_\_

---

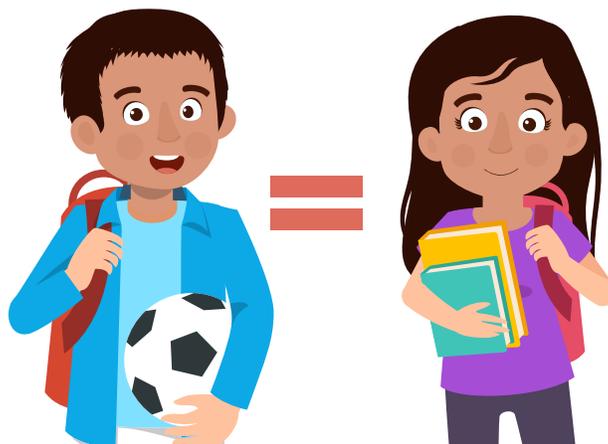
---

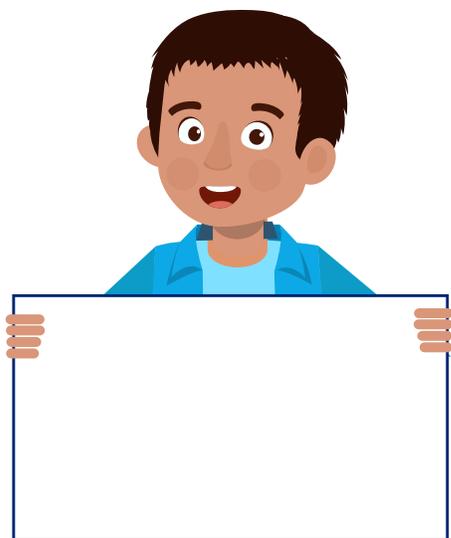
---

---

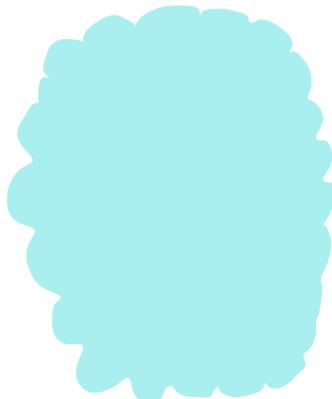
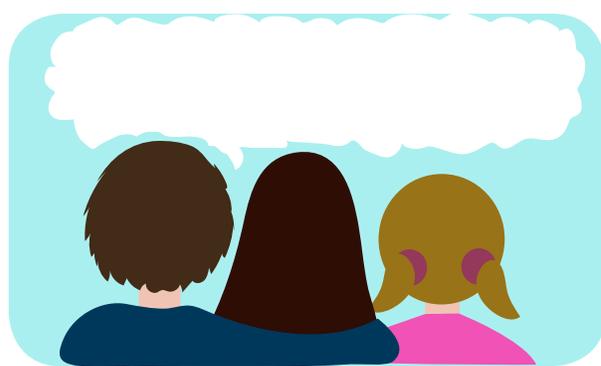
## NIÑO O NIÑA, HOMBRE O MUJER, TODOS SOMOS IGUALES

Ahora te reto a un desafío de "Memes", a un lado encontrarás un mensaje relacionado con el tema de hoy, reflexiona sobre este y en su gemelo puedes crear tu propio mensaje. Si quieres tómale una foto y publícalo en tu estado de WhatsApp para que pueda llegar a más chicos y chicas de tu colegio y resguardo. **Empecemos**





Algunas canciones, videos o películas puede contener gran cantidad de información que puede reforzar estereotipos, seamos críticos frente a ese tipo de contenidos





### Déjame expresar como me siento

Hay momentos en los que me siento triste y quiero llorar, aunque no lo hago porque mi papá me regaña, él dice que solo lloran las mujeres.



Puedo colaborar con algunas actividades en casa como:  
Lavar los platos, recoger la ropa sucia, organizar mi habitación



### DÉJALO(A) SER AUNTÉNTICO(A)



A veces juego con muñecas y otras veces juego con carros

¡Y me siento feliz!



### NO ES NO

¡Tengo derecho a decir NO! Frente a algunas decisiones o situaciones con las que no estoy de acuerdo. Como NO quiero ser tu novia.





# Tiempo de Compartir

Queremos darte a conocer que desde el territorio de los Pastos y la cosmovisión, no se habla de lo masculino y femenino por separado, se habla de dualidad macho -hembra, es decir ambos como seres complementarios en todas dimensiones (social, económica, ambiental, religiosa, espiritual, político y cultural).

## ¡Fascinante!

Coméntanos ¿Cómo se trata el tema de equidad e igualdad entre hombres y mujeres en tu familia, territorio o comunidad?

---

---

---

---



### RECUERDA

Tápate la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo al toser o estornuda y desecha el pañuelo en una basura.

### ¿CÓMO ME SENTÍ?



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada

¿Qué te parecieron las actividades? Marca con una X tu respuesta y comenta por qué:

---

---

---

## TODOS Y TODAS, LAS PALABRAS QUE NOS INCLUYEN

Objetivo	Capacidad/Habilidad
Analizar los distintos usos del lenguaje, diferenciando entre su dimensión inclusiva y la exclusiva o sexista fundamentalmente hacia la mujer.	Capacidad estructural de Participación y Libre Expresión. Comunicación eficaz y asertiva / Respetar la diferencia y aceptar la diversidad.



### DATOS CURIOSOS

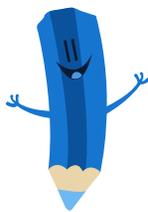
La vocal "E" es la más utilizada en español, pues aparece en más palabras y la palabra más usada es la preposición "de". México es el país hispanohablante más grande del planeta ya que tiene 121 millones de hablantes de español.



Nuestro idioma español cuenta con 88.000 palabras, lo hablamos más de 560 millones de personas como lengua nativa, es decir que nacimos en uno de los 44 países en los que se habla español.

Es tan rico que tiene todo tipo de palabras como por ejemplo "personas" que incluyen a hombres y mujeres y sin embargo hay otras como "compañeros", que aunque incluyen a los dos géneros, ocultan u omiten a las mujeres y pueden llevarte a pensar solo en masculino.

**Lo que decimos se convierte en realidad o refleja la realidad, por eso al hablar es importante siempre tener en cuenta y utilizar un lenguaje en el que mujeres y hombres se sientan reflejados y reflejadas, reconocidos y reconocidas.**



## Manos a La Obra

La Corte Constitucional de Colombia dice que debemos ser incluyentes desde el lenguaje y señala que: "...hablar de niño, adulto, hombres... es un lenguaje que perpetua la discriminación contra las mujeres, por lo tanto el lenguaje que evidencie lo femenino y haga visibles a las mujeres será armónico con la dignidad humana y el principio de igualdad".

Para que aprendamos a usar un lenguaje incluyente vamos a jugar y por supuesto puedes retar a familiares o amigos y amigas para enfrentarte a este reto de memoria por la igualdad.

### Instrucciones:

1. Busca 30 tapas de gaseosa o jugo, te servirán para conservar las fichas del juego, si quieres puedes pintar su parte externa con vinilos.
2. Recorta las diferentes fichas que encontrarás a continuación.
3. Pega las fichas que acabaste de recortar en la parte interna de las tapas de jugo o gaseosa.
4. Ahora puedes voltear las tapas, de tal forma que las fichas queden ocultas, mézclalas y formarlas en filas y columnas.
5. ¡Inicia el reto de memoria! en cada turno solo podrás girar dos tapas, si coinciden en la pareja de palabras irás ganando puntos, tomarás tus tapas y continuará el otro u otra participante.
6. Si al girarlas no coinciden las palabras, se vuelven y se giran las tapas dejándolas en la misma posición para darle la oportunidad al otro jugador o jugadora.
7. Continuar el juego hasta que la totalidad de las fichas sean recogidas. Gana quien más parejas haya formado.

Anexo 2:  
Al final de la unidad  
encontrarás este anexo



El lenguaje es un medio para visibilizar y reconocer los aportes que las mujeres han hecho en la historia y desarrollo en todos los ámbitos (historia, ciencia, economía, justicia, artes, deportes, etc). Es importante que todos y todas hagamos visible lo femenino.



## Tiempo de Compartir

A continuación, un divertido juego para que junto a tus amigos y amigas puedas aprender de algunas mujeres latinas representativas de la historia y la actualidad. ellas desde la época de la independencia han desempeñado papeles muy importantes hasta la actualidad.

El juego consiste en averiguar quiénes son las mujeres que se esconden detrás de las pistas.

### Instrucciones:

1. Recorta las tarjetas que verás a continuación por la línea punteada.
2. Separa la tarjeta que tiene las respuestas, nadie debe tenerla a la vista.
3. Las tarjetas con los rostros de las protagonistas quedarán en la mesa, para que los y las jugadoras puedan observarlas.
4. Cada jugador y jugadora tendrá el mismo número de cartas que contienen las pistas de las protagonistas.
5. Se hace un sorteo para seleccionar la persona que inicia el juego. (Pueden usar piedra papel o tijera).
6. Quien inicia el juego empieza a leer una a una las pistas, dando tiempo a jugadores y jugadoras mientras escuchan las pistas van mirando las tarjetas



con los rostros de las protagonistas y piensan en la respuesta correcta. Quien logre identificar la mujer que concuerda con las pistas debe gritar "Ella es"...( y el nombre de la mujer) ".

7. Si no acierta, se continuará leyendo las pistas hasta que alguien acierte.
8. Si acierta tomará la tarjeta, se lee nuevamente todas las pistas para ir aprendiendo más datos sobre las protagonistas y continuará el juego hasta que ya no haya ninguna tarjeta sobre la mesa.
9. Al final se cuenta el número de tarjetas de cada jugador o jugadora, ganará quien más tarjetas tenga.
10. Inicia el juego y diviértete.
11. Siempre que descubras más mujeres representativas por sus aportes en cualquier campo, puedes hacer en papel sus propias tarjetas y así mejorar tu juego.

### Anexo 3:

Al final de la unidad  
encontrarás este anexo

## ESPACIO PROPIO

Después de divertirnos mientras conocemos a mujeres que han marcado la historia latinoamericana, vamos a pensar en las mujeres de tu familia, territorio o comunidad. No importa si somos niños, niñas, adolescentes hombres o mujeres, siempre tenemos una imagen femenina que está en nuestro entorno y con quien más nos identificamos.

¿Quién es esa mujer que tanto admiras? ¿Por qué?

---

---

---

¿Crees que pueda ser tu modelo a seguir? ¿En qué te gustaría ser similar a ella?

---

---

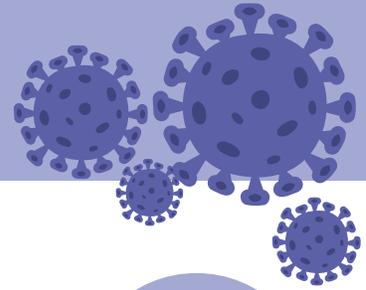
Pinta la siguiente imagen con los colores que representan a tu comunidad o territorio y si quieres recórtala y escribe en la parte de atrás un mensaje para esa mujer que tanto admiras, se la puedes entregar como un regalo de gratitud por todo lo que te inspira.

### Anexo 4:

Al final de la unidad  
encontrarás este anexo

# COVID-19

## ¿CÓMO LAVARTE LAS MANOS?



Mójate las manos



Aplicarte suficiente jabón para cubrir las dos manos



Frota las palmas entre sí



Frota cada uno de los dedos por más de 40 segundos



Frota muy bien tus manos



Procura lavar tus muñecas



Enjuaga las manos con abundante agua

## ¿CÓMO ME SENTÍ?



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada

¿Qué te parecieron las actividades? Marca con una X tu respuesta y comenta por qué:

---

---

---

---

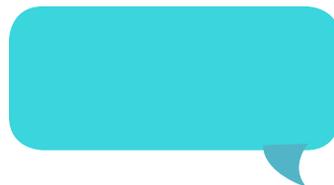
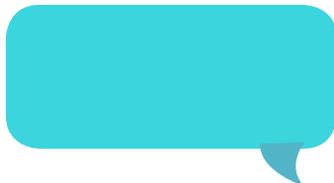
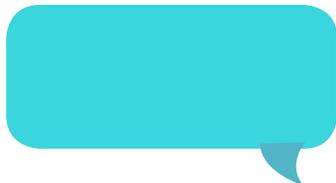


# CONCLUSIONES

- Esperamos hayas aprendido lo fácil que es construir paz por medio de hábitos basados en el respeto a los y las demás. Permitamos que cada niño, niña y adolescente pueda expresar su opinión, sus creencias, ser quien quiera ser sin miedo a ser discriminado o discriminada. Recordemos que la igualdad nos permite ver la diversidad del mundo con una valiosa mirada de autonomía y libertad.
- Es muy importante ser conscientes de los distintos usos del lenguaje, porque la palabra debe ser inclusiva como aporte a la lucha contra la exclusión sexista, fundamentalmente hacia la mujer.
- La mayoría de las personas determinan muchas veces, de manera inconsciente, estereotipos sobre el rol que deben desempeñar los hombres y las mujeres. Esta actitud la podemos corregir conociendo la importancia de la igualdad de género.
- Un estereotipo de género es nocivo cuando limita la capacidad de hombres y mujeres para desarrollar sus facultades personales. La educación es la clave para erradicar los estereotipos y fomentar la igualdad.

# ANEXOS

## ANEXO 1



ANEXO 2



## ANEXO 2

### PROTAGONISTA 1

1. Nacida en Paya, Boyacá.
2. Las mujeres tenían prohibido estar en combate, ella se disfrazó de hombre para poder ingresar a las filas del ejército libertador.
3. Después de muchas batallas la nombraron sargento.
4. Heroína y mártir de la independencia.
5. Murió en la batalla del Pantano de Vargas; el ejército notó que era mujer cuando le quitaron el sombrero a "uno de los compañeros caídos" y "notaron que era la valiente mujer a quien los soldados llamaban 'Mi Sargento' y que desde Pata había comandado a un grupo de patriotas con arrojo y valentía.
6. Murió el 25 de julio de 1819.

### PROTAGONISTA 2

1. Nació el 1855, Bogotá, Colombia
2. Hija de padre colombiano y madre suiza,
3. Fue la primera mujer médica de Colombia y Latinoamérica.
4. Debido a las restricciones para ingresar a la universidad en nuestro país, estudió Medicina en Berna, Suiza.
5. Regresó a Colombia para ejercer su profesión y es catalogada como la primera especialista colombiana en ginecología.
6. Falleció: 1934 Bogotá Colombia

### PROTAGONISTA 3

1. Dos mujeres valientes que desempeñaron un papel revolucionario en la lucha por la libertad de los pueblos.
2. El 18 de mayo de 1800 en la lectura del decreto que promulgaba el cobro de diezmos que se pagaban a la iglesia y al rey por la propagación de la fe en las tierras conquistadas en América, ellas levantaron su voz de descontento, subieron al altar y arrebataron de manos del sacerdote el documento para romperlo frente a todas las personas que asistían a la misa.
3. Por este hecho al municipio de Guaitarilla Nariño se lo conoce como la Cuna de la Libertad de América.
4. Generaron un movimiento revolucionario que más tarde llegó a Túquerres, para darle muerte a los recaudadores de impuestos, los Clavijos, un acto histórico que se conoce como la Insurrección de los Comuneros.

### PROTAGONISTA 4

1. Nació el 5 de enero de 1955 en Barranquilla, Colombia.
2. Es geóloga planetaria.
3. Administradora del Programa de Ciencia de la NASA y responsable de la misión de la sonda espacial Juno a Júpiter y de la misión del New Horizons a Plutón.
4. Sus investigaciones han contribuido a una mejor comprensión del cráter de impacto Chicxulub.
5. Junto a su equipo descubrió el cráter de impacto Aorounga en Chad en 1996.
6. Como directora del programa Nuevos Horizontes de la NASA afirma que durante la próxima década se abrirá para la civilización la posibilidad de explorar nuevos mundos.



### PROTAGONISTA 5

1. Nació en San Miguel de Guaduas, 26 de enero de 1797.
2. La heroína más conocida y popular para los y las colombianas.
3. Participó en el grito de independencia del 20 de julio de 1810 a sus 14 años.
4. Representa la otra imagen femenina: la mujer luchadora, activa, valiente.
5. Experta en espionaje.
6. Es la única figura femenina que acude de inmediato a la memoria del período de la Independencia.
7. Un consejo de guerra la condenó a muerte el 10 de noviembre de 1817, junto con Sabaráin y otros patriotas.
8. Su cuerpo no fue expuesto en las calles, como el de sus compañeros también fusilados con ella, por ser cuerpo femenino.
9. En 1967, por el sesquicentenario de su martirio, el Congreso designó el 14 de noviembre como Día de la Mujer Colombiana.
10. La casa de sus padres se convirtió en museo.

### PROTAGONISTA 6

1. Nació en Uspantán Guatemala el 9 de enero de 1959.
2. Líder indígena guatemalteca, miembro del grupo maya quiché.
3. Desde joven se involucró en las luchas reivindicativas de los pueblos indígenas y campesinos lo que le valió persecución política y el exilio.
4. Defensora de los derechos humanos y embajadora de buena voluntad de la UNESCO.
5. Ganadora del Premio Nobel de la Paz (1992) y el Premio Príncipe de Asturias de Cooperación Internacional (1998).
6. Frase célebre: «La paz no es solamente la ausencia de la guerra; mientras haya pobreza, racismo, discriminación y exclusión difícilmente podremos alcanzar un mundo de paz.»

### PROTAGONISTA 7

1. Patriota ecuatoriana.
2. Nació en Quito, 27 de diciembre de 1797, en Paita, Perú.
3. Considerada Heroína patria por sus aportes a la independencia de Perú, Colombia, Venezuela, Ecuador.
4. Mujer luchadora y revolucionaria.
5. Compañera del Libertador Simón Bolívar. "Caballeresa del sol" fue el nombre que recibió al recibir la más alta condecoración que el Perú revolucionario concedía a los militantes de la causa patriota.
6. En 1824 fue incorporada en forma oficial al Estado Mayor de Bolívar, se le otorgó el grado de coronela, por lo que vistió casaca azul, vueltas y cuello rojos.
7. "La libertadora" fue el epíteto que recibió después de que le salvara la vida a Simón Bolívar la noche del 25 de septiembre de 1828.
8. Murió el 23 de noviembre de 1856.

### PROTAGONISTA 8

1. Nació en México, 1651. (Durante el virreinato y en medio de la prosperidad colonial).
2. Escritora mexicana, la mayor figura de las letras hispanoamericanas del siglo XVII.
3. Niña prodigio, aprendió a leer y escribir a los tres años, y a los ocho escribió su primera loa.
4. Aprendió latín en solo 20 lecciones.
5. En su época las mujeres no podían acceder a educación, lo que la obligó a ingresar al convento para seguir gozando de sus aficiones intelectuales.
6. Logro tener 4000 volúmenes en su biblioteca.
7. Su manifiesto defiende el derecho de la mujer a la educación.
8. Frases célebres:  
"Hombres necios que acusáis a la mujer sin razón sin ver que sois la ocasión de lo mismo que culpáis".



### PROTAGONISTA 9

1. Nació en 1940, en Talaigua Bolívar, un pueblo situado en la isla de Mompós que fue uno de los principales centros de la colonización española y en el que, por ello, hay población indígena, negra y blanca.
2. Desde niña se interesó por la música y los bailes tradicionales del Caribe
3. Es considerada una de las mejores en su género.
4. Se caracteriza por sus presentaciones y mezclas de ritmos indígenas, de los esclavos africanos y por los ritmos provenientes de España.
5. En 1974 se dedicó a la música de manera profesional.
8. El famoso sello disquero de música nativa del mundo, Putumayo Records, reunió a la Momposina con la chilena Mariana Montalvo y la brasileña Belô Velloso en un disco al que llamaron Putumayo Presents Latinas: Women of Latin America.

### PROTAGONISTA 10

1. Su lucha fue en República Dominicana, durante la dictadura de 30 años de Leónidas Trujillo "El chivo".
2. Dos de ellas fueron encarceladas, violadas y torturadas en varias ocasiones.
3. Ellas y sus esposos fueron sometidos a una cruel tortura durante el régimen de Trujillo.
4. En honor a estas valientes mujeres, cada 25 de noviembre se conmemora el Día Internacional de la No Violencia Contra la Mujer. Esto fue establecido en el Primer Encuentro Feminista Latinoamericano y del Caribe celebrado en Bogotá, Colombia en el año 1981.

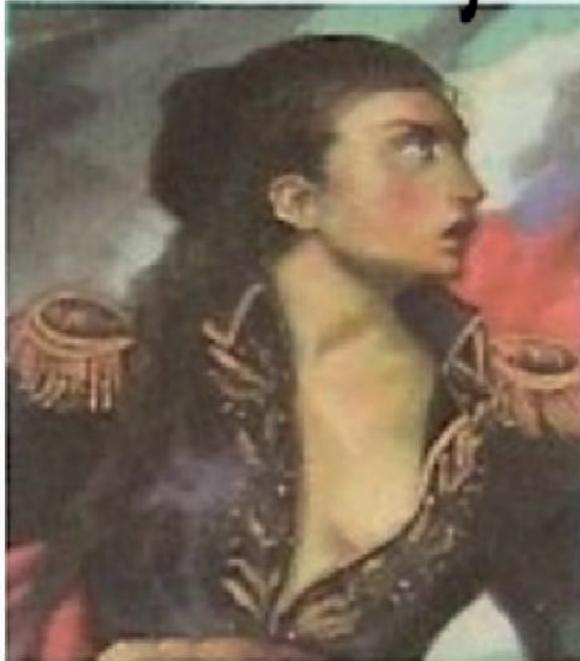
### PROTAGONISTA 11

1. Nació en Cali, Colombia, 1940.
2. Médica en la Universidad del Valle, en Cali donde se especializó en Patología en 1967.
3. Estudió Patología y Virología en el Instituto Nacional del Cáncer (Bethesda, EEUU) y obtuvo el máster en Salud Pública (Epidemiología del Cáncer) en la Universidad Johns Hopkins de Baltimore (EEUU).
4. Es actualmente catedrática emérita del Instituto Nacional de Cancerología de Colombia, y científica visitante del Instituto Catalán de Oncología (ICO).
5. En su larga trayectoria ha dedicado esfuerzo a la lucha contra el cáncer no solo de cuello uterino, si no, también al de hígado y al de estómago por su mayor incidencia en países pobres. Nominada al Nobel de Medicina en 2008.

### PROTAGONISTA 12

1. Nació en Apartadó (Antioquia) el 12 de febrero de 1984.
2. A la edad de 12 años inició su entrenamiento de salto alto bajo la tutela de los entrenadores cubanos Regla Sandrino y Jorge Luis Alfaro.
3. En 1999, con apenas 15 años, tuvo su primera participación internacional destacada, al ubicarse en el tercer puesto del Campeonato Sudamericano de Atletismo.
4. Se fue a estudiar enfermería en la Universidad Metropolitana de Puerto Rico, donde le ofrecían una beca para prepararse en salto triple.
5. Multicampeona mundial, medallista de plata en los Juegos Olímpicos de Londres 2012 y ganadora de la medalla de oro en los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro 2016.
6. Fue reconocida en 2018 como la "Atleta femenina del año" por parte de la IAAF (International Association of Athletics Federations).

**PROTAGONISTA J**



**SIMONA AMAYA**

**PROTAGONISTA H**



**ANA GALVIS HOTZ**

**PROTAGONISTA B**



**MANUELA CUMBAL Y FRANCISCO AUCÚ**

**PROTAGONISTA A**



**SONIA BAZANITA VIDES  
"Totó" La Momposina**







## RESPUESTAS

- Protagonista A:** Toto la momposina /Sonia Bazanta Vides. 9
- Protagonista B:** Manuela Cumbal y Francisca Aucú. 3
- Protagonista C:** Policarpa Salavarrieta. 5
- Protagonista D:** Adriana Ocampo. 4
- Protagonista E:** Caterine Ibargúen 12
- Protagonista F:** Manuela Sáenz/ Manuelita Sáenz. 7
- Protagonista G:** Rigoberta Menchú Tum. 6
- Protagonista H:** Ana Galvis Hotz. 2
- Protagonista I:** Sor Juana Inés De La Cruz. 8
- Protagonista J:** Simona Amaya. 1
- Protagonista K:** Nubia Muñoz Calero. 11
- Protagonista L:** Patria, Minerva Y María Teresa Miraba/ Hermanas Mirabal. 10
- Protagonista M:** María Panán. Cacica del Pueblo Panán. 13
- Protagonista N:** Antonia Josefina Obando. 14

## PROTAGONISTA 13

1. Mujer luchadora, sabedora y perpicaz fue quien defendió su territorio a la llegada de los españoles.
2. No tuvo hijos para defender las tierras, es por ello que tomo el liderazgo viajando durante tres largos meses a San Francisco de Quito para pronunciarse ante el Rey de la corona de España a través de un memorial en el cuál solicita se les respeten sus tierras.
3. Los españoles bautizaron el territorio como Panán tomado del apellido de su caica el territorio Panám florece en medio del páramo y volcán en el municipio de Cumba.

## PROTAGONISTA M



**MARÍA PANÁN**  
Cacica del pueblo de Panán

## PROTAGONISTA N



**ANTONIA JOSEFINA OBANDO**



#### PROTAGONISTA 14

1. Es la mujer Ipialeña que recibe a Bolívar y le ofrece el respaldo a nombre de toda la población.
2. El 12 de junio de 1822 paso Simón Bolívar por el actual municipio de Pupiales, y por ipiales en su camino hacia Quito. Ella se aprestó a recibir al libertador.
3. Ella pidió ser vestida de blanco como una ninfa, y con este atuendo se presento Bolívar, dándole un patriótico saludo a la vez que coronaba sus sienes con laureles y algunas joyas recogidas entre la población como aporte económico para la campaña libertadora.
4. Poco después, posiblemente entre el 5 y el 10 de noviembre de 1822 fue fusilada en la capilla de la Escala, obedeceiendo órdenes de Agustín Agualongo, Merchancano y Benito Boves; el encargado habría sido Eusebio Mejía (alias El Calzones), que con las tropas realistas entró a sangre y fuego sobre Ipiales.

ANEXO 4



# UNIDAD 2

## PROTEGIÉNDONOS:

Dentro de nuestra cultura existe gran riqueza oral y literaria. Los mitos y leyendas surgen de la concepción mágica y sobrenatural del ser humano y del mundo. Todo el saber cultural se entreteje entre la fantasía y la realidad de los pueblos sureños generando imaginarios colectivos que se comunican a través del tiempo y de generación en generación.

Pide a un familiar que te cuente alguna leyenda que conozca, escucha atentamente cada detalle del personaje de la historia.



EL DUENDE

**Localización:** Se localiza en varios pueblos de Colombia, como Nariño, Tolima, Neiva, Cauca entre otros, aparece en otros países de América y de Europa.

**Habitad:** Habita en los bosques, chorreras o quebradas, cerca de los arcoíris también en nuestro territorio conocido como cueche.

**Podere:** Encanta a los niños que se portan mal, les hace ver alucinaciones, le gustan las mujeres de pelo largo y rubio realizándoles trenzas, igualmente a las crines de los caballos, se dice que son protectores del bosque.

**Características Físicas:** Son de muy baja estatura pelo largo, algunos tienen barbas largas, nariz grande.

**Localización:** Se presenta en varios territorios y regiones de Nariño y el resto de Colombia.

**Habitad:** Selvas, ríos, riachuelos, quebradas, lagunas, pozos profundos, orillas de los montes y cementerios.

**Podere:** Espanta y aterroriza a los padres irresponsables, borrachos y a toda persona que atente contra la naturaleza, produce escalofríos y augura debilidades físicas y espirituales, además de amenazas.

**Características Físicas:** Figura de mujer con una cabellera muy larga y desordenada, usualmente lleva puesto un vestido blanco roto y sucio, se dice que su rostro es como el de una calavera con ojos rojos.



EL ESPANTO

## MI PERSONA DE CONFIANZA

Objetivo	Capacidad/Habilidad
Reconocer a mi persona de confianza y aprender cómo protegernos en situaciones que nos pueden causar daño, generar tristeza, dudas o miedo.	Pensamiento crítico y reflexivo.

A



Sabías que...

La Protección infantil es el derecho que tenemos los niños, las niñas y adolescentes a crecer sanos y felices, a que nos cuiden con amor y respeto.

Todos los niños, niñas y adolescentes tenemos derecho a crecer en un entorno protector con respeto, amor y seguridad.



Los adultos son responsables de cuidarnos, protegernos y garantizar nuestros derechos; con su ejemplo, aprendemos a brindar un buen trato a todas las personas, para que sus derechos también sean respetados.

Tú puedes tener una persona de confianza. Esta persona es aquella que sabe escucharte y cuando hay algo que te preocupa o que pone en riesgo tu seguridad, te ayuda y busca que te sientas protegido o protegida, haciendo valer tus derechos. Así como puedes compartir tu preocupación con la persona de confianza, también puedes expresar lo que te hace sentir en riesgo, a la orientadora escolar, tu facilitador o facilitadora de Aldeas Infantiles o a la Comisaría de Familia de tu municipio, cuya misión es prevenir, garantizar, restablecer y reparar los derechos de los miembros de un núcleo familiar en el que se hayan presentado casos de violencia o vulneración de derechos.



# Manos a La Obra

1. **Lee** las siguientes afirmaciones de los carteles y marca con una V si crees que la afirmación es verdadera o con una F si opinas que la afirmación es falsa.

## La Persona de Confianza

La persona de confianza No sabe escucharme y cuando algo me preocupa pone en riesgo mi seguridad



La persona de confianza es elegida por y Mí no es impuesta



La persona de confianza es la que me impone algún familiar



La persona de confianza me causa daño o me presiona para que yo haga cosas que no están bien y me hacen sentir incómodo o incómoda

La persona de confianza tomará en serio MIS preocupaciones en torno a mi seguridad e integridad y no dudará de Mí

La persona de confianza divulga mi historia, mis secretos y mis situaciones personales a otras personas

La persona de confianza llevará mi situación a la Comisaría de Familia sin ponerme en riesgo

La persona de confianza me hará saber que frente a una situación de abuso físico, emocional, sexual o por negligencia, la mejor decisión es comunicarle a la Comisaría de Familia, pues el abuso infantil por ningún motivo es aceptable o tolerable



## ¡RECUERDA!

Y es que al igual que confiamos en nuestra familia y amigos, también podemos y debemos confiar en nosotros mismos. Es más, la mayor confianza viene de nuestro interior y es un aspecto que tenemos que afianzar, que tenemos que trabajar para desarrollar las herramientas y valores para seguir adelante, para caminar en la vida, para vencer y dominar los miedos, las dudas y las incertidumbres.

### 2. **Dibuja** la silueta de tu mano:

**¿En quién confías?  
Mi amigo y/o amiga**



Una persona de confianza es aquella a la que puedes acudir cuando necesitas ayuda, alguien que te escucha, te da respeto, seguridad y te apoya cuando tienes algún problema.

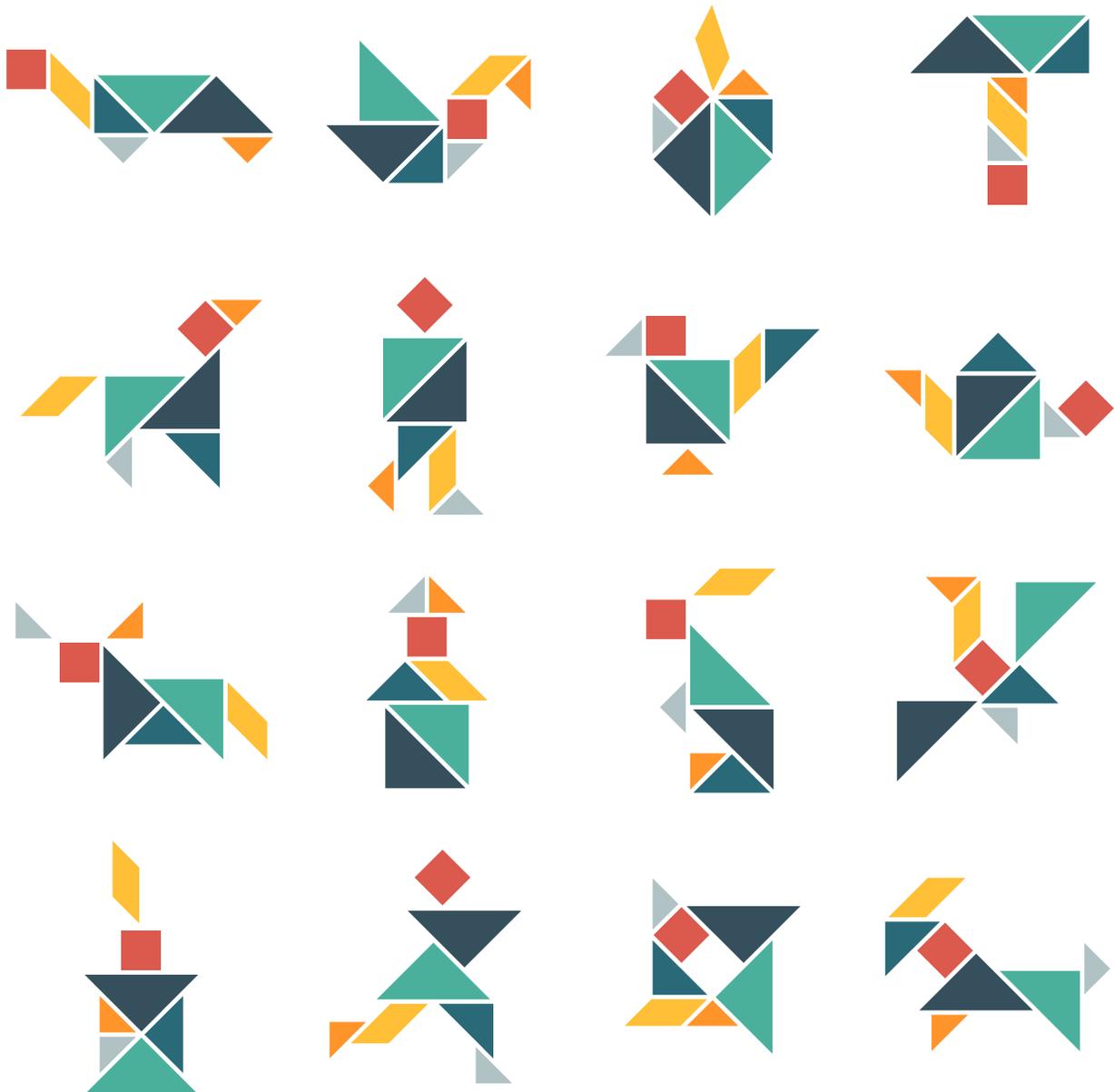
Dibuja en el recuadro la silueta de tu mano y escribe en cada dedo las cualidades de tu persona de confianza.

En la palma puedes escribir su nombre y parentesco.

Un Tangram es un juguete intelectual tradicional de China, que se compone de un cuadrado formado por siete piezas, que pueden unirse para crear diferentes formas. Las siete piezas se forman a partir del cuadrado, el cual se divide en tres formas geométricas: cinco triángulos (dos pequeños, dos grandes y uno mediano), un rectángulo isósceles, un cuadrado y un romboide. Las siete piezas que están dispuestas para hacer una casi infinita variedad de objetos de mayor o menor dificultad de realización, tales como figuras geométricas, animales, puentes, casas, torres, etc... incluso números y letras del abecedario.



**3. ¡Vamos a jugar!** Con el tangram que recibiste en tu **kit protector** vas a formar la figura de una persona de confianza y un lugar que te genere o brinde seguridad. Debemos tener en cuenta que para formar las figuras, hay que utilizar las 7 piezas siempre y No se puede colocar ninguna pieza sobre otra.





## Tiempo de Compartir

Juntos podemos ayudar para que en nuestras familias, veredas, resguardos, colegios y en todos los lugares nos podamos sentir más seguros y felices.  
"Siendo amados y amadas, protegidos y protegidas por los adultos responsables de nuestra atención y cuidado".



Así como debemos velar por el cumplimiento de nuestro derecho a la protección, es muy importante saber que tenemos un deber relacionado también, con la protección pero de la madre tierra, de nuestro planeta.

La fiesta del Sol, llamada por los taitas y los abuelos «Inti Raymi», es una tradición que hoy en día no pasa desapercibida en muchas poblaciones de Colombia, en especial comunidades como los Pastos y Quillasingas del sur de Nariño, donde año tras año en el solsticio de verano, que inicia en muchos pueblos el día 19 de junio y se prolonga por tres días, donde se celebra y agradece a la Madre Tierra y al Padre Sol por las cosechas y la prosperidad en los hogares.

1. Pregúntale a un familiar puede ser tu abuelo, abuela, padre, integrante del cabildo o madre, qué sabe acerca de esta importante fiesta y apunta sus respuestas:

---

---

---

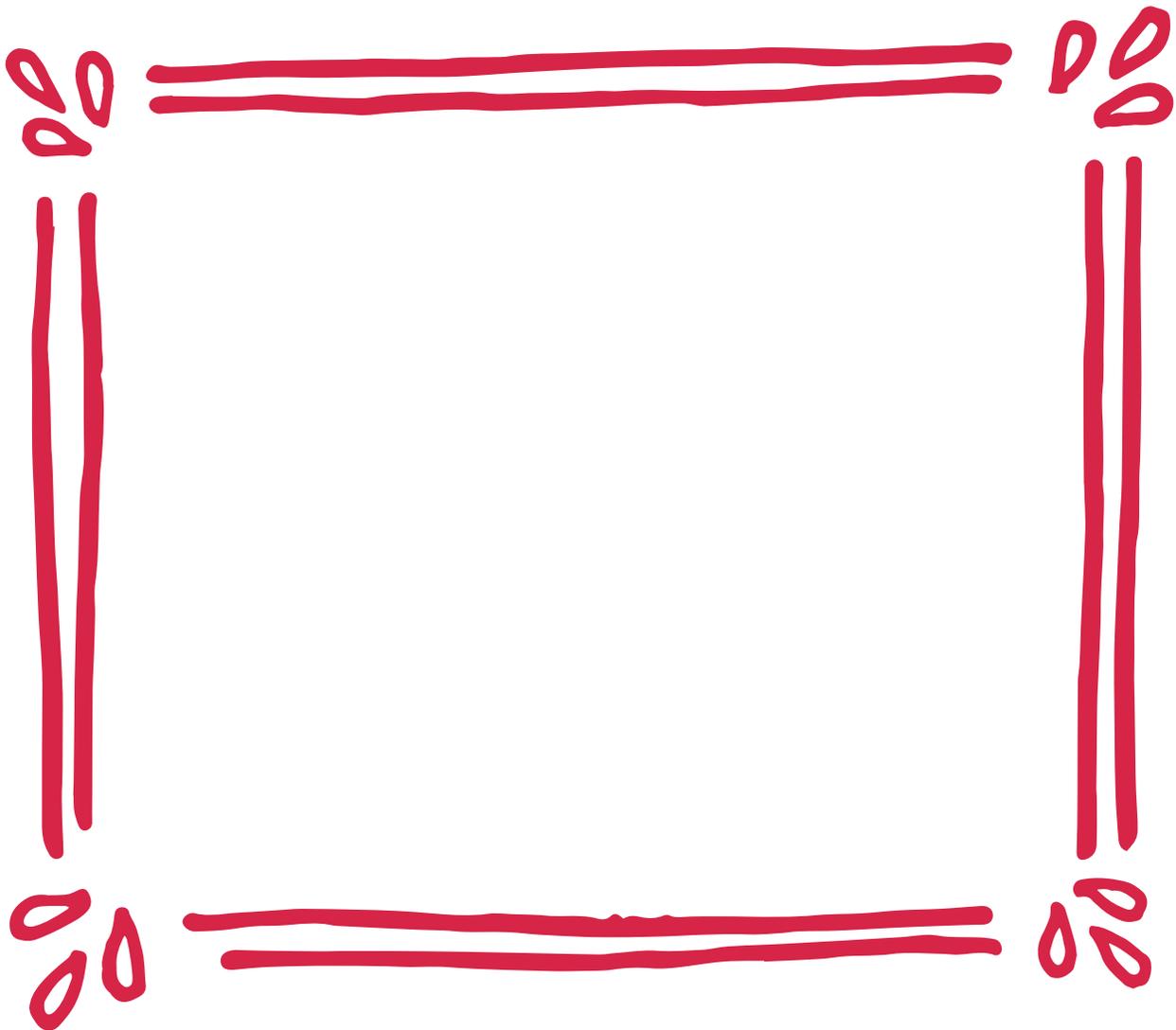
---

2. Imagina que eres un diseñador y debes realizar un símbolo para la promoción de esta fiesta tan importante. En un afiche, plasma tu idea teniendo en cuenta la información brindada acerca del Inti Raymi.



Utiliza toda tu creatividad, colores, imágenes y pon a volar tu imaginación e inspírate en la gratitud y agradecimiento a la Madre Tierra.

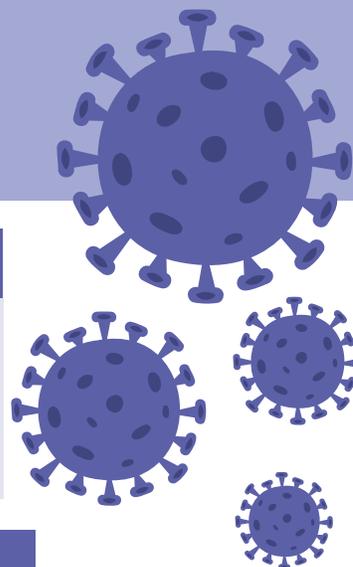
### MI SÍMBOLO



# COVID-19

## ¿QUÉ ES?

Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves. COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente.



## ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?

FIEBRE

DOLOR DE CABEZA

TOS SECA

DIFICULTAD RESPIRATORIA

MALESTAR CORPORAL



## ¿CÓMO ME SENTÍ?



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada

¿Qué te parecieron las actividades? Marca con una X tu respuesta y comenta por qué:

---

---

## ACTUEMOS FRENTE AL RIESGO

Objetivo	Capacidad/Habilidad
<p>Generar estrategias de identificación y prevención frente a situaciones de riesgo a los que pueden estar expuestos niños, niñas y adolescentes.</p>	<p>Identificar situaciones de riesgo.</p>



### Sabías que...

Cuando alguien nos lastima físicamente o con las palabras o con las malas miradas y esto nos hace sentir mal, y nuestro cuerpo, nuestras emociones y sentimientos son afectados se llama: **MALTRATO**.

Debemos acudir a alguien de nuestra confianza para que nos ayude, puede ser de nuestro colegio, profesores y/o psicólogos o autoridades del municipio que nos deben ayudar, ICBF, Comisaría de Familia, Personería, Alcaldía, Policía Nacional.

Cuando una persona conocida toca nuestras partes privadas, nos habla de sexualidad de manera no apropiada, nos muestra fotografías de personas desnudas, quiere tomarnos fotos sin ropa, nos pide que hagamos cosas con nuestro cuerpo que nos hacen sentir mal, se llama: **ABUSO SEXUAL**.

La **EXPLOTACIÓN SEXUAL** significa que un adulto te pide que hagas cosas malas con tu cuerpo, por ejemplo, te toca tus partes privadas o te pide que te dejes tocar por personas extrañas, te toma fotografías o hace videos haciendo cosas no adecuadas a cambio de pagos en dinero, regalos o favores.

Recuerda que existen **SECRETOS ADECUADOS Y NO ADECUADOS**, un secreto es no adecuado cuando sentimos que algo no está bien y nos sentimos incómodos con la información que estamos guardando, si un secreto te incomoda, **acude a un adulto que te puede ayudar**.

Cuando alguien utiliza la fuerza, palabras feas, grita y está en situación de vejata, por ejemplo, es más grande que nosotros y nos lastima a propósito eso es **violencia**.








---



---



---



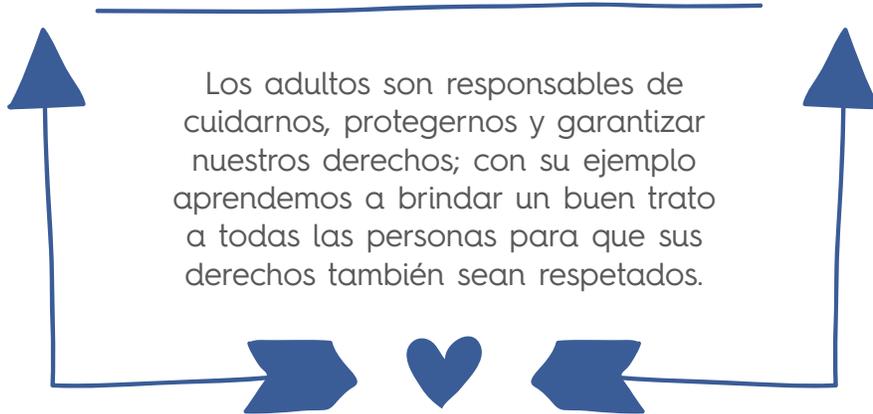
---



---



---



**LA RAYUELA O GOLOSA DE LA PROTECCIÓN**

Lee y analiza las siguientes situaciones:

**SITUACIÓN 1**

Un grupo de amigos está jugando al lado de la montaña y días antes hubo un derrumbe. Uno de los amigos se quiere ir porque le parece riesgoso, pero los demás se quieren quedar. ¿qué haría el grupo?





### SITUACIÓN 2

Un grupo de amigas conocieron por internet a una persona que nunca han visto, sin embargo, las invita constantemente a salir a comer un helado. Las chicas saben que puede ser riesgoso pero aún así van a la cita ¿qué harías?



### SITUACIÓN 3

En el municipio hay unas personas que trabajan en el campo, nadie sabe que hacen pero dicen por ahí que no son trabajos buenos. Estas personas siempre están invitando a unos jóvenes a que vayan a la montaña a trabajar allá. Muchos no saben si ir o no ir ¿qué harías?



### SITUACIÓN 4

Todos los días un grupo de amigos y amigas, cuando salen del colegio, les gusta ir a tomar alcohol, varios del grupo no les gusta porque es un riesgo para la salud. Las demás personas del grupo saben que el alcohol es malo para la salud ¿qué harías?

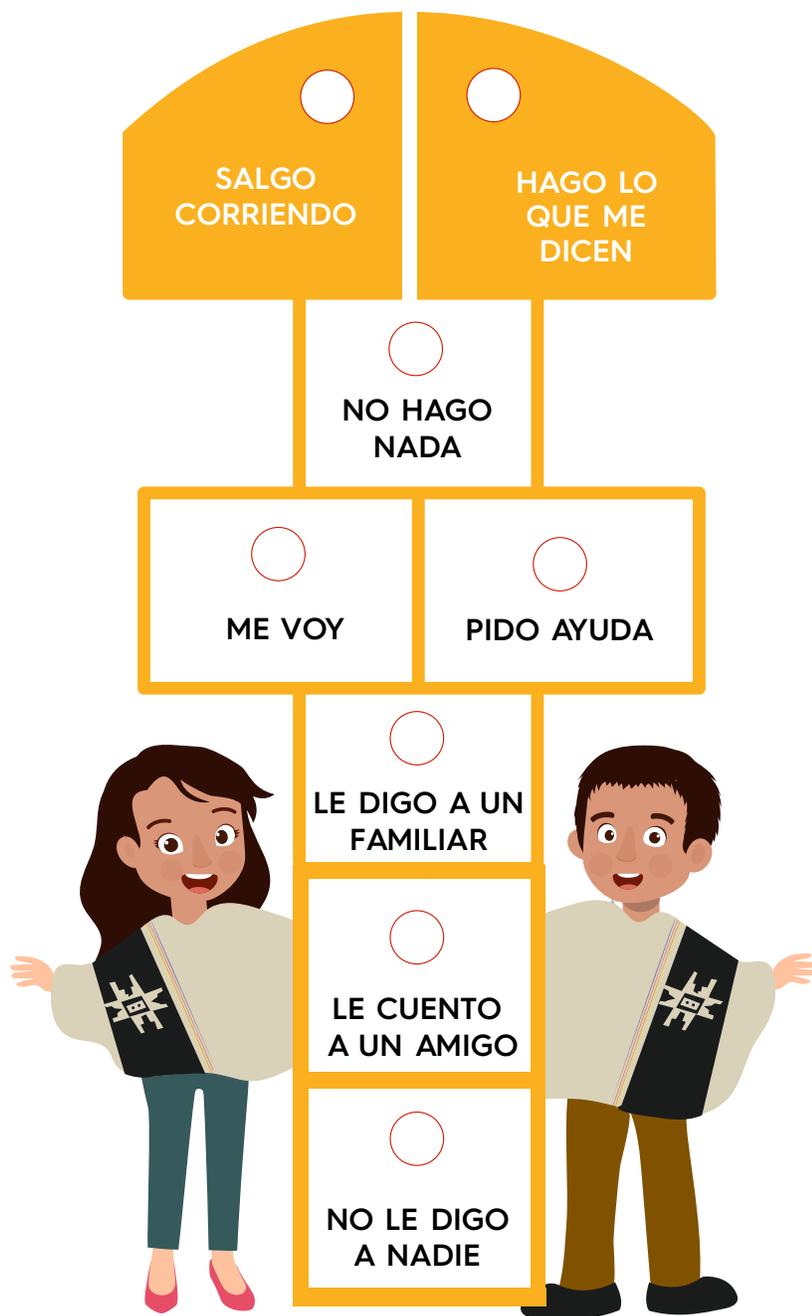


### SITUACIÓN 5

Un grupo de personas en el parque venden diferentes sustancias que ponen a las personas descontroladas, unos amigos querían comprar una de esas sustancias para probar, a pesar de que todos saben que no son buenas para el cuerpo ¿qué harías?



2. En la rayuela o golosa de la protección señala qué decisión o actitud tomarías frente a cada situación:



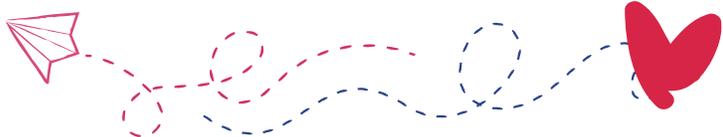
3. Justifica tus respuestas:

Situación 1: \_\_\_\_\_

Situación 2: \_\_\_\_\_

Situación 3: \_\_\_\_\_

Situación 4: \_\_\_\_\_



### **PEDIR AYUDA TAMBIÉN ES UNA OPCIÓN Y UN DERECHO**

Todas las personas tenemos problemas, a veces conocemos la solución pero a veces no y necesitamos buscar a alguien que nos pueda dar un consejo o ayudar frente a una situación. A veces sentimos que nadie puede ayudarnos, o nos da pena pedir ayuda porque no queremos incomodar a los demás.

#### **Cuando los niños y niñas sufren alguna vulneración de sus derechos:**

Siempre hay alguien que puede escucharnos y protegernos, en la familia pueden ser nuestros padres, abuelos, hermanos o hermanas, es decir, aquellas personas que consideramos que son de nuestra familia y que sabemos que nos aman, pero si por alguna razón ellos no nos creen, o son ellos mismos quienes nos hacen daño podemos buscar a alguien más que nos apoye.

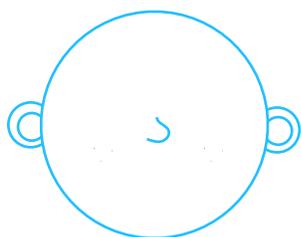


# Tiempo de Compartir

¿Cuál es la expresión de mi rostro?

Completa los dibujos, expresando cómo te sientes cuando estás en algunos lugares o con algunas personas y lo que piensas en ese momento:

## Quando estoy en mi casa



¿Qué pienso? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

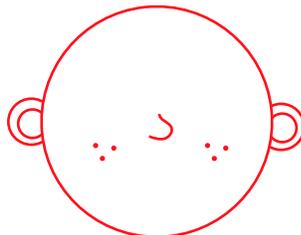
## Quando estoy con mis amigos



¿Qué pienso? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

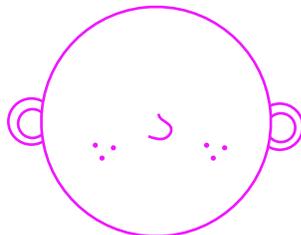
## Quando estoy en el colegio



¿Qué pienso? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Quando estoy en el veredas o resguardo



¿Qué pienso? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



2. Diligencia la siguiente hoja amigable si tu u otra persona está pasando por una situación de riesgo, para que juntos encontremos una solución y apoyo adecuado. La información que proporcionas es totalmente confidencial así que no tienes por qué preocuparte o temer. ¡NO estas solo o sola!

Si diligencias la hoja amigable es importante que envíes una fotografía a tu persona de confianza, facilitador o facilitadora de manera rápida, de esta manera te podremos ayudar a solucionar cualquier situación de violencia o vulneración de derechos que se esté presentando.

## Hoja amigable para que informemos sobre las situaciones de vulneración de derechos

Mi nombre es: (opcional) \_\_\_\_\_

Fecha de hoy:

Escribiré una historia que: \_\_\_\_\_

Me pasó a mí       Le pasó a otro niño, niña o adolescente

Tengo \_\_\_\_ años y quiero reportar una situación de vulneración que se resume en el siguiente relato:

La situación es: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Esto ha afectado a: (nombres de los niñas o adolescentes que viven esta situación)

\_\_\_\_\_

Y el/la responsable de esta situación (nombre de la persona responsable del abuso, maltrato vulneración) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Esta situación está ocurriendo desde (¿cuánto tiempo?)

\_\_\_\_\_

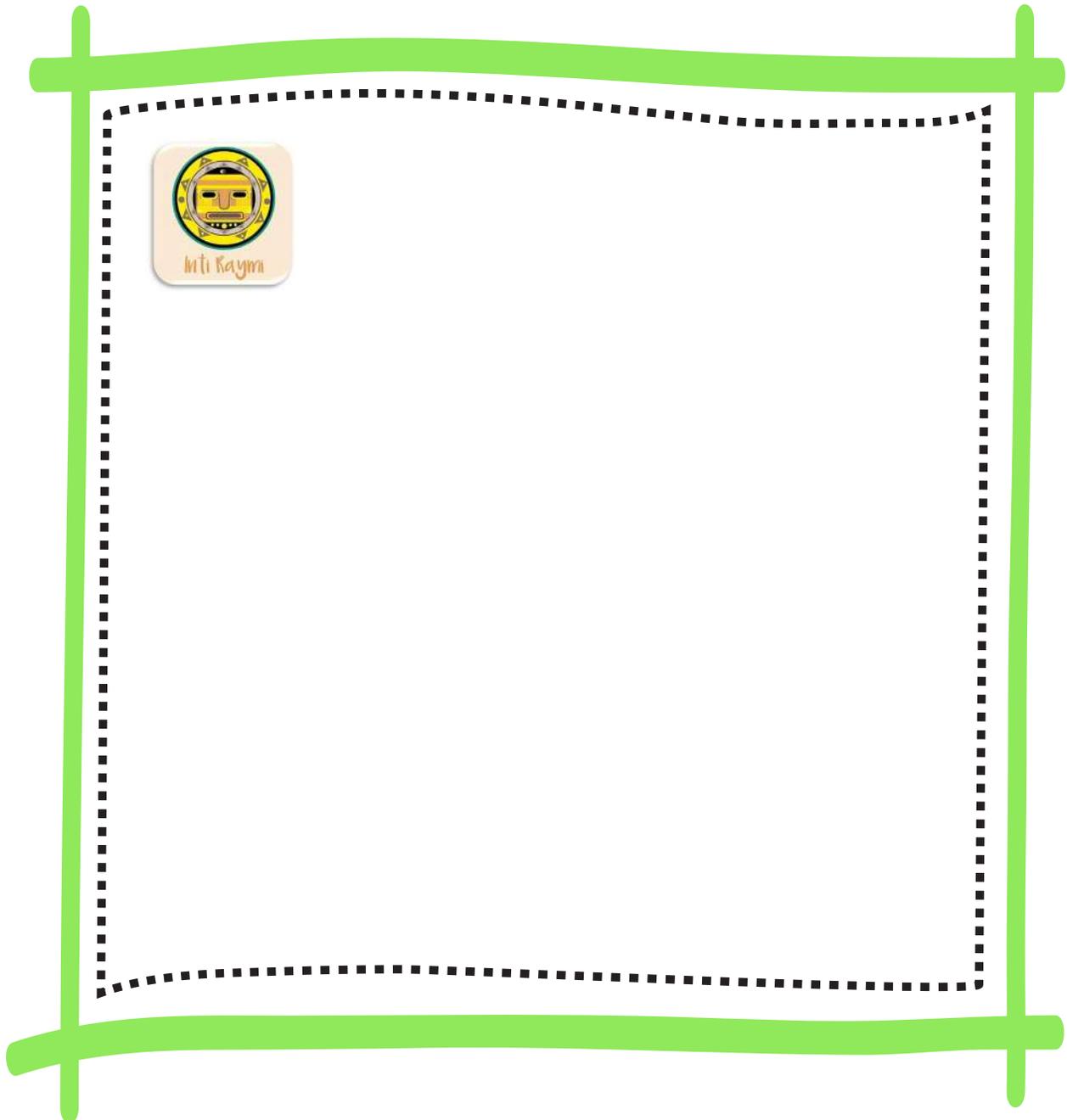
Ya había pedido ayuda alguien?       SI       NO ¿a quién? \_\_\_\_\_

Quiero expresar también que \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Nuestra madre tierra (Pachamama en lengua quechua), está en riesgo o peligro y por ende nosotros sus habitantes también. En el mes de junio los pueblos originarios de América Latina inician las celebraciones de la Madre Tierra para agradecer con rituales ancestrales la generosidad de sus frutos. Sin embargo, la mayor parte del mundo aún ignora que vamos dirigidos hacia un colapso climático, sanitario y social si no tomamos conciencia ambiental.

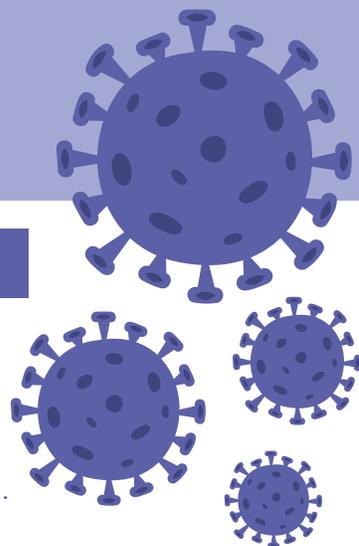
3. Con la ayuda de un familiar escribe o dibuja un mensaje que invite a la concientización ambiental.



The image shows a large green rectangular frame with a dashed black line inside, intended for writing or drawing a message. In the top-left corner of the dashed area, there is a small circular logo featuring a yellow sun face with the text "Inti Kayma" below it.



# COVID-19



## ¿CÓMO PUEDO PROTEGERME?



Lava tus manos de forma frecuente con agua y jabón o soluciones alcohólicas.



Evita tocarte la cara, las mucosas son las vías por donde puede entrar el virus.



Utiliza pañuelos desechables para toser o estornudar y evitar propagar secreciones.



Limpia y desinfecta los objetos y superficies que suelen ser muy utilizados.



Evita el contacto con personas contagiadas o que presenten síntomas.

## ¿CÓMO ME SENTÍ?



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada

¿Qué te parecieron las actividades? Marca con una X tu respuesta y comenta por qué:

---

---



## LA IGUALDAD DENTRO DE NUESTRA DIFERENCIA

Objetivo	Capacidad/Habilidad
Identificar y reconocer la diversidad presente en el territorio.	Pensamiento Analítico-Reflexivo.

### **A** Sabías que...

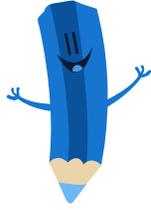
El **derecho a la igualdad** es que todos los niños, niñas y adolescentes tengan la oportunidad justa de vivir y crecer en un ambiente sano sin distinción de origen, etnia, color, género, idioma, religión, opinión política o cualquier otra condición.

Disfrutando de todos los derechos como por ejemplo la educación, salud, recreación, protección, entre otros y que los países garanticen que todos y todas tengan acceso a estos.



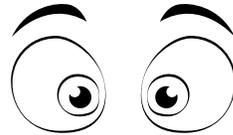
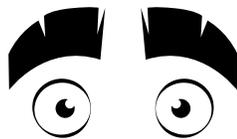
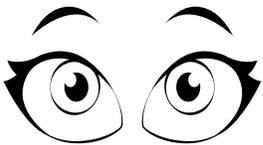
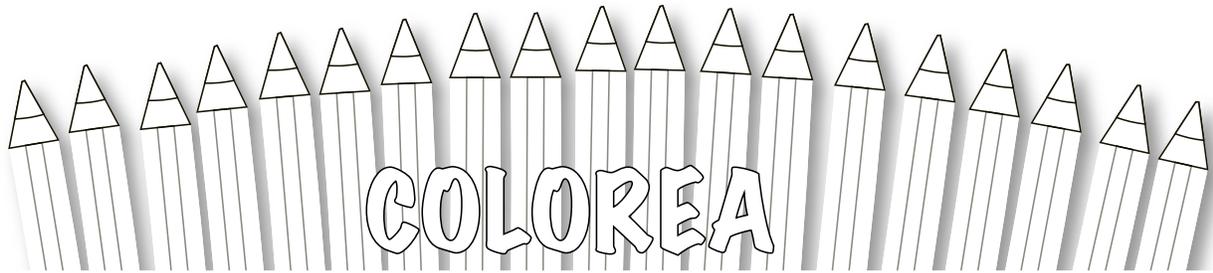
Sin embargo, dado que solo se puede dar un trato igual entre iguales, se justifica un trato diferente para quienes se encuentran en condiciones de mayor vulnerabilidad, con el fin de lograr de manera efectiva la igualdad. Es necesario implementar acciones acordes con las necesidades, diferencias y desigualdades de los niños, niñas y adolescentes.

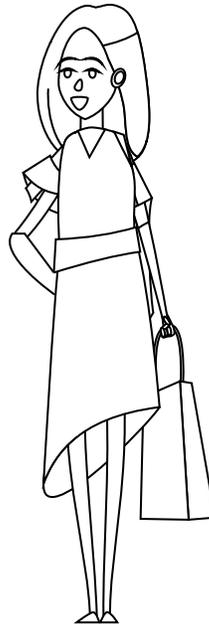
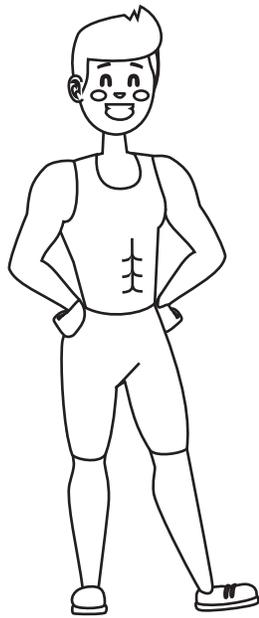
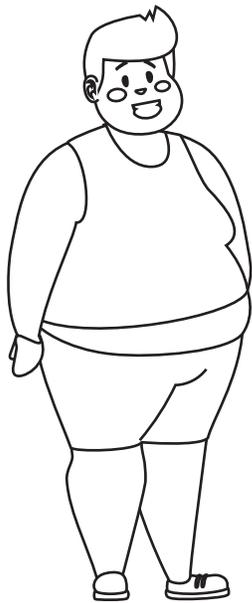
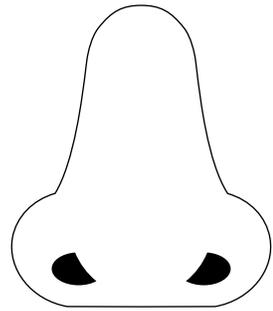
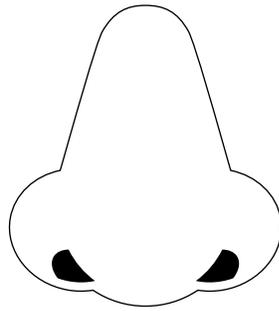
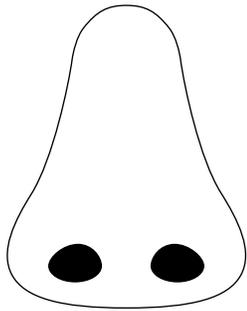
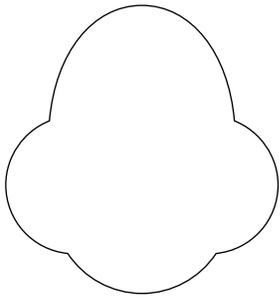
B



# Manos a La Obra

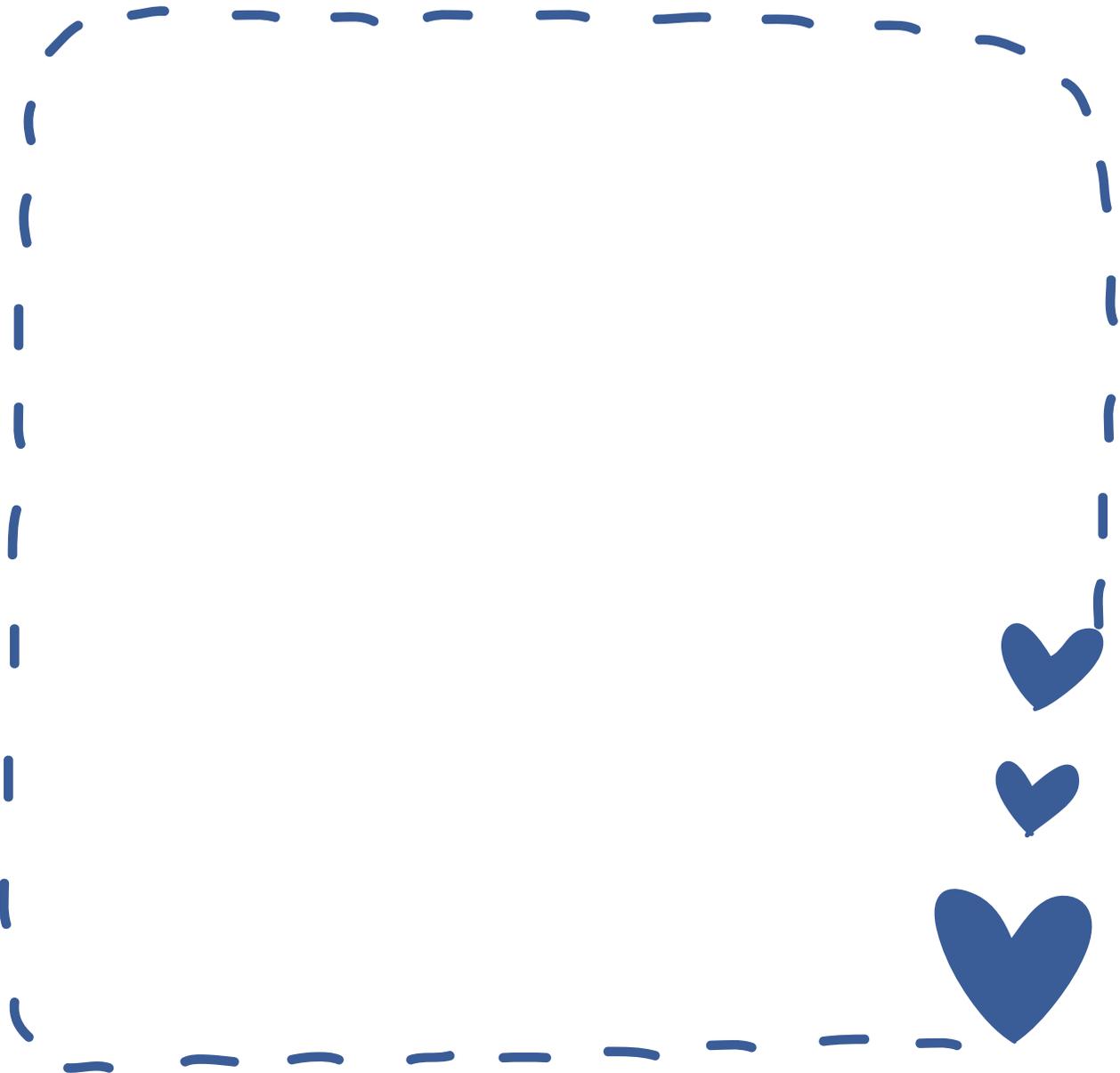
Todos somos iguales dentro de nuestras diferencias, por esto, en una de las siguientes imágenes encontrarás varios dibujos de diferentes tamaños y características que representan el cuerpo humano. Píntalas todas distintas, puede ser según tu aspecto personal o según características de personas diferentes a ti, reconociendo la diversidad física de las personas.





Ahora dibújate de cuerpo entero y resalta todas tus características físicas y alrededor escribe o dibuja con símbolos las cualidades y aspectos que tienes por mejorar, recordando que eres un ser muy especial y que tienes los mismos derechos ante la ley. Puedes resaltar en tu autorretrato, origen, etnia, color, género, idioma, religión o cualquier otra característica personal.

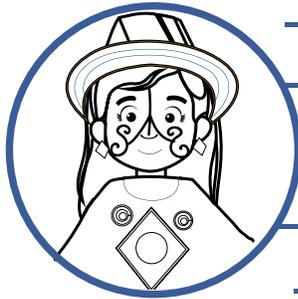
### AUTORRETRATO



Con ayuda de un adulto lee, colorea y responde las preguntas correspondientes al tema de multiculturalidad que tratará en los siguientes textos.

### ¿QUÉ ES LA DIVERSIDAD CULTURAL?

En nuestro territorio hablamos con “quechuismos”. Por ejemplo, a los niños les decimos guaguas, al frío le decimos achichay, cuando damos gracias decimos pay.



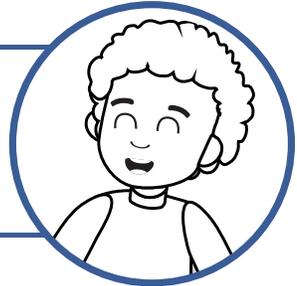
QUECHUISMO: es una palabra de origen Quechua una lengua original nativa del territorio con o sin modificaciones y utilizadas en el presente junto con el español.



En nuestra comunidad, cuando alguien muere después de un año ofrendamos comida, música y elementos personales de la persona que se recuerda.



Cuando alguien fallece mi comunidad baila y festeja para que el alma de vaya tranquila y las personas que quedamos la recordemos con alegría. También cuando alguien nace cantamos con arrullos.



En mi comunidad la salud se trata con medicina tradicional, con plantas medicinales y otros elementos de la naturaleza. Para nuestro pueblo la tierra es sagrada y le decimos la Pachamama.



En mi casa tenemos la costumbre de salir los domingos a la ciclovía.



En mi comunidad se realizan celebraciones religiosas.





Escribe una costumbre de tu familia.

---

---

---

---

---

---

---

---

Tu comida tradicional favorita.

---

---

---

---

---

---

---

---

La actividad que más disfrutan realizar en familia cuando están en casa.

---

---

---

---

---

---

---

---

### MENSAJE

Las personas y los pueblos tenemos diferentes formas de ser, diferentes lenguas, creencias, costumbres y valores. Debemos ser respetuosos de la diversidad cultural. Las diferencias nos enriquecen a todos.



# Tiempo de Compartir

La tierra nos puede mostrar que la diferencia es especial, como los productos **misios** que pueden ser una oca, haba, un maíz, una calabaza, una papa, una ruana y que tienen una característica singular y son de dos colores diferentes a los demás. Este producto se vuelve especial para **compartir** con otra persona a quien se quiera **misiar**, recreando la reciprocidad de nuestra comunidad andina, en la que el **miariado devolverá** en un próximo momento con otro producto. Esta práctica tradicional es la más antigua de nuestro territorio.

**MISIAR:** Es compartir o realizar un detalle junto con un producto misio. A través de este acto bendecimos y comprometemos a la otra persona para que el próximo año devuelva el detalle junto con otro producto misio.

¿Has escuchado hablar del misio?

---

---

---

---

Pregúntale a una persona mayor de tu familia o comunidad si lo han practicado, con qué producto y de qué manera.

---

---

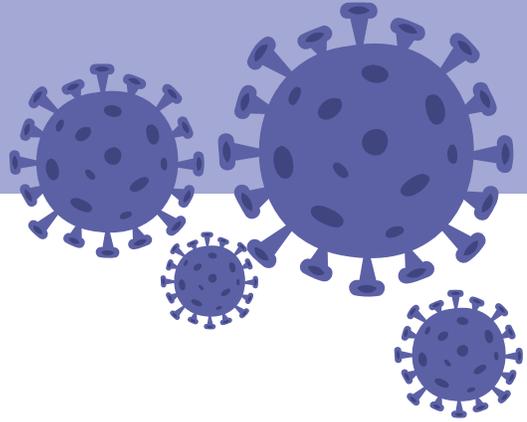
---

---

---



# COVID-19



**¡RECUERDA!**



Mantenernos en casa nos protege a nosotros pero sobretodo a los más vulnerables, como son nuestros mayores y personas con enfermedades previas.

Restringe tus salidas a lo estrictamente necesario como son la obtención de alimentos y productos de necesidad. Usa siempre una mascarilla y cubre bien boca y nariz.

## ¿CÓMO ME SENTÍ?



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada

¿Qué te parecieron las actividades? Marca con una X tu respuesta y comenta por qué:

---

---

# RECONOCIENDO Y PREVINIENDO LA VIOLENCIA

Objetivo	Capacidad/Habilidad
Identificar los diferentes tipos de violencia que reconocen los niños, niñas y adolescentes en su territorio, para que puedan prevenirlas y protegerse.	Reconocer riesgos y amenazas que se pueden presentar en el entorno.



## Sabías que...



**B**



## Manos a La Obra

Hay relaciones que establecemos día a día con otras personas y hay actitudes que puedan debilitarlas como (chisme, mentiras, ignorar a la otra persona, agresiones, peleas) o que pueden fortalecerlas o mejorarlas (buena comunicación, respeto, diálogo, escucha). Identificar los riesgos a los que nos encontramos expuestos como comunidad, nos ayuda. A pensar en que podemos hacer para prevenir y darle manejo a esas situaciones que pueden comprometer nuestra salud y bienestar.

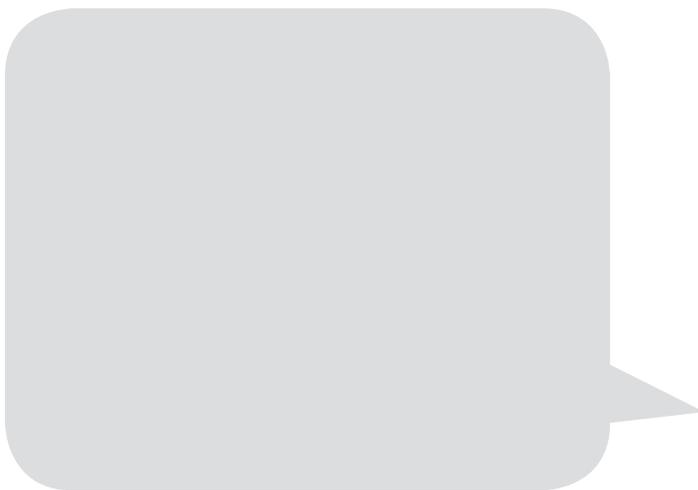


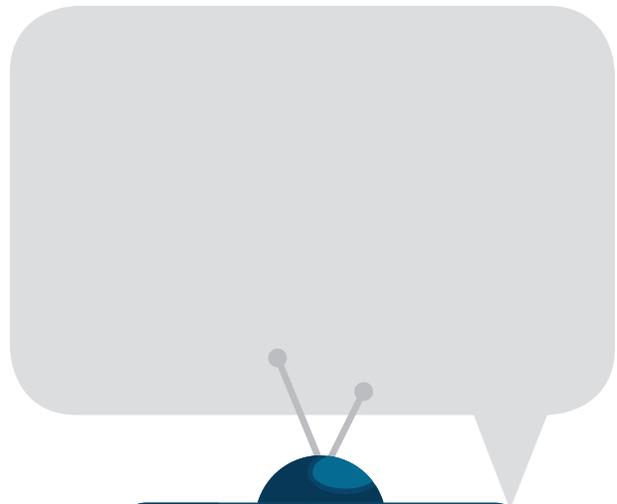
- Realizo un mapa de mi región identificando los lugares más importantes de mi territorio y luego identifico las imágenes que están en la otra hoja las recorto y las pego en los lugares en los que se podrían dar estas situaciones.

### Anexo I:

Al final de la unidad encontrarás este anexo

Algunos medios de comunicación como la radio, la prensa escrita o la televisión nos dan información. Elige tres noticias que hayas escuchado, leído o visto sobre situaciones de violencia y represéntalas en estos tres medios.





En las siguientes burbujas encontrarás pequeñas historias de diferentes situaciones de violencia, que posiblemente se pueden recrear en nuestros entornos, debes poner mucha atención ya que estas historias se encuentran en desorden, tu misión será organizar la historia, **los signos de puntuación serán clave para organizarla.**

- En la segunda burbuja debes proponer situaciones o soluciones totalmente contrarias en las que la violencia se eliminaría por completo.

“lo que me hace sentir peor que la golpiza misma. - Mi padre me golpeó - Ahora todo el vecindario me molesta por esto, - frente a todo el vecindario - por jugar cartas con mi primo.”

---

---

---

---

---

---

---





“- pensé que estaba embarazada de mi padre. - Cuando tenía doce, ‘¿Cómo voy explicar esto a la gente?’. Tenía 12 años. - Consideré el suicidio porque me decía, - Nadie iba a creerme”.

---

---

---

---

---

---

---

“En ciertas celebraciones, - esto genera incomodidad, miedo e inseguridad en la comunidad. - hay algunas personas que se pelean cuando empiezan a consumir alcohol,”

---

---

---

---

---

---

“- Algunos niños, niñas y adolescentes cuidan de sus padres - Algunos de nuestros padres se pelean frente a nosotros, - Algunos de nuestros padres regresan a casa borrachos siempre y no cuidan de nuestras necesidades físicas,- causándonos dolor y preocupación. - emocionales y nutricionales. - y hermanos porque los padres no son responsables”.

---

---

---

---

---

---

---

---



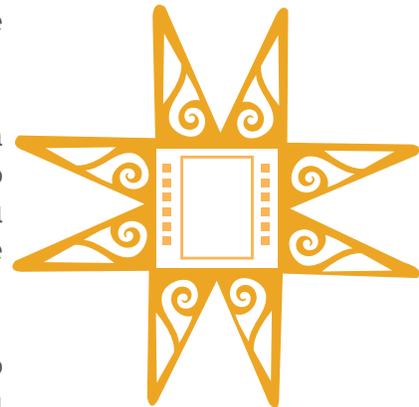
## Tiempo de Compartir

Como hemos visto en esta actividad las situaciones de violencia observadas nos permiten reflexionar acerca de conocimientos que se pueden utilizar para minimizar este tipo de actuaciones.

Los Pastos se basan en diversas lecturas del mundo en las que representan tres dimensiones que son: el mundo de arriba que es la lectura del cosmos, la del medio es la lectura del territorio en el que se vive y el de abajo que es el espacio de los ancestros.

La combinación de estas tres lecturas forma el símbolo ancestral del Sol al que le atribuyen ocho principios de la vida comunitaria del indígena en cada una de sus puntas.

### SOL DE LOS PASTOS



**Estos principios son:** El comunitario, la espiritualidad, la reciprocidad, la dualidad, el principio de la familia, el de la gobernabilidad y la autoridad, el principio del equilibrio armónico y el principio de la sacralidad. Estos mismos principios hacen parte de las soluciones para mantener una sociedad libre de violencias, ya que invita a equilibrar la vida individual y colectiva.

Resalta con un color cuáles son los principios que son desconocidos para ti y cuáles serían los significados que le podrían dar.

---

---

---

---

---

---





En tu **kit protector** encontrarás un juego de canicas. Si has jugado alguna vez te darás cuenta que en un juego se ubican comúnmente de esta manera (según el símbolo de los Pastos) solo que en líneas imaginarias. Invita a tu familia a jugar y esta vez pueden plasmar este símbolo en la tierra, con una tiza, un carbón o ladrillo y ubiquen las canicas para jugar este juego tradicional.

# COVID-19



## ¡RECUERDA!



**Recomendaciones** para el miembro de la familia que sale.

- ▶ Antes de tener contacto con tu familia, cámbiate de ropa, y lávate bien las manos.
- ▶ Mantén separada la ropa de salida de las prendas personales.
- ▶ Al volver de la calle, báñate con abundante agua y jabón.

## ¿CÓMO ME SENTÍ?



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada

¿Qué te parecieron las actividades? Marca con una X tu respuesta y comenta por qué:

---

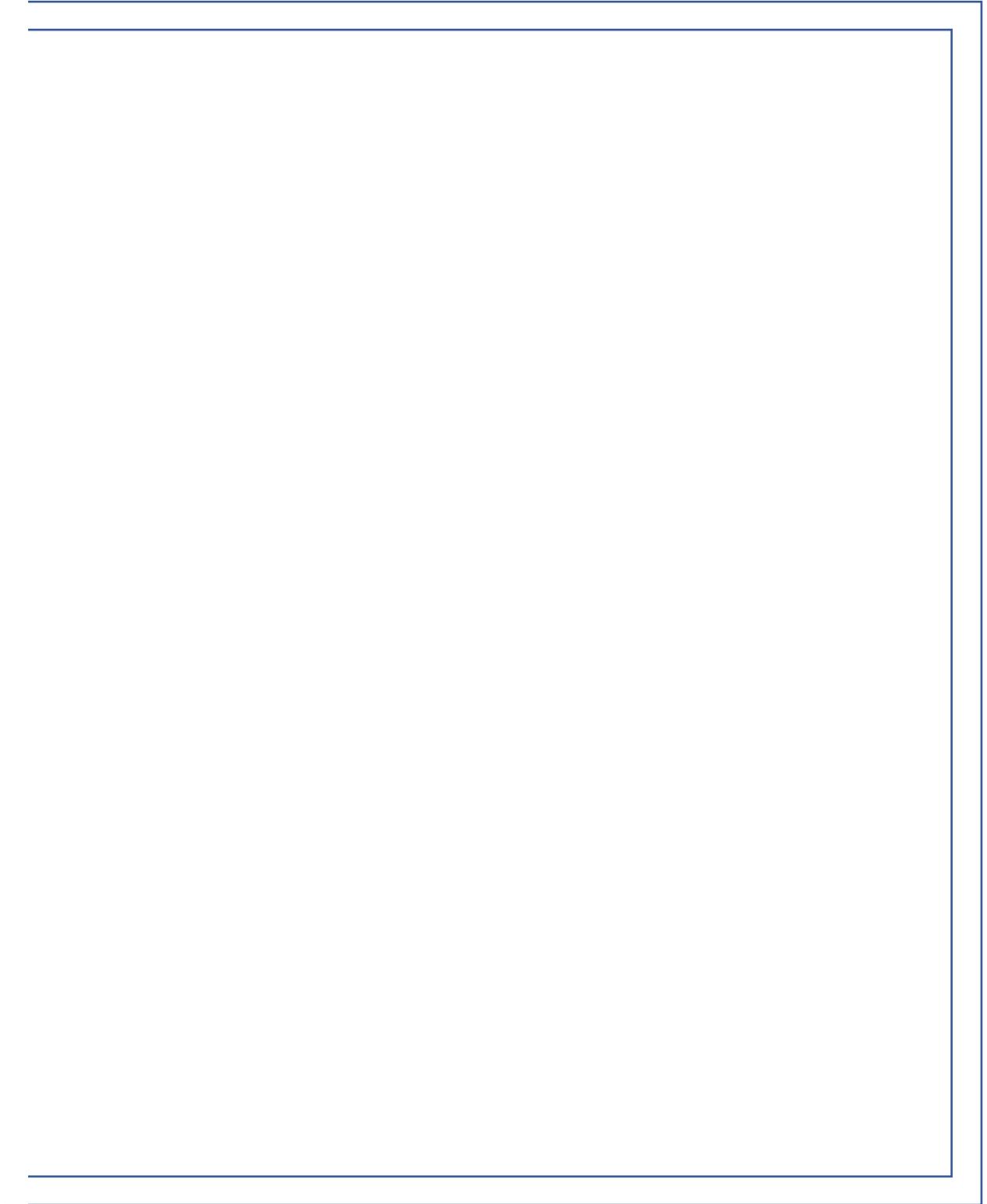


---

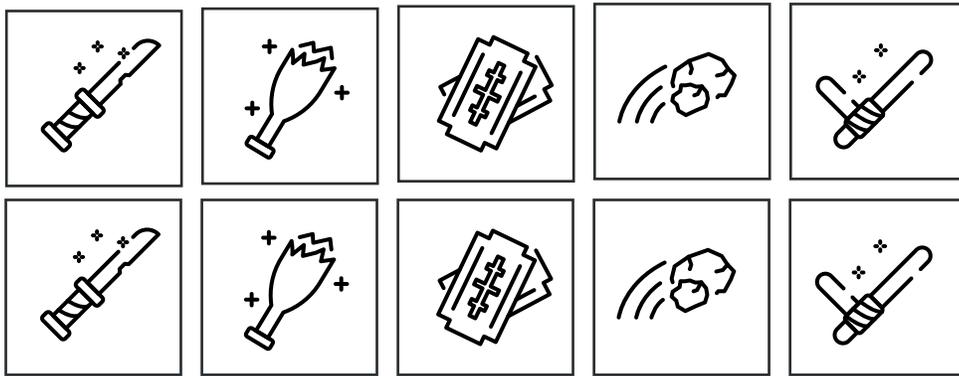
# ANEXOS

## ANEXO 1

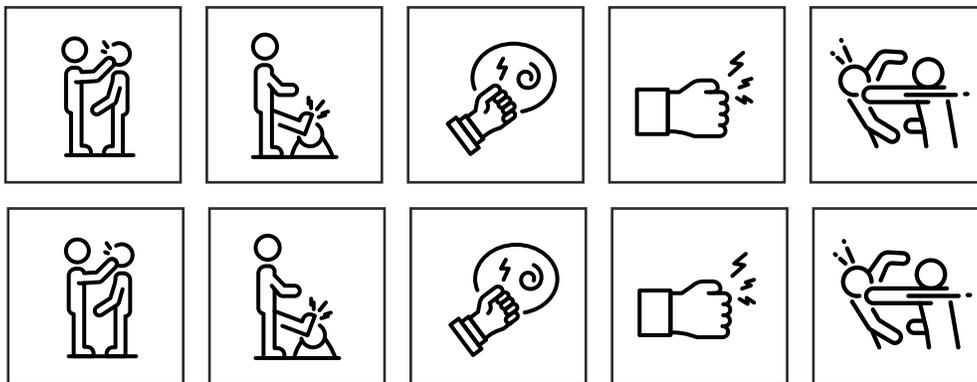
MAPA



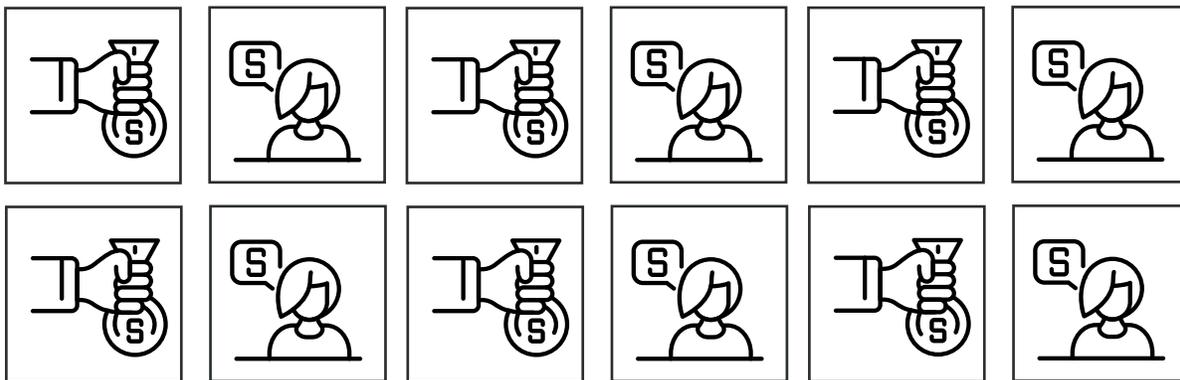
VIOLENCIA ARMADA:



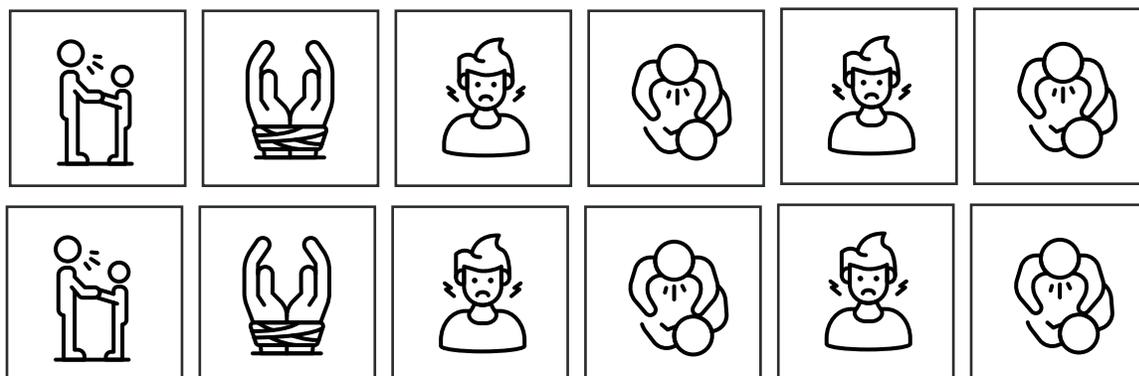
VIOLENCIA FÍSICA



VIOLENCIA ECONÓMICA

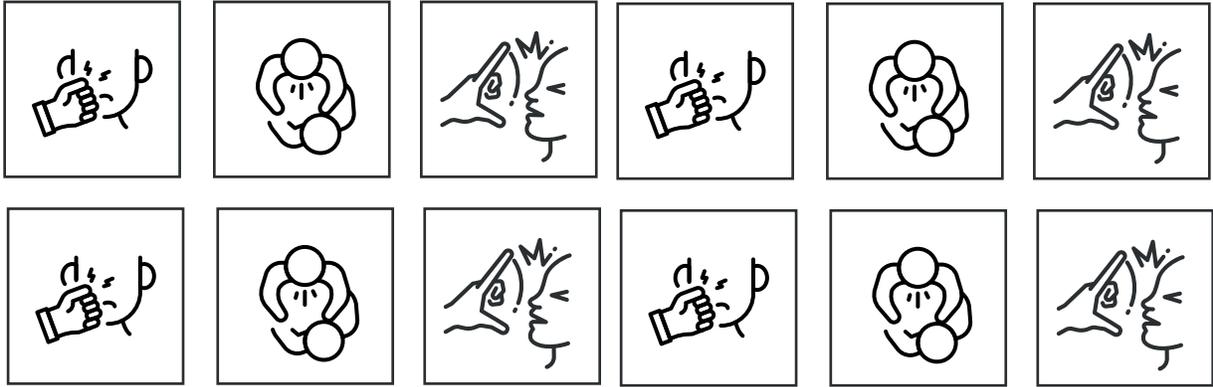


VIOLENCIA SEXUAL

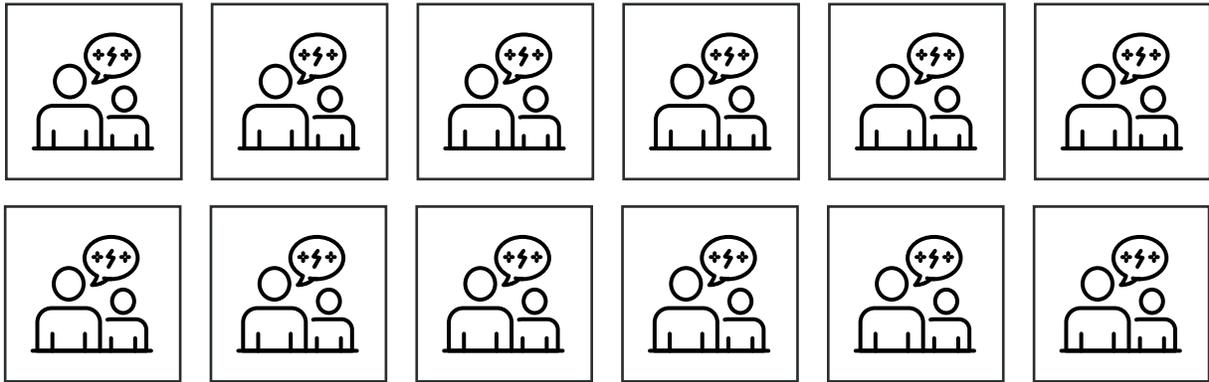




## VIOLENCIA DOMÉSTICA



## VIOLENCIA PSICOLÓGICA



# UNIDAD 3

## EMPODERÁNDONOS

Dentro de nuestros territorios existen un sinnúmero de manifestaciones culturales y saberes milenarios que expresan la variedad étnica, tradiciones, espiritualidad, usos, costumbres y formas de vida de su comunidad. Finalmente, por la dificultad de pronunciación de la expresión Panán, los españoles bautizaron el territorio con el nombre de Panán así también encontramos que en cada resguardo su esencia identidad e historia fue sembrada a lo largo del tiempo por grandes líderes lideresas, sabedores y sabedoras representativos. Te daremos a conocer dos personajes históricos del pueblo de los Pastos.

Pregúntale a tu familia la historia de alguna líderesa o sabedora representativa de su región



Representación de María Panán Cacique del Resguardo Indígena de Panán.  
Elaborado por el estudiante: **Yimy Cuasquer** I.E Técnica Agropecuaria Indígena Panán

Doña María Panán, Cacique del pueblo de Panán mujer luchadora, sabedora y perspicaz quien defendió su territorio a la llegada de los españoles. María Panán tomó liderazgo viajando durante tres largos meses a San Francisco de Quito para pronunciarse ante el Rey de la corona de España a través de un memorial en el cual solicita se les respeten sus tierras.

Finalmente, por la dificultad que tenían los españoles para pronunciar "Panal" tomaron el apellido de la cacique de Panam a Panán y es con este último que bautizan el territorio.

Juan Chiles, indígena del pueblo de Cumbal, de la parcialidad de Nazate ayllu de Chiles. La memoria comunera lo recuerda como un hombre poderoso, sabio sin fronteras. "Cuando entraba a La laguna Verde salía toro, también se hacía tigre y andaba por Mundo Nuevo, Cascarillo, el Tambillo, el Tambo, el Gritadero, Chuchala, Marpi y Mayasquer por esos Montes bufaba como buey y cuando llegaba a la casa entraba por la tronera como un gatazo" Juan Chiles o también conocido como Ruani Colorado.



Representación de Juan Chiles Cacique del Resguardo Indígena de Chiles  
Elaborado por la estudiante: **Anita Lisbeth Irua** I.E Nuestro Señor del Río

## MI OPINIÓN CUENTA

Objetivo	Capacidad/Habilidad
Promover espacios de participación en cada uno de los entornos donde se desenvuelven los niños, niñas y adolescentes.	Pensamiento crítico y reflexivo/ Tomar decisiones responsables.



La participación infantil es uno de elementos más importantes para asegurar el respeto de las opiniones de los niños, niñas y adolescentes. Se plantea que todos y todas tienen derecho a ocupar un papel activo en su entorno. Además, el ejercicio de este derecho permite el cumplimiento de otros derechos de la infancia.<sup>1</sup>

**ROBERT HART:** “La participación es la capacidad para expresar decisiones que sean reconocidas por el entorno social y que afectan a la vida propia y/o a la vida de la comunidad en la que uno vive”.



**La participación** es un derecho que tienen todos los niños, niñas y adolescentes, que está recogido en la Convención sobre los Derechos del Niño (1989). Éste hace referencia a un tratado internacional más ratificado de la historia y recoge los Derechos Humanos inherentes a las personas menores de 18 años en todo el mundo.



### Y TÚ ¿CÓMO PARTICIPAS?

La participación es importante porque permite que puedas tomar decisiones, además te ayuda a que seas propositivo y aportes soluciones frente a cualquier situación que se presente en tu entorno. Recordemos que hay diferentes entornos en los que podemos participar, por ejemplo, el familiar, el escolar, el municipio, el comunitario y el institucional que pueden ser Alcaldía, resguardo, centro de salud, grupo cultural o deportivo, entre otros.

Con recortes de revistaS, periódicos o por medio de dibujos, cuéntanos cómo participas en estos entornos de tu vida:

<b>FAMILIA</b>	
<b>COLEGIO</b>	





COMUNIDAD	
INSTITUCIONAL (Alcaldía, resguardo, centro de salud, grupo cultural o deportivo)	



## ¡TENGO UNA PROPUESTA!

Es importante que como habitantes de un lugar, no solo pensemos en los problemas, sino también en las soluciones que podemos dar.

A continuación, habla con tu familia y plantea una situación que te preocupe en tu comunidad ya sea en temas de salud, educación, política y seguridad. Después, piensa qué propuestas puedes hacer para mejorar el barrio, vereda o resguardo. Si no conoces de ninguna problemática, crea una que hayas escuchado en la televisión o en la radio y dale una solución.

MI PROPUESTA	
<b>SITUACIÓN PREOCUPANTE:</b>	
¿Quién propone?	
¿A quién va dirigida la propuesta? (alcaldía, junta de acción comunal, vecinos, municipio, resguardo, centro de salud, grupos culturales o deportivos, etc.)	
¿Cómo se llama la propuesta?	
¿Qué tipo de propuesta es? (obras, campañas actividades y programas: actos, actividades puntuales, talleres, ciclos, jornadas, sesiones, etc.)	
¿Qué se va proponer y dónde se va a realizar la propuesta?	





## Tiempo de Compartir

### ¡LLEGÓ EL MOMENTO JUGAR!

¡Comparte en familia! Llegó la hora de jugar con las personas que estén en casa.

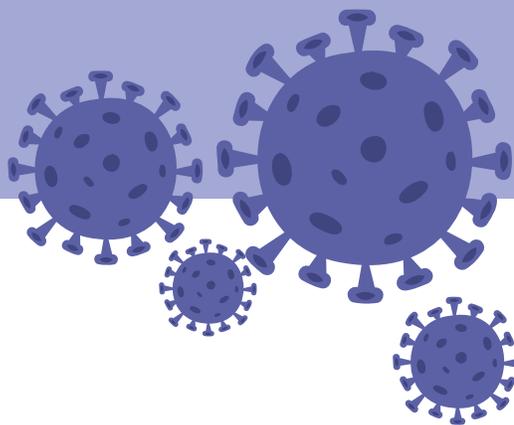
¿Cómo se juega?

1. Esta actividad es un juego de mesa. Los participantes se deben hacer en grupo de máximo 5 personas; la meta es llegar a la carita feliz. Cada vez que los jugadores y jugadoras caigan en una de las casillas con los signos de pregunta deben sacar una tarjeta en la que aparece una pregunta si aciertan la respuesta tienen la oportunidad de volver a lanzar los dados y avanzar. De lo contrario, deben retroceder el número de casillas que diga la tarjeta.
2. Las tarjetas de preguntas se encuentran como anexo al final de la unidad. Cada pregunta contiene un tema de participación que hemos visto en esta guía, las respuestas también las encontraras como anexo al final de la unidad después de las preguntas.
3. La flecha roja indica que es el inicio del juego. Cada participante deberá entrar por esa flecha y tirar un dado para recorrer las siguientes casillas, si el dado cae en la pregunta y falla, deberá retroceder las casillas que dice la tarjeta, si no, podrá avanzar de casillas.
4. Hay dos maneras de acercarse a la meta, una de ellas es acertando en la respuesta a la pregunta de la casilla #5. La segunda manera, es acertando en la respuesta a la pregunta de la casilla #9.
5. Recuerda que tu respuesta no debe ser exacta, tu punto de vista es importante y también te dejará avanzar.
6. A continuación encontrarás el tablero para que ¡COMIENCE EL JUEGO!

#### Anexo 1:

Al final de la unidad encontrarás este anexo

# COVID-19



¿SABÍAS QUE ASÍ TE PUEDES CONTAGIAR?



SALIVA



CONTACTO DIRECTO



OBJETOS CONTAMINADOS



CONTACTO CON OJOS, NARIZ Y BOCA



## ¿CÓMO ME SENTÍ?



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada

¿Qué te parecieron las actividades? Marca con una X tu respuesta y comenta por qué:

---

---

## MIS RAÍCES

Objetivo	Capacidad/Habilidad
Desarrollar en los niños, niñas y adolescentes sentido de pertenencia a partir del reconocimiento de su identidad y su entorno.	Autorregulación/ Practicar el cuidado de lo propio.



El término identidad proviene del vocablo latín *identitas*, que refiere al grupo de rasgos y características que diferencia a un individuo, o grupo de individuos, del resto de personas. Es a partir de la identidad que las personas logran distinguirse del resto y esto depende siempre de la cosmovisión e historia propia y del contexto en el que se vive, en pocas palabras es lo que les da “Sus Raíces”. Para el pueblo Andino algo identitario es la forma de concebir el mundo, cultura e historia e interpretar la vida y a partir de esto crea prácticas para habitar el territorio, saber cultivar la chagra, conocer el comportamiento del tiempo y sus ciclos desde la ley natural, tejer, cuidar la vida, curar utilizando las plantas medicinales, conocer y respetar los lugares sagrados y preservar usos y costumbres.

Para las comunidades afrocolombianas, uno de los escenarios más importantes para la reconstrucción de su identidad se da a partir de la música y los cantos, elementos importantes en su esencia cultural y su historia, ya que en época de la colonia les fue prohibido cantar y tocar la marimba porque según los católicos se invocaba los espíritus malignos.

“Para cada territorio, su legado cultural está impregnado en las palabras que solo ellos usan, en los apellidos de su gente, en los nombres de las montañas, ríos pueblos, en la música que es el recuerdo de los trinos de los pájaros en los sabores de la gastronomía, en las festividades de los pueblos, en las solidaridades entre los vecinos y en sus amores”<sup>1</sup>

1. Colección Pumamaque, CABRERA, Ramiro. Patrimonio y memoria del Carchi Vol IV



# Manos a La Obra

Alrededor del fogón se transmiten formas de vida que no están escritas en libros sino en la memoria de la comunidad, en la historia oral de los mayores y mayores, en sus formas de vida y en sus realidades. Alrededor del fogón se hace familia.



**La tulpa:** donde la familia se sienta a conversar alrededor del fuego, brindando bebidas propias, conectándose con los espíritus en camino hacia el buen vivir.

1. Escribe una oración iniciando con cada letra de la palabra Tulpa, que exprese lo que sientes cuando te reúnes con tu familia a compartir y conversar.

T \_\_\_\_\_

U \_\_\_\_\_

L \_\_\_\_\_

P \_\_\_\_\_

A \_\_\_\_\_



**La trasmisión oral:** son todas aquellas expresiones orales culturales que se transmiten de generación en generación en la que se difunde conocimientos y experiencias a los miembros más jóvenes de las familias por medio de la palabra.

2. Cuéntanos cómo realizan en tu territorio la transmisión oral en cuanto a saberes y costumbres.

---



---



---



**“Cada pueblo tiene su ley de origen o su historia de nacimiento. Hoy queremos que conozcas como nació el Pueblo de los Pastos”**

### **LAS DOS PERDICES PODEROSAS**

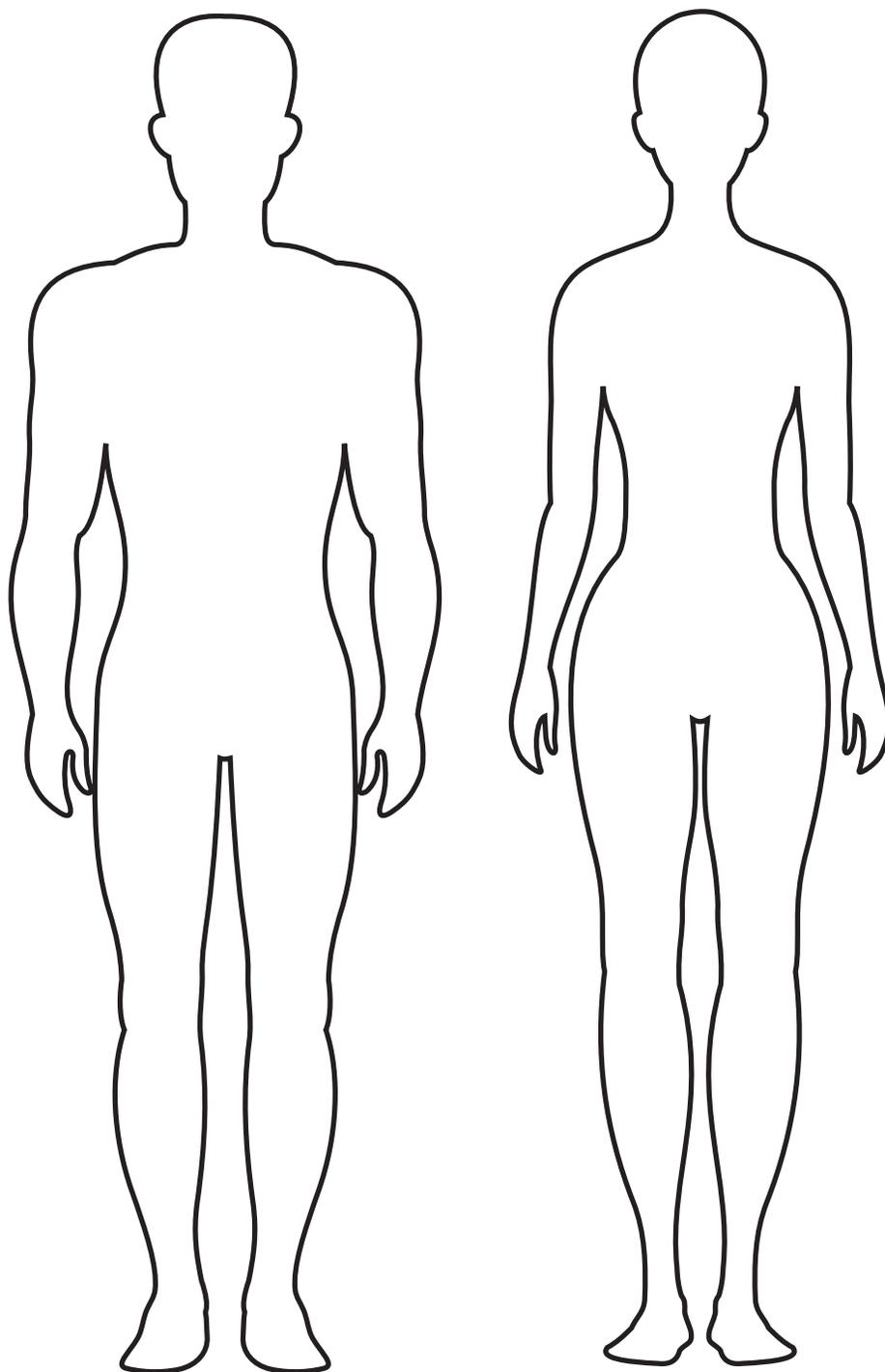
Al principio de la vida solo existía la tierra árida y plana y el cielo nublado. En el mundo del medio se encontraron dos perdices una de color negro y otra de color blanco las cuales representan la dualidad y la ley natural. Un día las perdices disputaban sobre quién era la más poderosa, la más fuerte, valiente y audaz, y entonces decidieron hacer magia para demostrar sus habilidades. Se transformaron entonces en animales, plantas y demás seres. Pasado el tiempo ninguna de las dos era la ganadora, y entonces cansadas de luchar deciden transformarse en perdices voladoras, una de ellas tomo en su pico un diente de león y dijo “volaremos muy muy alto y desde arriba lanzaremos la flor y danzando bajaremos y quién tome la flor en el último momento antes de tocar el suelo será la vencedora y se quedará en el lado de arriba del territorio y la otra se irá abajo del territorio”. Mientras la flor caía, las dos perdices poderosas, transformadoras del mundo y de la vida; bailando, bailando fueron fundando los pueblos y parcialidades, lo de arriba y lo de abajo, el fuego, el agua, la noche y el día, lo masculino y lo femenino; sobre las cordilleras lo que estaba para adentro quedó para afuera, lo de arriba quedó hacia abajo y lo de abajo hacia arriba. Finalmente la perdiz blanca en el último momento tomó la flor del diente de león y se quedó en el territorio de arriba mirando, donde hoy se conoce como el nudo de los Pastos y la perdiz negra se quedó en la parte de abajo mirando hacia la zona cálida desde Ricaurte hacia el pacífico.

**3.** Con base en la lectura anterior, recrea por medio de un dibujo la historia de origen del territorio de los Pastos o la historia de origen de tu territorio.



**“Cada territorio tiene elementos como el vestuario, que da identidad a sus habitantes y los hace diferenciarse de otros”**

A continuación, vamos a dibujar en estas siluetas cómo nos vestimos tradicionalmente en nuestros territorios, teniendo en cuenta nuestra cultura y hasta el clima de donde vivimos.



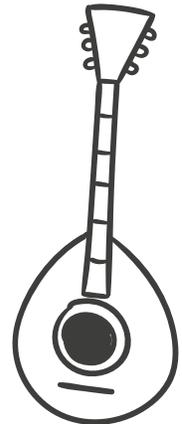
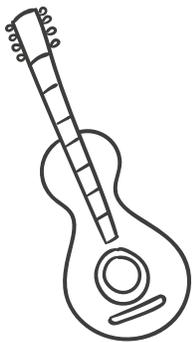


Nuestro territorio se caracteriza por su calidad y variedad en las artes, una de las más popularmente conocidas es la música y la danza que cautivan con su alegría y colorido.

5. En el siguiente cuadro dibuja el traje típico para la danza tradicional que representa a tu comunidad:



6. Por medio de dibujos representa los instrumentos musicales típicos de tu región.





## Tiempo de Compartir

Un acontecimiento muy importante que celebran las comunidades andinas es el Inty Raymi. Donde los ancestros, mayores y mayoras a partir de la observación energética y espiritual descubren la sincronía del tiempo sagrado y la naturaleza. Así el taita Sol descubre que el 21 de junio es el fin y comienzo de un año nuevo solar. Tiempo para el reencuentro, la cosecha, la payacua, el tejido, la danza y el agradecimiento.

**Queremos compartirte que la comunidad de los Pastos celebra el Inty Raymi. Cuéntanos dentro de tu comunidad cuál ceremonia o ritual celebran.**

---

---

---

---

---

---

---

---

El Resguardo indígena de Panán y el Resguardo indígena de Chiles se caracteriza por sus mujeres y hombres tejedores que han transmitido este saber de generación en generación...

### ¡SORPRESA!

En esta oportunidad queremos recrear los saberes del tejido y unirlos con ideas actuales reflejados en una manilla que elaborarás con tus habilidades. Ponle tu propio estilo.



Dentro de tu **kit protector** encontrarás hilos de diferentes colores para que tejas una manilla como más te guste.

Si tienes en casa alguna persona que te oriente a realizarla, haz uso de la palabra y saberes para que sea un trabajo en equipo.





## ¡VAMOS, INTÉNTALO!



1. Elige dos hilos de los colores que más te gusten, con los dos hilos del medio toma la medida de tu muñeca y sobre esta base tejerás tu manilla.



2. Realiza el nudo con uno de los hilos, forma una U por delante de los hilos del medio y saca la punta.



3. Aprieta ligeramente como se muestra en la imagen.



4. Ahora toma el hilo del otro color y realiza el mismo procedimiento formando una U y sacando el hilo hacia el otro lado.



5. Repite este proceso hasta formar tu manilla.

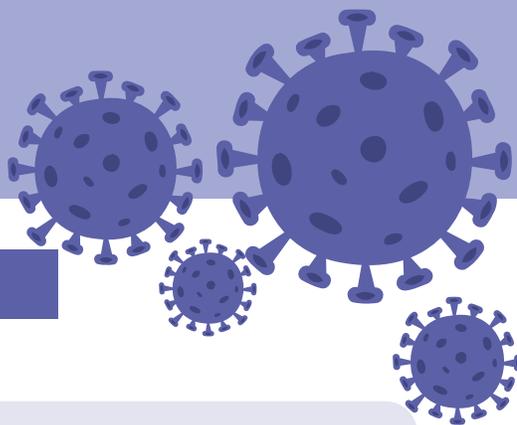


6. Finalmente realiza un nudo con todos los hilos de tu manilla y pide la ayuda de un adulto para cortar las puntas y rematarlas con un fósforo.



7. Utiliza tu imaginación y crea manillas de diferentes colores.

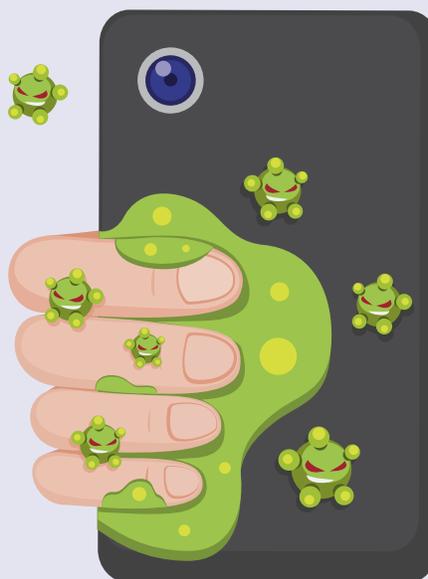
# COVID-19



## CÓMO PREVENIRLO

Mantén limpios tus dispositivos y no los lleves al baño.

Desinféctalos constantemente y lávate la manos.



### ¿CÓMO ME SENTÍ?



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada

¿Qué te parecieron las actividades? Marca con una X tu respuesta y comenta por qué:

---

---



## PARTICIPAR NOS PERMITE CRECER EN COMUNIDAD

Objetivo	Capacidad/Habilidad
Motivar a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes para fortalecer sus capacidades de liderazgo y participación activa.	Tomar decisiones responsables.



Una forma de fortalecer el liderazgo es permitir que los niños, niñas, adolescentes y jóvenes tengan espacios de participación donde puedan aprovechar la riqueza cultural de sus territorios o comunidades, ya sea en el cabildo, consejo comunitario u otro espacio donde se les dé la oportunidad de participar activamente.

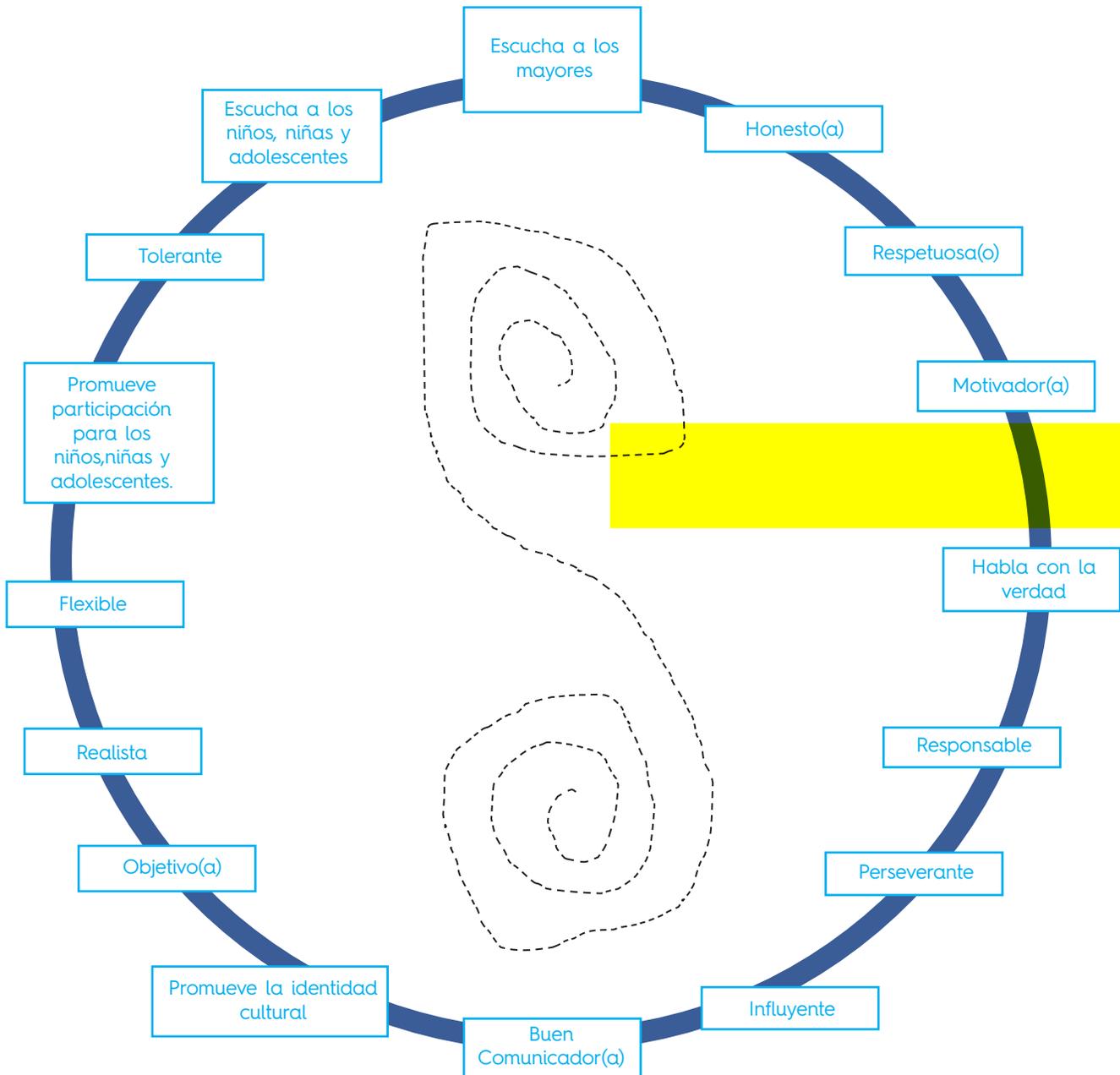
Es por ello que, en las instituciones educativas de los territorios indígenas, se está implementando el SEIP (Sistema Educativo Indígena Propio) para promover y fortalecer los saberes propios de pervivencia cultural como la conformación del Cabildo Estudiantil como forma de liderazgo y participación generando así la posibilidad de proteger y transmitir su cosmovisión saberes y costumbres en sus territorios.





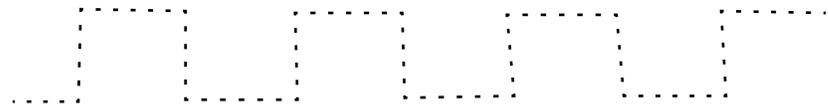
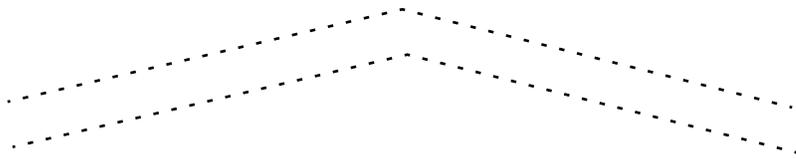
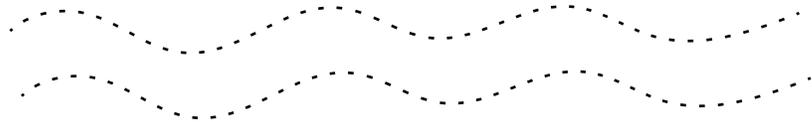
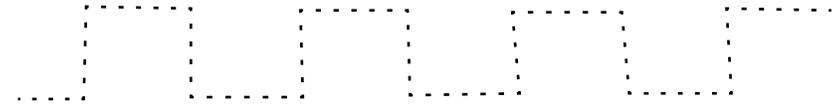
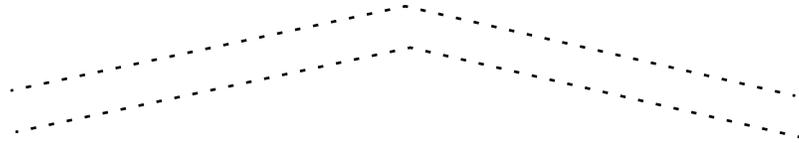
# Manos a La Obra

Teniendo en cuenta la información adquirida anteriormente, selecciona y colorea a tu gusto las cualidades que representen a los líderes y lideresas de tu territorio o comunidad.





Ahora selecciona los elementos que crees representan a los líderes y lideresas de tu comunidad y luego con los colores de tu preferencia une las líneas que correspondan.





## Observemos las siguientes diferencias

Liderazgo	Participación
 <p>Es el conjunto de capacidades que una persona tiene para influir en un grupo o equipo determinado, haciendo que este equipo trabaje con entusiasmo en el logro de metas y objetivos.</p>	 <p>Es un derecho que sirve para intervenir en los asuntos de interés común dentro de cualquier comunidad, institución o entidad pública, logrando influir en la toma de decisiones en beneficio comunitario.</p>

¿De qué forma participas en tu territorio o comunidad?

---



---



---

“El liderazgo y la participación son claves para la construcción democrática desde el pensar, sentir y actuar en el territorio y la comunidad.”

Recorta las piezas de este rompecabezas y descubre la imagen relacionada con el tema “liderazgo y participación”.

**Anexo 2:**  
Al final de la unidad encontrarás este anexo

**¿Quiénes son los líderes o líderesas de la comunidad? Escribe 4.**

---



---



---

## ¡HORA DE INFORMARNOS!

Observemos las siguientes diferencias

Personero estudiantil	Cabildo estudiantil
<p>Forma tradicional de representación de los estudiantes con sus respectivas funciones en las instituciones educativas públicas y privadas del país.</p>	<p>Forma de representación propia de los estudiantes indígenas que fue adoptada para promover el rescate cultural y la formación en representación, autoridad y autonomía que es propia de los pueblos indígenas.</p>
<p><b>Personero (a) estudiantil:</b> Es la persona que representa a los y las estudiantes y promueve el ejercicio de sus derechos, consagrados en la Constitución Política y el Manual de Convivencia, cumpliendo las siguientes funciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Propender y promover el cumplimiento de los derechos de los estudiantes.</li> <li>• Recibir y evaluar las inquietudes y reclamos que presenten los estudiantes con relación a la violación de sus derechos.</li> <li>• Llevar ante el rector en concordancia con sus competencias las solicitudes y peticiones que considere necesarias para la protección de los derechos de los estudiantes.</li> <li>• Apelar ante el Consejo Directivo las decisiones del rector de acuerdo a las peticiones presentadas por éste.</li> <li>• Evaluar en forma periódica su gestión al interior de las instituciones educativas.</li> </ul>	<p>El bastón de mando es el implemento propio que significa autoridad y justicia, y con el cual se identifican los estudiantes como parte del Cabildo Estudiantil.</p> <p><b>Gobernador (a):</b> Autoridad mayor dentro de la institución y cabildo estudiantil, como símbolo de liderazgo participación y democracia.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Velar por los derechos de los estudiantes.</li> <li>• Hacer cumplir los usos y costumbres propias de la comunidad dentro de la institución.</li> <li>• Proponer formas alternativas de aprendizaje de lo propio.</li> <li>• Hacer cumplir y respetar el manual de convivencia de la institución.</li> </ul> <p><b>Regidor (a):</b> Representante de todos los y las estudiantes de una determinada vereda dentro de cada institución, donde se tiene implementado el cabildo estudiantil.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Representar a los estudiantes de la institución provenientes de cada vereda del territorio.</li> <li>• Llevar ante el gobernador y los directivos de la institución las necesidades que los estudiantes de cada vereda tengan para buscar pronta solución.</li> <li>• Llevar un registro de estudiantes de cada vereda.</li> </ul> <p><b>Alguacil:</b> Encargado (a) de velar por cada uno de los derechos de los y las estudiantes y armonizarlos (as) cuando se comete una falta grave.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sancionar con usos y costumbres las faltas cometidas por los estudiantes.</li> <li>• Orientar a los estudiantes de acuerdo a las faltas que cometa.</li> </ul>



Según las siguientes situaciones, ¿qué harías tu como líder o lideresa participante de tu comunidad?, escribe tu respuesta en los espacios en blanco. ¡manos a la obra!

• Si observo que hay bullying.	
• Si alguien se enferma y necesita atención.	
• Un profesor agrade a un estudiante.	
• Unos estudiantes incumplen el reglamento estudiantil.	
• Dos estudiantes de vereda viven muy lejos y no tienen transporte.	
• En el aula de clases no tienen en cuenta la participación de un estudiante de otro país.	
• Un grupo de estudiantes está escapando del plantel estudiantil.	
• A Pepita no la dejan participar por tener capacidades especiales.	

**“Un líder es un negociador de esperanzas”**



# Tiempo de Compartir

Pregunta a personas de tu familia que o compartan contigo que significa "liderazgo" para ellos y ellas y comparte sus respuestas con tu facilitador(a):

---

---

---

---

---

¿Por qué crees que es importante la participación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes en las decisiones de la institución educativa y en las decisiones de la comunidad?

---

---

---

---

---

Pregúntale a tu abuelo/a o persona adulta de tu entorno, cómo era el liderazgo y participación antes y cómo lo ven ahora:

---

---

---

---

---



¡Llegó información para todo el territorio!

La fiesta magna (Inti Raymi) empieza a las 12 del día, para dar apertura los chamanes o médicos tradicionales realizan el ritual de armonización con plantas propias del territorio. Luego se da paso a la música Raymi empezando todos y todas a bailar en forma de espiral con la Wiphala en la mano integrando de este modo a toda la comunidad.

• **¿Haz escuchado o participado de esta celebración?**

Si \_\_\_No\_\_\_

Si marcaste "Sí", menciona de qué forma lo hacen y si marcaste "No", coméntanos qué fiestas o ceremonias celebran en tu comunidad.

---

---

---

---

---

---

---

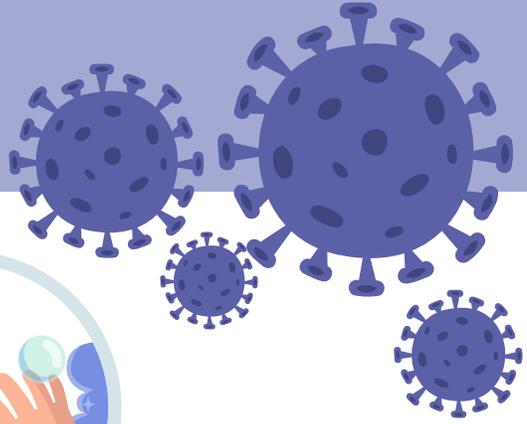
---

---

---



# COVID-19



## ¡RECUERDA!



Limpia y desinfecta con regularidad las superficies de tu hogar que se tocan frecuentemente



Lava tus manos



Tose sobre tu codo aunque tengas el tapabocas puesto



Usa tapabocas siempre que salgas y que cubra nariz y boca

## ¿CÓMO ME SENTÍ?



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada

¿Qué te parecieron las actividades? Marca con una X tu respuesta y comenta por qué:

---

---

## SIENTO, PIENSO Y ACTÚO

Objetivo	Capacidad/Habilidad
Generar un espacio de reflexión donde los niños, niñas y adolescentes reconozcan la autonomía como parte fundamental del ser.	Pensamiento crítico y reflexivo/ Tomar decisiones responsables.

**A**



**Sabías que...**

La autonomía es la capacidad de decidir de manera propia e independiente para ejercer derechos y tomar decisiones sobre su propia persona, sin la intervención o coerción de otra. Este término se aplica dentro del pensamiento filosófico, psicológico, incluso legal y político.

Los pueblos ancestrales tienen autonomía para organizar internamente a su comunidad y dirigir su vida, de acuerdo a sus propios valores institucionales y mecanismos dentro del marco del estado del cual forman parte. La autonomía la han logrado a través de procesos, de liderazgo, luchas y resistencias por el derecho propio, el territorio y el buen vivir. Un claro ejemplo es el derecho a la soberanía alimentaria basada en el conocimiento milenario de la Pachamama, basada en sus costumbres y conocimientos de su entorno, como cuidar las semillas, producir alimentos agroecológicos, y tener la libertad de decidir qué comer y cómo alimentarse.

Para las comunidades afrocolombianas, el trenzado significó un proceso de resistencia para recuperar su libertad y autonomía. Las trenzas se realizaban formando figuras, mapas de las rutas que ellos iban a utilizar para escapar. Hombres y mujeres tejían con esperanza y dolor, esa era la clave de los cautivos (as) que intentaban recuperar su dignidad.

Trenzas impregnadas de identidad, resistencia y conocimiento de la naturaleza hicieron que hombres y mujeres tejieran pelo a pelo su libertad y autonomía.



Para los pueblos ancestrales la chagra es el espacio donde se pone en práctica la autonomía alimentaria. En este lugar se siembran alimentos, plantas medicinales y es donde se recrean los saberes de sembrar, el manejo del tiempo, la cosecha, el respeto y la armonía con la madre tierra.

1. Con ayuda de tu familia realiza un dibujo de los diversos productos agrícolas que se siembran en tu territorio.



2. Con ayuda de tu familia dibuja un plato típico que preparan con los productos de tu territorio.

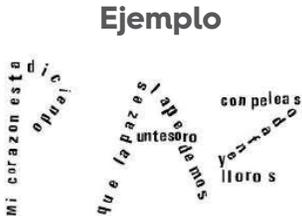


3. Como ya aprendimos el concepto de autonomía, entendiéndola como la capacidad del ser humano para decidir sin influencia de terceros, crea un caligrama sobre las decisiones propias que tomaste en tu vida y que hayan sido importantes para ti.



**Caligrama:** Conjunto de palabras cuyo propósito es formar una figura sobre un tema específico.

**Ejemplo**



4. Cada uno de los miembros de tu familia o amigos (as) recibirá un globo sin inflar, pídeles que piensen en una decisión que refleje su autonomía para tomar decisiones sobre lo que dicen o cómo actúan. Por ejemplo, qué quieren estudiar, qué deporte o actividad artística quieren practicar, etc.

Inflen el globo y hagan un nudo para que no se vaya el aire. Con un marcador escribirán sobre él lo que pensaron.

Cuando terminen de escribir sobre el globo invita a lanzarlo al aire, intentando que llegue lo más alto posible, si uno de los globos se cae deben cogerlo, leer el mensaje y volver a lanzarlo al aire.

Pregúntales que obstáculos son los que hasta el momento les ha impedido realizar esas cosas que escribieron en los globos y por supuesto que harán para cumplir o lograr esa independencia..





5. ¿Dentro de tu comunidad se rescatan o se practican actividades como el trenzado del cabello?, si no es así, cuéntanos que actividad practican y con qué finalidad.

---

---

---

---



Dentro de la autonomía de los pueblos indígenas existen sitios y lugares sagrados en su territorio como las lagunas, las chorreras, las cuevas, los volcanes. Se determinan sagrados porque allí es donde confluyen energías espirituales. En el Inti Raymi los indígenas visitan estos lugares con el objetivo de pedir buenas cosechas y agradecer por la abundancia.

1. Pregunta a tu familia cuáles son los sitios sagrados que conocen de su territorio.

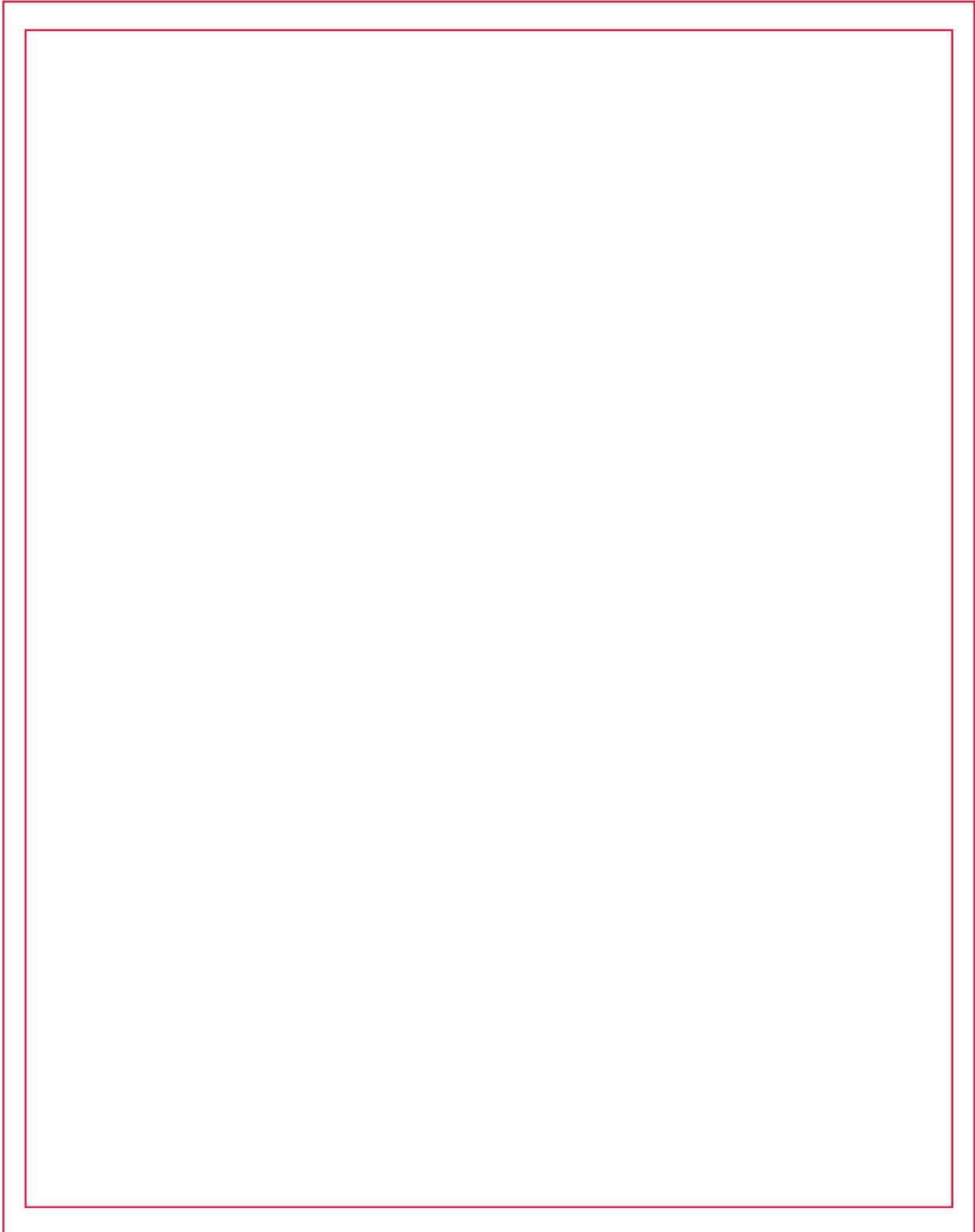
---

---

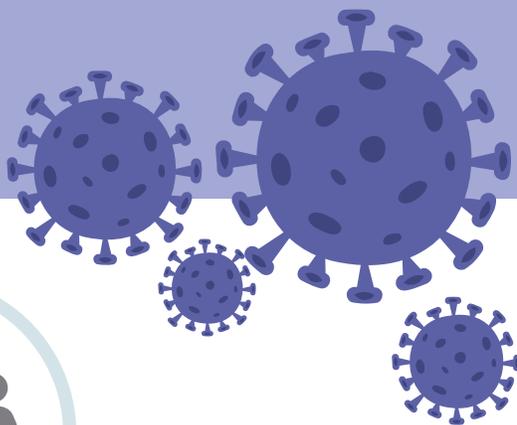
---

---

**2.** Dibuja un sitio sagrado de tu territorio o comunidad y compártelo con tu facilitador(a) para que sea publicado en la página de Comunidades Protectoras.



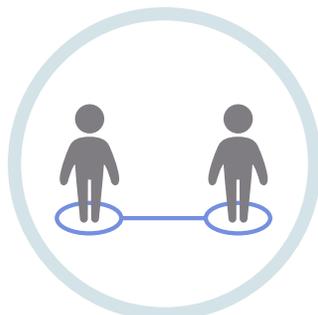
# COVID-19



**¡RECUERDA!**



Limpia y desinfecta con regularidad las superficies de tu hogar que se tocan frecuentemente



Mantén una distancia de mínimo 1 metro



Evita estar en lugares con mucha gente



Quédate en casa

## ¿CÓMO ME SENTÍ?



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada

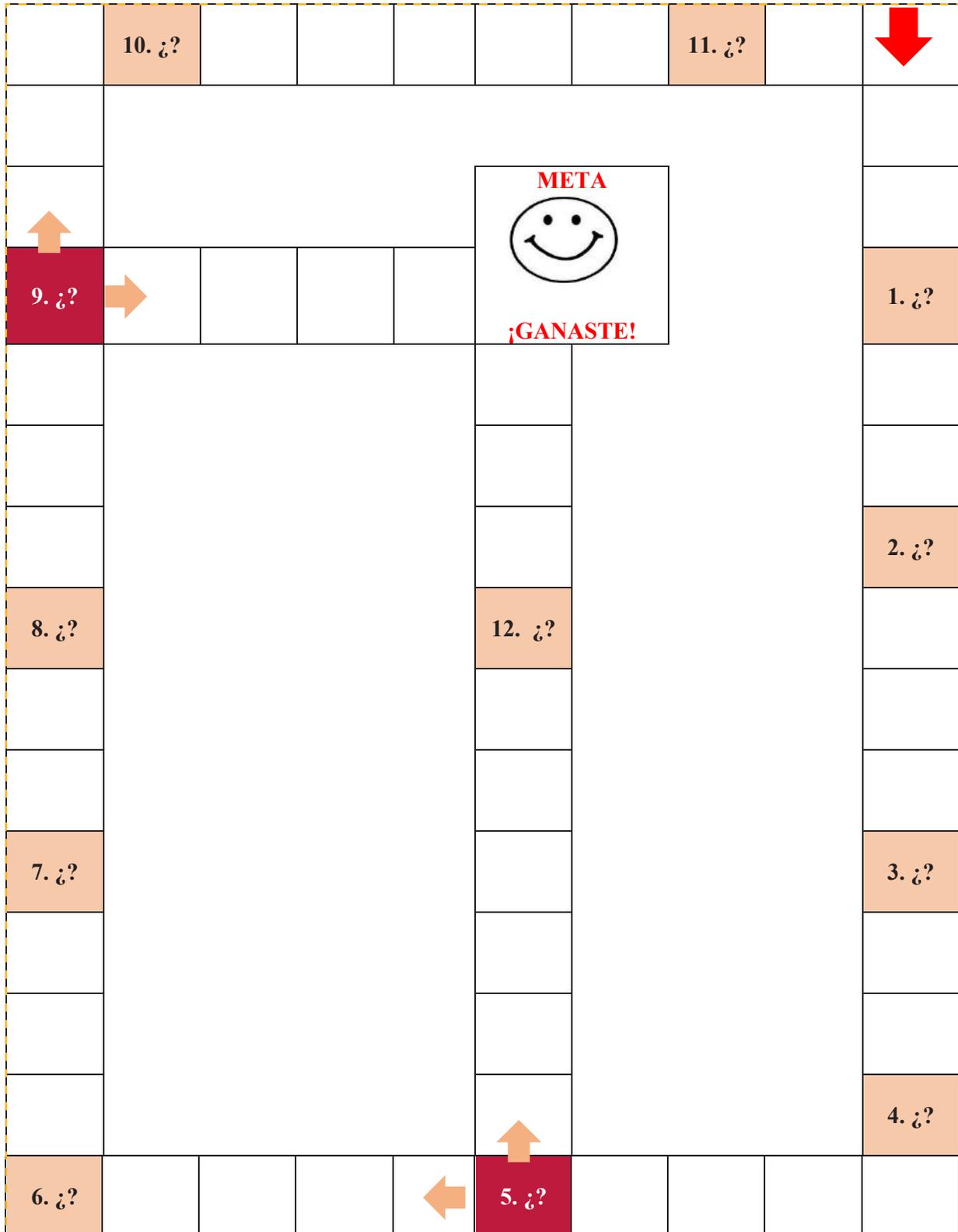
¿Qué te parecieron las actividades? Marca con una X tu respuesta y comenta por qué:

---

---

# ANEXOS

## ANEXO 1



# ANEXOS

## ANEXO 2

### PREGUNTAS

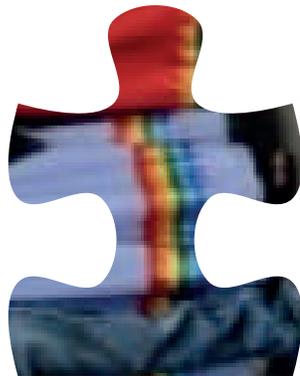
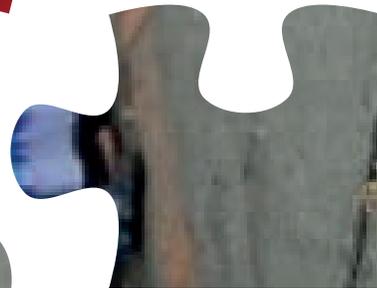
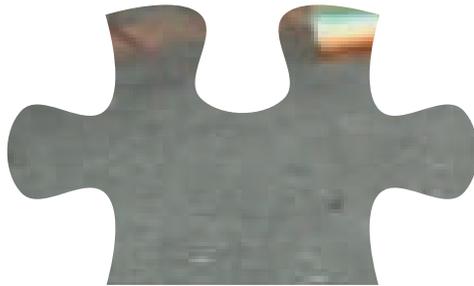
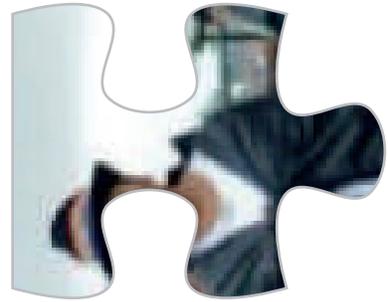
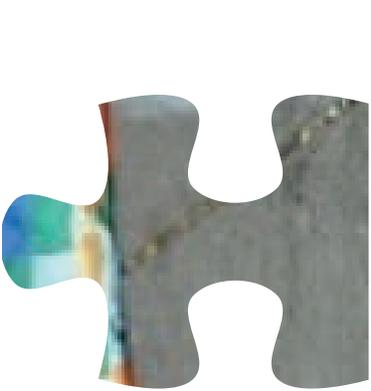
<p>Pregunta 1.</p> <p>¿QUÉ ES LA PARTICIPACIÓN INFANTIL?</p> <p>(Si la respuesta fue correcta vuelve a tirar el dado, de lo contrario retrocede dos casillas).</p>	<p>Pregunta 2.</p> <p>¿QUÉ MECANISMOS DE PARTICIPACIÓN PARA NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES EXISTEN EN TU COMUNIDAD?</p> <p>Si la respuesta fue correcta avanza 2 casillas, de lo contrario retrocede 1 casilla.</p>	<p>Pregunta 3.</p> <p>SI TIENES UNA PROPUESTA PARA TU COMUNIDAD ¿A DONDÉ DEBES ACUDIR?</p> <p>Si la respuesta fue correcta avanza 1 casilla, de lo contrario retrocede 3 casillas.</p>
<p>Pregunta 4.</p> <p>¿CÓMO PARTICIPAN LOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES EN EL COLEGIO?</p> <p>Si la respuesta fue correcta vuelve a tirar el dado, de lo contrario quédate donde estas.</p>	<p>Pregunta 5.</p> <p>¿SABES QUÉ ES UNA JUNTA DE ACCIÓN CUMUNAL?</p> <p>Si la respuesta fue correcta en tu próximo turno avanza hacia la meta, de lo contrario sigue el recorrido.</p>	<p>Pregunta 6.</p> <p>¿SABES QUÉ ES UN CONSEJO MUNICIPAL DE JUVENTUD?</p> <p>Si la respuesta fue correcta avanza dos casillas, de lo contrario retrocede 3 casillas.</p>
<p>Pregunta 7.</p> <p>¿CUÁLES SON LOS ENTORNOS DE PARTICIPACIÓN DE LOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES?</p> <p>Si la respuesta fue correcta avanza 2 casillas, de lo contrario retrocede 1 casilla.</p>	<p>Pregunta 8.</p> <p>¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA PARTICIPACIÓN INFANTIL?</p> <p>Si la respuesta fue correcta avanza a la pregunta 9, si las dos son correctas, en tu próximo turno avanza hacia la meta, de lo contrario quédate donde estabas.</p>	<p>Pregunta 9.</p> <p>¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA PARTICIPACIÓN DE LOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES EN LA COMUNIDAD?</p> <p>Si la respuesta es correcta avanza hacia la meta.</p>
<p>Pregunta 10.</p> <p>¿LOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES TIENEN DERECHO A ELEGIR Y SER ELEGIDOS?</p> <p>Si la respuesta fue correcta avanza 5 casillas, de lo contrario quédate ahí.</p>	<p>Pregunta 11.</p> <p>¿QUÉ ES LA CONVENCION DE LOS DERECHOS DE LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS?</p> <p>Si la respuesta fue correcta avanza a la pregunta 2, si las dos son correctas avanza 3 casillas, de lo contrario retrocede 1 casilla.</p>	<p>Pregunta 12.</p> <p>¿CÓMO PARTICIPAS EN TU FAMILIA?</p> <p>Si los otros participantes consideran que la respuesta fue correcta avanza dos casillas, de lo contrario quédate ahí.</p>

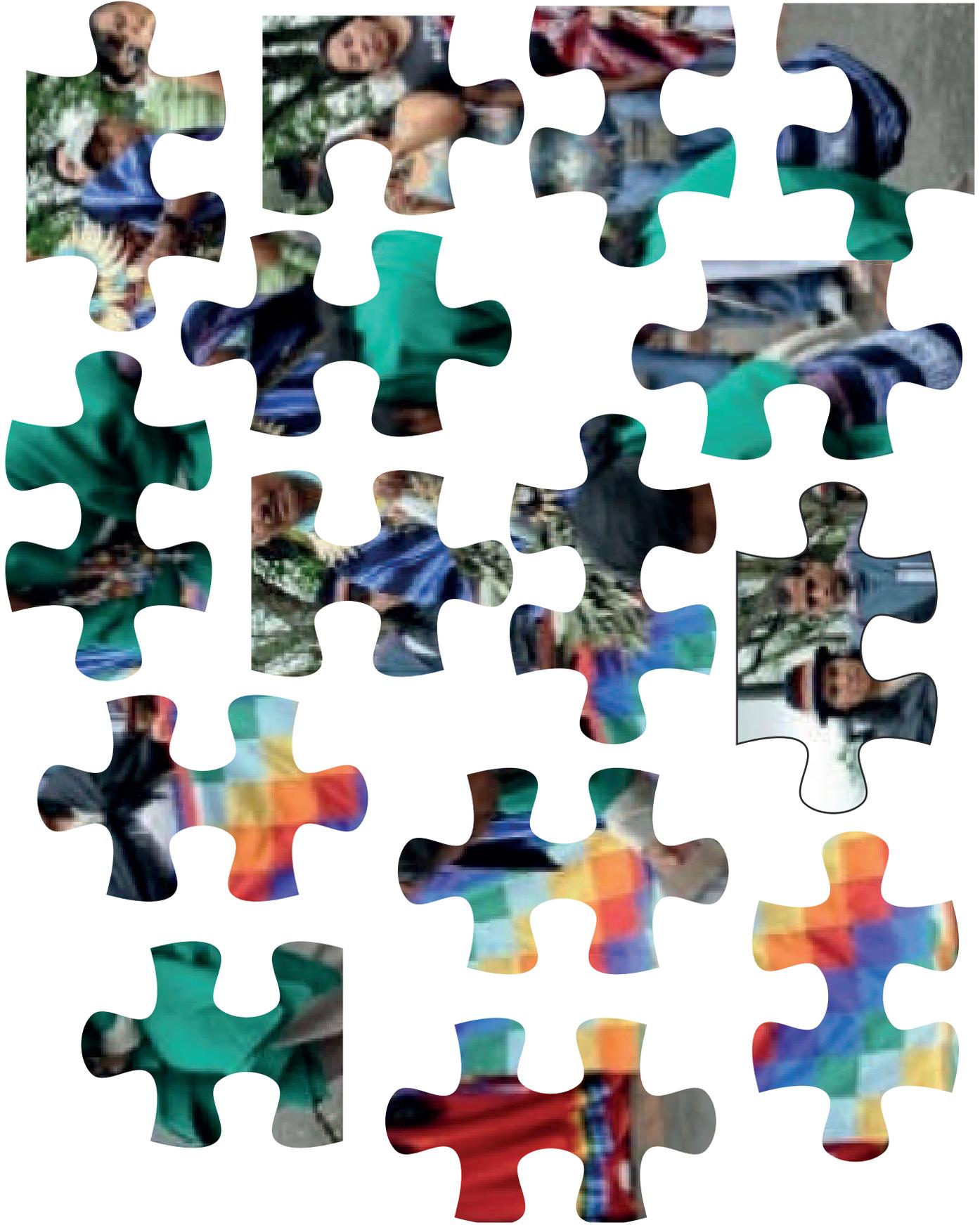
## RESPUESTAS

<p>Pregunta 1.</p> <p>RESPUESTA. La participación infantil es uno de los elementos más importantes para asegurar el respeto de las opiniones de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes. Plantea que todos los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a ocupar un papel activo en su entorno.</p>	<p>Pregunta 2.</p> <p>RESPUESTA. Pueden estar entre los siguientes: el voto para elegir el personero de tu escuela, el voto para elegir el cabildo estudiantil, los Consejos Municipales de Juventud.</p>	<p>Pregunta 3.</p> <p>RESPUESTA. Puede ser a la Junta de Acción Comunal, consejo comunitario o a las autoridades respectivas de tu comunidad.</p>
<p>Pregunta 4.</p> <p>RESPUESTA. Participan a través de:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Consejo Estudiantil.</li> <li>• Consejos de Curso.</li> <li>• Comités de Trabajo.</li> </ul> <p>En comunidades indígenas, se participa también en la elección del Cabildo Estudiantil.</p>	<p>Pregunta 5.</p> <p>RESPUESTA. Es una organización cívica sin ánimo de lucro compuesta por los vecinos de un lugar, que unen esfuerzos y recursos para buscar la solución de las necesidades más sentidas de la comunidad.</p>	<p>Pregunta 6.</p> <p>RESPUESTA. Es el organismo encargado de representar a las y los jóvenes un lugar en específico, tendrá la responsabilidad de llevar las necesidades, las opiniones y las sugerencias de los jóvenes ante las entidades públicas y privadas.</p>
<p>Pregunta 7.</p> <p>RESPUESTA. En participación infantil coinciden en afirmar que existen cuatro entornos básicos donde se puede desarrollar la participación, entorno familiar, entorno escolar, entorno comunitario y entorno institucional.</p>	<p>Pregunta 8.</p> <p>RESPUESTA. Porque nos ayuda a mantener un papel activo en nuestro entorno, nos permite ser escuchados y escuchadas, reconocidos y reconocidas.</p>	<p>Pregunta 9.</p> <p>RESPUESTA. Es importante para que no se vean vulnerados los derechos de los niñas, niñas y adolescentes y tengan acceso a salud, educación, vivienda, vestido entre otros. Además es necesario contar con sus ideas, su voz, puntos de vista para tomar decisiones en la comunidad.</p>
<p>Pregunta 10.</p> <p>RESPUESTA. Sí tienen derecho a elegir y ser elegidos, es por eso que en sus colegios, escuelas y comunidades, se lleva a cabo la elección del personero estudiantil o consejos juveniles.</p>	<p>Pregunta 11.</p> <p>RESPUESTA. La Convención de los Derechos del Niño es el tratado internacional por los países más ratificado de la historia y recoge los Derechos Humanos inherentes a las personas menores de 18 años.</p>	<p>Pregunta 12.</p> <p>RESPUESTA. Hay diferentes formas de participar en casa. Puede ser tomando decisiones en las labores de la casa, decidiendo qué ropa usar, qué música escuchar. Incluso dar ideas a qué lugar nos gustaría salir a pasear.</p>

# ANEXOS

## ANEXO 2





# UNIDAD 4

## FORTALECIÉNDONOS

Es importante fortalecer y rescatar la identidad cultural, ya que permite reconocer las costumbres, tradiciones y la cosmovisión que encierra el pueblo indígena en la relación con su entorno. De nuestros pueblos radica el respeto por las diferencias, el convivir en colectividad a través de la minga como modo de hacer, pensar y agradecer.

Pregúntale a tu familia la historia de alguna lidereza, sabedor o sabedora representativo o representativa de tu región



**Fotografías:** Jorge Daniel Lucero.  
Archivo del Colectivo Ipiates en Imágenes.

El municipio de Cumbal se localiza al suroccidente del departamento de Nariño, limita con el vecino país del Ecuador y hace parte del pueblo de los Pastos, ubicado al pie de la majestuosidad del Volcán Cumbal y la hermosa Laguna de la Bolsa. "Somos como el agua, la piedra y la espuma, porque mientras el agua dice vámonos, la piedra dice quedémonos y la espuma dice bailemos, somos el río"... Pensamiento de don Juan Chiles quien fue un hombre defensor de los derechos de los indígenas y de la autonomía territorial.

Mayasquer está situado al suroccidente del sector urbano de Cumbal, es una zona de clima templado, forma parte del cordón fronterizo con Ecuador. Una leyenda muy conocida en este territorio es acerca de una bruja, una sabedora muy poderosa "La Cacica"; el temor se había apoderado de los habitantes pues al pasar cerca de su casa desaparecían, raptados por la cacica que maceraba sus huesos en una piedra para después comérselos....



**Puedes averiguar ¿Cuál fue el final de La Cacica?**

## ¡EL HILAR DE MI VIDA!

Objetivo	Capacidad/Habilidad
Identificar momentos y experiencias significativas en el curso de la vida, influenciadas por la familia, la comunidad, el entorno cultural y ambiental que contribuyen en el desarrollo de capacidades y habilidades.	Pensamiento crítico y reflexivo/ afectividad, comunicación e interacción social.



**Sabías que...**



Todos y todas tenemos una historia de vida que contar, y desde diferentes roles, en la comunidad. Cuando tejemos nuestra historia de vida, cruzamos un camino o trayecto que nos permite interactuar en todas los ámbitos sociales. Pero ¿qué es un camino o trayecto de vida? Es “el conjunto de trayectorias más o menos entrelazadas y relacionadas con las diferentes esferas en que se desenvuelve la existencia individual: familiar, escolar, profesional, etc.”. Cada uno de nosotros y nosotras tiene una historia de vida basada en nuestra propia cultura, costumbres y dialectos, por otro lado, aspiraciones y sueños y por los cuales seguimos escribiendo una historia significativa, ¡Nuestra propia historia!



## El hilar de mi vida

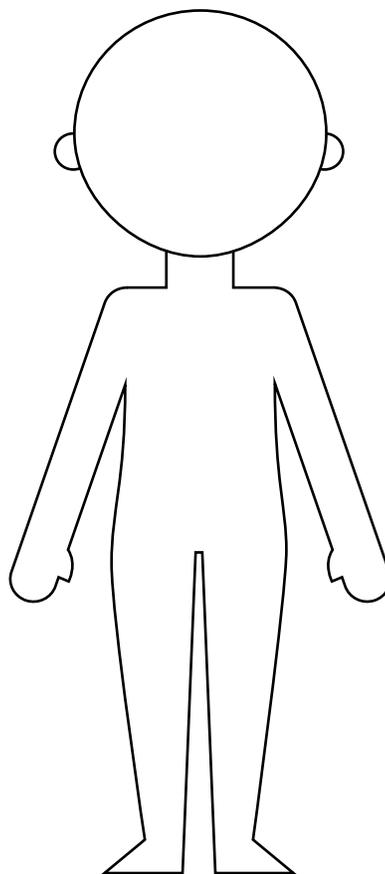
### Te contaremos la historia de Carlos

Érase una vez una familia que vivía en un corregimiento al sur del departamento de Nariño, vivían entre animales y el verde de sus montañas. Era una familia de 5 personas conformada por papá Luis Santacruz, mamá María Jojoa y los 3 hijos Pablo, Rosario y Carlitos. En la mañana los niños y la niña iban a la escuela cercana a su casa y su papá y mamá se dedicaban a su territa y a las labores de cocina. Al regresar del colegio se reunían todos en el fogón a comer los alimentos que preparaban sus padres y Rosario solía conversar sobre sus experiencias en la escuela. Eran muy unidos, todos compartían labores de casa y de campo, cuidaban de sus animales, y su cosecha de papa y hortalizas, de las cuales vivían. Luchaban juntos por salir adelante siempre en un diálogo permanente alrededor del fogón. Allí Rosario comentaba sobre sus anhelos a futuro y lo orgullosa que se sentía de crecer entre montañas de mil colores donde cada día forjaban sus sueños.

### El mapa de mi vida

Tú al igual que Carlos, Pablo o Rosario tienes tu propia historia, coméntala desarrollando el siguiente ejercicio:

1. Personaliza la imagen de acuerdo con tu retrato.





2. Responde cada una de las preguntas que se encuentran en los cuadros.

Nombre y edad:

---

---

¿Qué tradición o enseñanza de tus abuelos, abuelas, padres y madres más practicas?

---

---

---

---

¿Cuáles son tus sueños?

---

---

---

---

¿Qué estás haciendo o planeas hacer para alcanzar tus sueños?

---

---

---

¿Cómo es tu vida en la actualidad?

---

---

---

Después de responder las preguntas anteriores, ubica cada cuadro en alguna parte del cuerpo que personalizaste, para eso escoges una de las siguientes figuras, la recortas, escribes el número del cuadro y lo pegas en la parte donde creas que esta guardada dentro de ti.

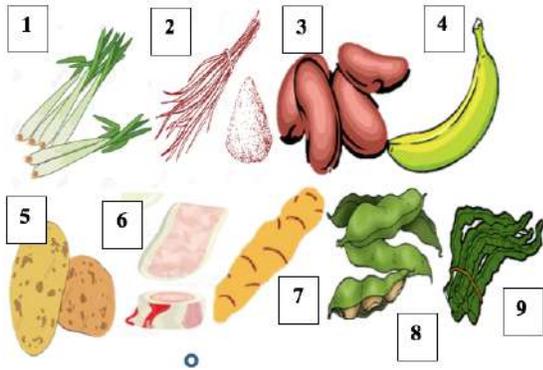
**Anexo 1:**  
Al final de la unidad encontrarás este anexo

**MOMENTOS SIGNIFICATIVOS EN FAMILIA**

Con ayuda de tu papá y mamá prepara una deliciosa sopa de Cebada o Chara:

Escoge algunos ingredientes

Chara es una deliciosa sopa tradicional, preparada con cebada.



De las imágenes enumeradas  
**¿qué ingredientes echarías a la olla?**

**¿Qué ingredientes faltan para preparar la sopa de Chara?**

Ingredientes:

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---





# Tiempo de Compartir

## EL ARCOÍRIS DE MIS TRADICIONES

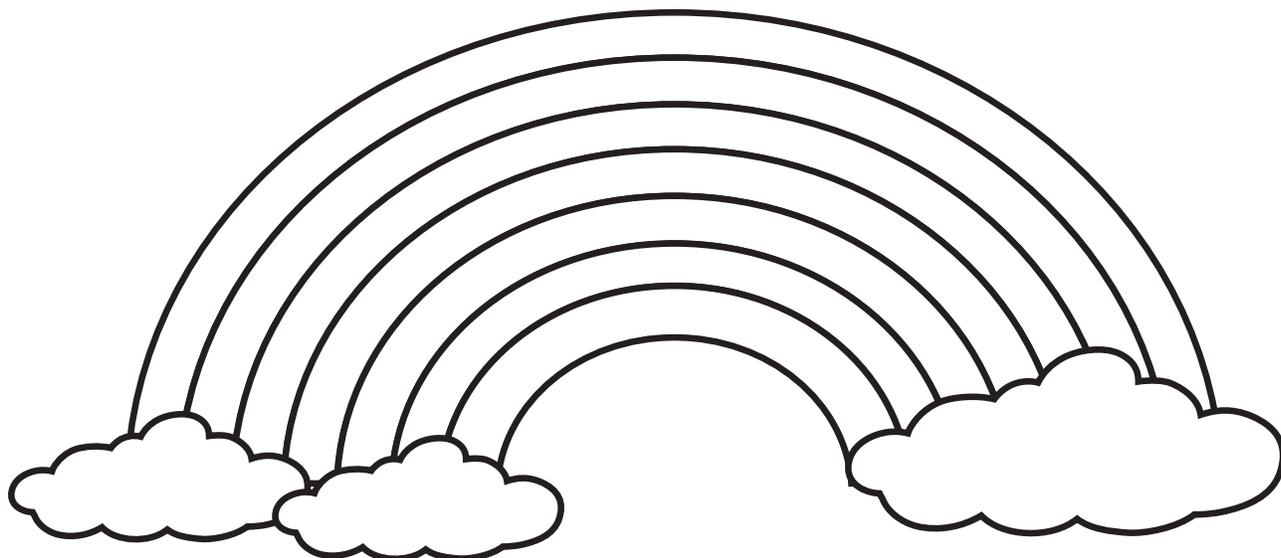
### ¡RECUERDA!

Arcoíris o también llamado Cuychi: Es considerado uno de los fenómenos naturales de mayor belleza, no solo por los hermosos colores que presenta, sino porque su aparición alberga un sin número de mitos tradicionales.

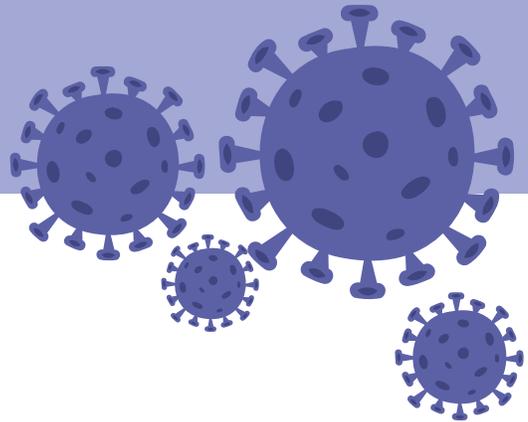


Pinta el arcoíris de los siete colores y con ayuda de tus padres identifica las tradiciones familiares y escríbelas en cada arco que conforma el Cuychi.

Cada tradición puede representar un color, así que escoge el que se identifica con cada una de tus tradiciones.



# COVID-19



¡PREVENCIÓN!



PERMANECE  
EN CASA



USA SIEMPRE  
EL TAPABOCAS



LAVA BIEN  
TUS MANOS



## ¿CÓMO ME SENTÍ?



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada

¿Qué te parecieron las actividades? Marca con una X tu respuesta y comenta por qué:

---

---

## MANEJO MIS EMOCIONES

Objetivo	Capacidad/Habilidad
Reconocer mis sentimientos y emociones para aprender a tomar mejores decisiones y a fortalecer las relaciones interpersonales.	Manejo y expresión de las emociones para una mejor capacidad de decisión.



Las emociones son eventos o fenómenos de carácter biológico cognitivo, que tienen sentido en términos sociales. Se puede decir que las emociones van acompañadas de sentimientos placenteros y significa que la situación es beneficiosa, como lo son la felicidad y el amor; al igual que sentimientos desagradables y se percibe la situación como una amenaza, entre los que se encuentran miedo, ansiedad, ira, hostilidad, tristeza, asco, o neutras cuando no van acompañadas de ningún sentimiento, entre las que están la esperanza y la sorpresa (Casassus, 2006).

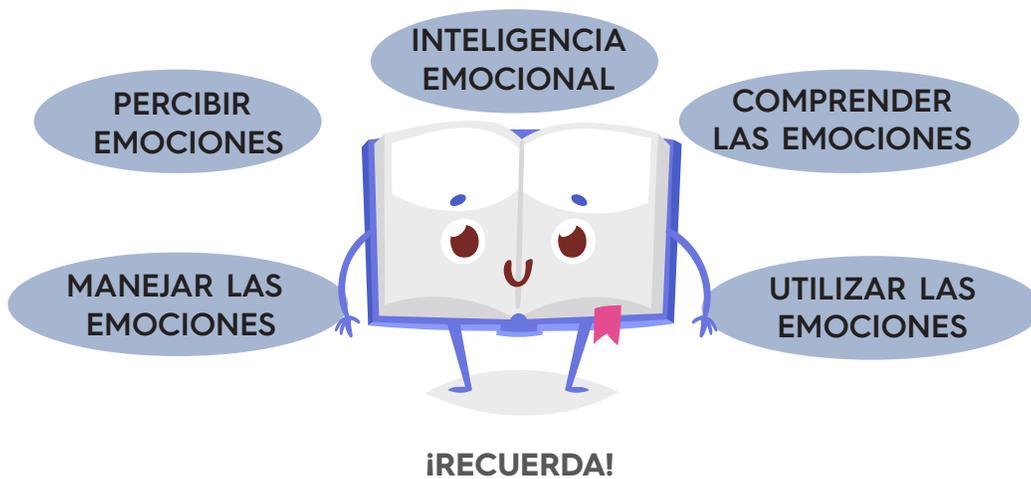


Una emoción es la interacción de los pensamientos con las sensaciones físicas, por esto siempre se debe identificar qué es lo que se está sintiendo para poder resolver lo que está sucediendo.

El manejo de las emociones también es catalogado como IE (Inteligencia Emocional)

La Inteligencia Emocional se refiere a las capacidades y habilidades psicológicas que implican el sentimiento, entendimiento, control y modificación de las emociones propias y ajenas.

Una persona emocionalmente inteligente es aquella capaz de gestionar satisfactoriamente las emociones para lograr resultados positivos en sus relaciones con los demás.



Existen dos formas elementales de inteligencia emocional:

Inteligencia interpersonal.  
Implica entender y comprender las emociones de los otros y otras y tener la habilidad de reaccionar según el estado anímico del otro y otra.

Inteligencia intrapersonal.  
Implica entender y comprender las propias emociones, de tenerlas en cuenta al momento de tomar decisiones y ser capaz de regular las emociones según la situación.

## TIPS

### ¿SIENTES MIEDO?

El miedo es sano y nos permite protegernos.

No te avergüences de sentirlo, pero no dejes que te paralice.

Identifícalo como una señal de alerta y luego procura usar tu pensamiento lógico para actuar de la mejor manera



### ¿SIENTES IMPOTENCIA?

Generalmente la expresamos a través de la rabia. ¿Cómo hacerlo sin dañar a otros?

Primero reconócela, luego acéptala y por último manifiéstala en el momento.

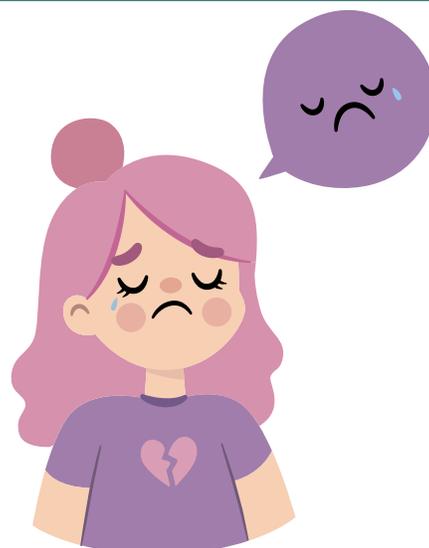
No la reprimas, eso solo te llevará a liberarla de forma impulsiva y en la situación menos indicada.



### ¿ESTÁS ANSIOSO O ANSIOSA?

Haz una pausa en tu pensamiento por 10 segundos, pregúntate cuál es la razón de tu ansiedad y convérsalo con alguien que te transmita calma.

Comparte con grupos de apoyo (familiares, vecinos, amigos y amigas) que puedan tener las mismas preocupaciones que tú o que pueden ayudarte a sentirte mejor.





# Manos a La Obra

Para un adecuado manejo de las emociones y una buena Inteligencia Emocional lo primero que vamos a hacer es reconocer nuestras emociones; utilizando un espejo vamos a reflejar las principales emociones: ira, tristeza, miedo y alegría.



¿Con cuál emoción te expresarías mejor ante las siguientes situaciones?, escribe tu emoción en la línea.



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_





## EL GIGANTE DE LOS GRITOS:

Desarrolla la siguiente actividad junto a tu familia:

Crearán pequeñas notas en una hoja de papel las cuales tendrán escrito lo siguiente:

- ¿Por qué tomaste mis cosas si no son tuyas?, ¡las vas a dañar!
- ¿Para qué quieres que salga, si está lloviendo?
- Termina pronto tus tareas estoy cansado.
- ¿Por qué me llamaron de tu colegio, qué hiciste?
- Ven, tenemos que hablar.

Cada nota estará en una bolsa y todos escogerán una y la mencionarán con diferentes emociones, cuando digas “ven, tenemos que hablar” lo harás gritando y tu acompañante dará la respuesta que crea respondiendo con la misma u otra emoción según cómo se sienta, pero si tú quieres decir en tono amable y alegre “ven, tenemos que hablar”, notarás que de acuerdo al manejo de tus emociones serán las respuestas de quienes te rodean.



Cuéntanos tu experiencia con el ejercicio.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## Tiempo de Compartir

Con el material que vas a encontrar junto a esta cartilla, vas a realizar figuras en papel, este es el reconocido arte del origami.

El origami tuvo su origen en China alrededor del siglo I, es el arte de doblar o plegar papel con el objetivo de crear diversas y creativas formas. Fomenta la creatividad, la concentración y ayuda a desarrollar paciencia y agilidad con las manos. Con este arte se pueden divertir todos y todas sin importar la edad.

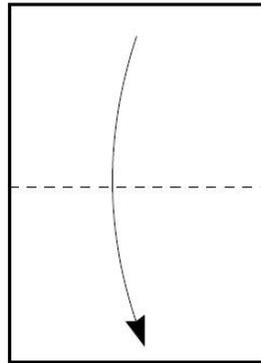


Como ya conocemos un poco del arte del origami vamos a realizar algunas figuras ya que ésto nos permite tener atención, concentración, memoria y ayuda a manejar niveles de ansiedad y estrés.

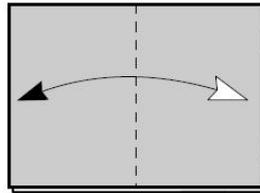


## BARCO

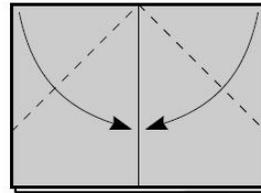
Los barcos representan el sueño y la esperanza, por lo tanto, un barco de papel puede estar sumido en un significado profundo más allá de la simple belleza de la figura, el viaje de nuestros sueños a un inmenso mundo.



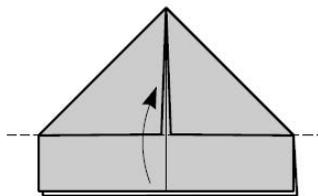
1 - Coger un papel tamaño A4 y doblar por la mitad



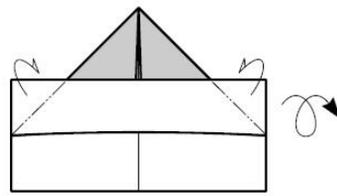
2 - Doblar por la mitad y deshacer



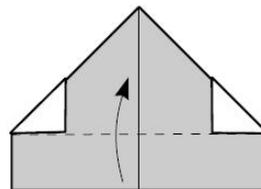
3 - Doblar hacia el centro



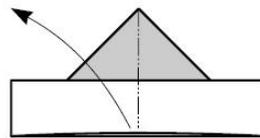
4 - Doblar hacia arriba la parte rectangular



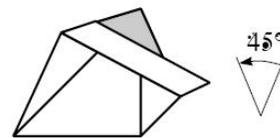
5 - Doblar las esquinas hacia atrás



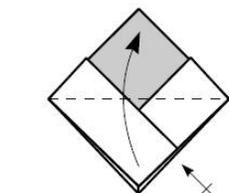
6 - Repetir los pasos 4 y 5



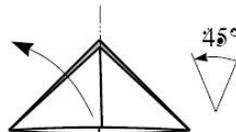
7 - Abrir por la mitad hacia fuera



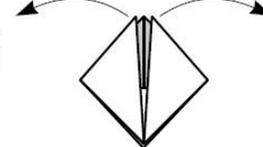
8 - Progresamos abriendo



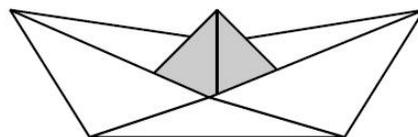
9 - Doblamos hacia arriba y repetimos por detrás



10 - Abrimos igual que en los pasos 7 y 8



11 - Tiramos desde las esquinas hacia fuera y abrimos

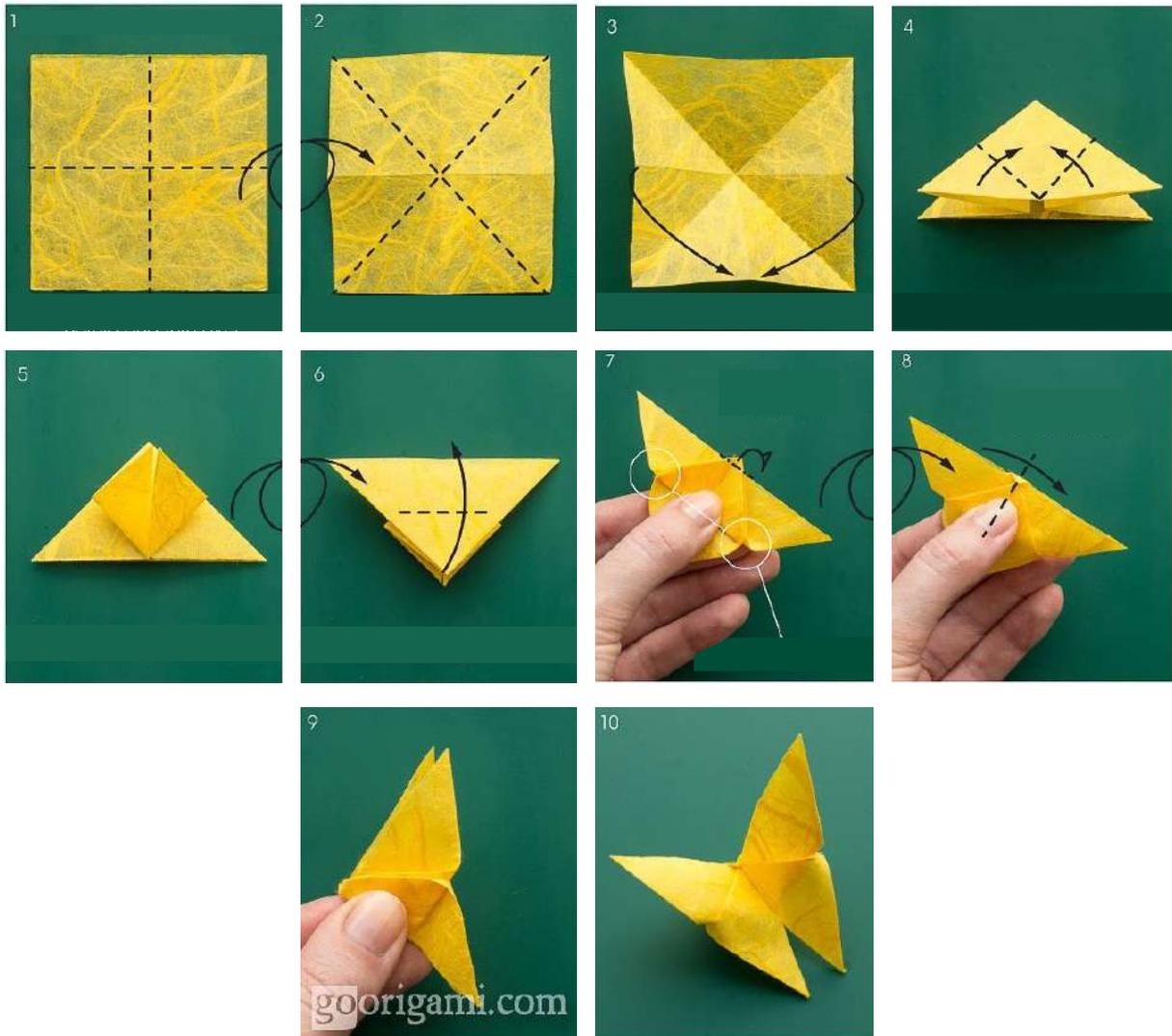


12 - Barco terminado

Tomado de: <http://papiromania.blogspot.com/>

## MARIPOSA

Las mariposas son un símbolo de evolución en la vida y transformación positiva. Además, en otras culturas han adquirido otros significados como de libertad y pureza. Todos estos significados se deben a que la mariposa, además de tener unos colores increíblemente preciosos, puede volar y ser libre. Es capaz de transformarse en algo mejor, aumentando sus capacidades y consiguiendo nuevos objetivos.





## CONEJO

Los conejos son animales sociables, tienen sentimientos verdaderos de felicidad y son muy afectivos. El significado espiritual del conejo habla del talento, de sus cualidades competitivas y de cómo dejar a un lado las inseguridades para no perder las energías.

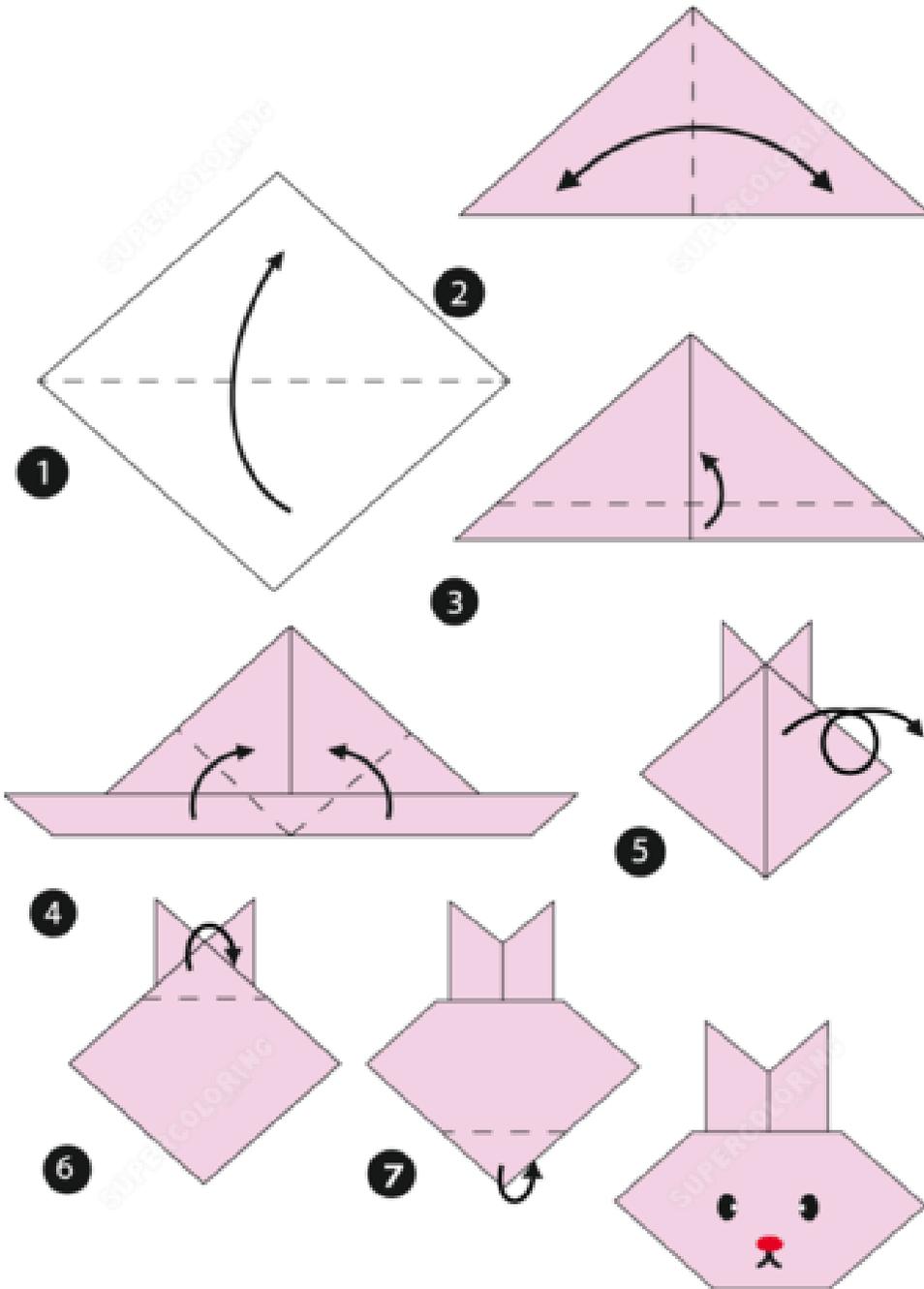
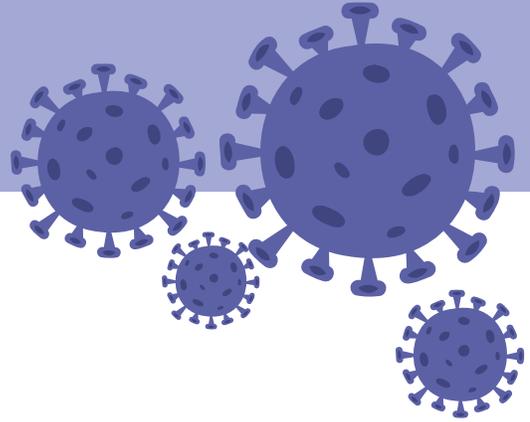


Image printed on [www.supercoloring.com](http://www.supercoloring.com) - for personal use only - reproduction is prohibited

Tomado de: <http://www.supercoloring.com/es/manualidades-de-papel/instrucciones-para-hacer-paso-a-paso-una-cara-de-conejo-de-origami>

# COVID-19



## Adopta medidas de higiene respiratoria

Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionando con un pañuelo. Tire el pañuelo inmediatamente y lávate las manos con un desinfectante de manos a base de alcohol, o con agua y jabón.



## ¿CÓMO ME SENTÍ?



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada

¿Qué te parecieron las actividades? Marca con una X tu respuesta y comenta por qué:

---

---

## RESILIENCIA PARA CONVIVIR

Objetivo	Capacidad/Habilidad
Reconocer la resiliencia como herramienta de protección frente a los diferentes momentos de la vida.	Conocerse y reflexionar acerca de sí mismo o sí misma resiliencia.

A



Sabías que...



La resiliencia es la capacidad que tiene el ser humano para afrontar las dificultades, los problemas y las adversidades de la vida, superarlas y transformarlas. Un niño o niña que haya vivido alguna experiencia traumática y de gran dolor, puede recuperarse y sobreponerse a ello a través de la resiliencia. Es más, será capaz incluso de salir fortalecido o fortalecida.

## ¡RECUERDA!

Existen factores que contribuyen a desarrollar la resiliencia. Muchos estudios demuestran que uno de los factores más importantes en la resiliencia es tener relaciones de cariño y apoyo dentro y fuera de la familia. Estas relaciones deben ser de amor y confianza, que ofrezcan seguridad y contribuyan a afirmar la resiliencia de la persona, todos y todas podemos desarrollar resiliencia.

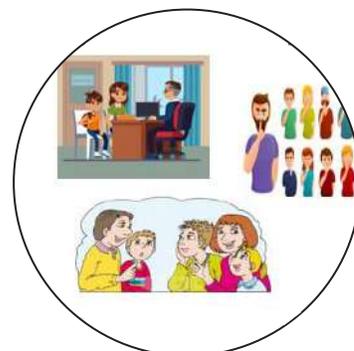
### SER RESILIENTE ES:



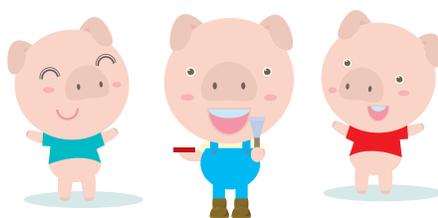
Ya que la resiliencia es la capacidad que todos tenemos para afrontar problemas y resolver conflictos, vamos a resolver lo siguiente:

1. Cada figura del lado izquierdo representa una situación de conflicto y del lado derecho están las posibles soluciones. Con una flecha del color que prefieras señala la mejor opción y enciérrala en un círculo.





2. Recuerdas el cuento de los tres cerditos, pues bueno, vamos a cambiarlo un poco con ayuda de tus familiares y tu creatividad, hoy nuestro final será diferente:



## LOS 3 CERDITOS

Había una vez en una granja tres cerditos que decidieron escaparse y hacer su vida en la mitad del bosque. Aunque eran hermanos cada uno era muy diferente. El más pequeño era muy perezoso e hizo una casa de paja, el mediano un poco trabajador hizo su casa de madera, y el hermano mayor, a quien le gustaba hacer bien las cosas, construyó su casa de ladrillo con buenos cimientos. En este bosque había un temible lobo quien con un hambre voraz quería comer todo lo que encontrara a su paso. El lobo miró la casita de paja y sopló y soplo hasta derribarla pero el cerdito logró escapar y esconderse en la casa de su segundo hermano. El lobo aún más enojado porque no pudo comer, fue a la casa de madera y sopló y sopló mucho más y derribó la casa, pero los cerditos lograron escapar y llegaron a la casa de su tercer hermano. El lobo enfurecido y aún más enojado sopló y sopló pero no consiguió derribarla. Buscó otra solución y quiso entrar por la chimenea, pero el cerdito trabajador prendió fuego y el lobo no pudo entrar ya que el humo del fuego no le permitió bajar y se quedó atorado en la chimenea. El lobo luchó con todas sus fuerzas hasta que pudo salir por encima de la chimenea y se fue llorando porque nada pudo comer y los tres cerditos quedaron felices en su nuevo hogar.



### AHORA CAMBIEMOS LA HISTORIA

Escribamos un final diferente dándole a todos los cerditos la capacidad de encontrar una solución al conflicto, no dejaremos a nuestro cerdito trabajador hacer todo él solo. Así que nuestros dos hermanos cerditos van a proponer una solución para que el lobo no entre a la casa:



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

3. Si logras ver lo que hay en mi cabeza.

Para realizar este corto juego vas a hacer lo siguiente junto a tu familia:

Siéntense juntos	Tomen turnos para hablar	El primer participante mencionará: "Si logras ver lo que hay en mi cabeza, sabrás que ..."	El segundo participante escucha y toma su turno	Ejemplo
		+ Podrás decir un hecho divertido sobre tí, cómo resolviste un problema. Ahora puedes contar con qué habilidad lo resolviste y añadir lo que quieras.		Si logras ver lo que hay en mi cabeza, sabrás que tengo habilidad para las actividades de matemáticas y física y cómo soy muy bueno o buena te podré ayudar si lo necesitas.

Esta actividad nos mostrará nuestras habilidades, las que nos permitirán recordar para qué somos buenos y cómo las podemos utilizar ante alguna dificultad.

#### 4. El baúl de los problemas.



Buscaremos una caja de cartón en nuestros hogares y la decoraremos entre todos, será convertida en el baúl de los problemas. Anónimamente escribamos una vez por semana un problema con su solución. Los domingos leeremos todas las opiniones lo que nos brindará nuevas miradas a distintos problemas sin juzgar a nadie.



## Tiempo de Compartir

Para nuestra parte final te vamos a contar algo muy pequeño del Inti Raimy para hacer nuestra actividad. El Inti Raimy es una celebración enfocada en revitalizar las energías entre el ser humano, la naturaleza y el cosmos. Y de acuerdo a esto vamos a renovar nuestras energías junto a nuestra familia.



Unidos en familia vamos a realizar, un pequeño ejercicio de relajación y respiración. ¡Atrévete! es muy fácil.

Vamos a quitar o a mover un poco las mesas, sillas y muebles para tener un espacio amplio, o por lo contrario si tenemos patio o huerta realizaremos nuestra actividad en ese lugar.

Utilizaremos ropa cómoda y preferiblemente estaremos descalzos y descalzas.

Si tenemos colchoneta haremos uso de ella, de lo contrario utilizemos una cobija. ¡Seamos recursivos y recursivas!.

Ahora vamos a apagar televisores, radios, equipos y nuestros celulares. Este será nuestro momento de paz, dejemos durante unos minutos las noticias, novelas o redes sociales que a veces nos agobian tanto.

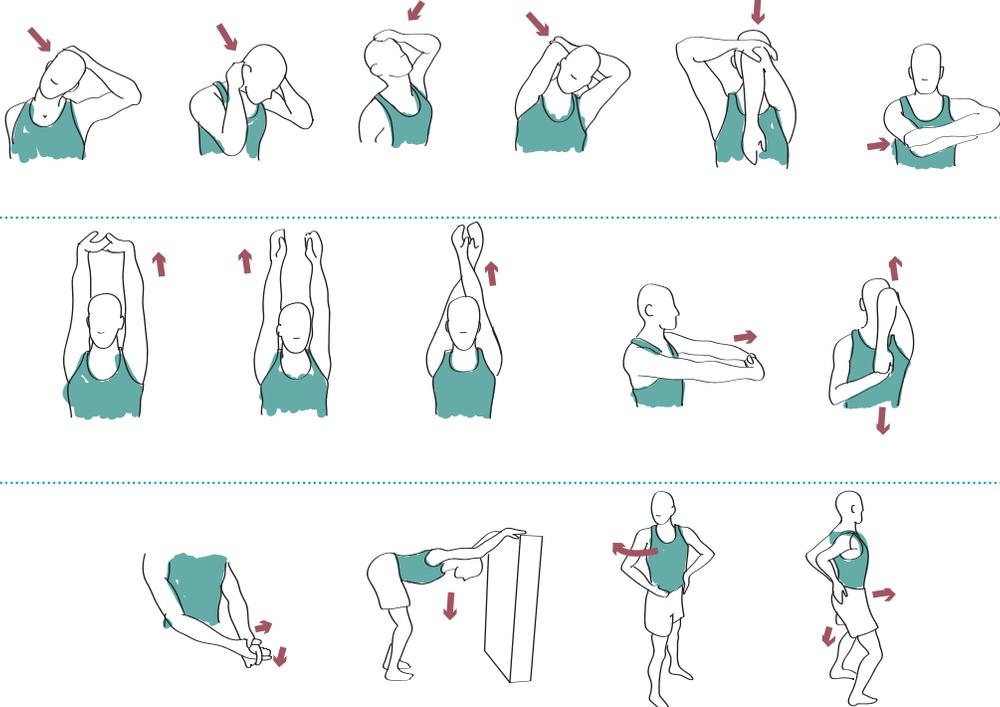
Recuerden esta actividad es para todos y todas: niños, niñas, adolescentes, padres y hasta personas mayores.

No olvidemos que estar en calma y tranquilos o tranquilas nos ayuda a tomar mejores decisiones y tener una mejor capacidad de resolver los problemas que se presentan en nuestro diario vivir.

Preparados 3 .... 2 ....1



**RELAJACION DE MÚSCULOS ZONAS CUELLOS BRAZOS MANOS ESPALDA**

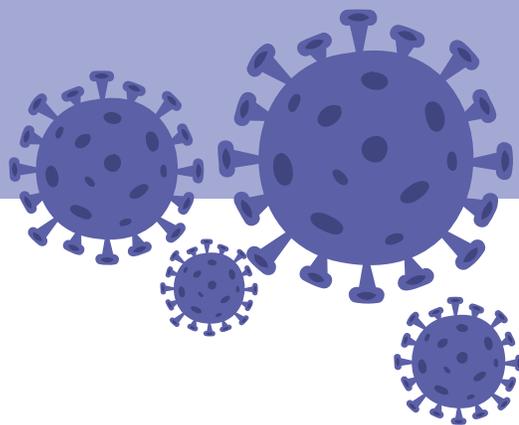


Tomado de: [https://www.colfisioaragon.org/ficheros/Ejercicios\\_Covid.pdf](https://www.colfisioaragon.org/ficheros/Ejercicios_Covid.pdf)

Estos ejercicios nos ayudan a estar tranquilos y tranquilas, relajados y relajadas. Así bajamos el nivel el nivel de estrés que cargamos en nuestro cuerpo para tener una mente sana.



# COVID-19



En caso de salir, recuerda mantener una distancia de como mínimo dos metros de distancia con las demás personas.



**QUÉDATE EN CASA**  
en lo posible.

## ¿CÓMO ME SENTÍ?



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada

¿Qué te parecieron las actividades? Marca con una X tu respuesta y comenta por qué:

---

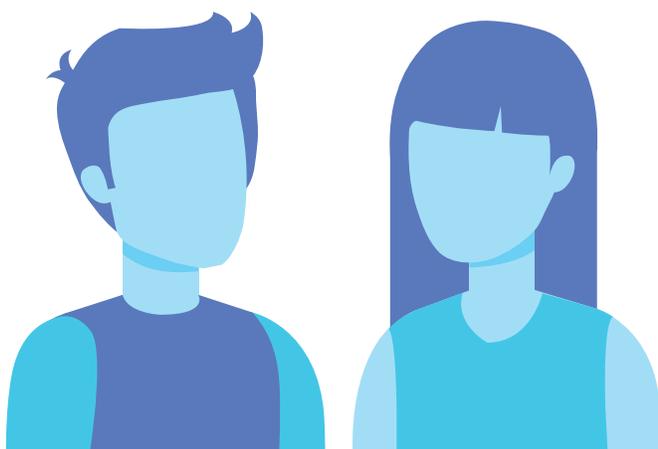
---

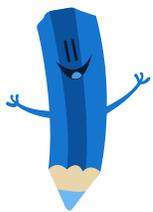
## RUEDA LA PALABRA

Objetivo	Capacidad/Habilidad
Generar canales de comunicación eficientes y orientados al bienestar individual y colectivo.	Comunicación eficaz y asertiva.



El lenguaje nos permite conectarnos con el mundo y crear puentes invisibles que construyen identidades y permiten reconocer la diversidad que enriquece la vida y favorece el entendimiento de los pueblos. La comunicación a través del lenguaje, nos permite socializar y crear símbolos que deben estar mediados por el respeto y el valor que le damos al otro y la otra. Usualmente la manera como nos comunicamos genera ambientes cordiales de discusión, por eso, debes tener en claro que la comunicación siempre debe ser asertiva, es decir, una forma de expresión honesta, directa y equilibrada, que tiene el propósito de comunicar nuestros pensamientos e ideas o defender nuestros intereses o derechos sin la intención de perjudicar a nadie. Cuando expresamos nuestro punto de vista debemos hacerlo con empatía, sin ofender al otro o la otra teniendo en cuenta su opinión, aunque no estemos de acuerdo siempre debemos generar ambientes cordiales de comunicación.





# Manos a La Obra

## TELÉFONO ROTO

Comparte esta actividad con tu familia:

1. Forma una pequeña ronda con tus abuelos, abuelas, padres, madres, hermanos y hermanas.
2. Escoge a una persona y pregúntale una frase tradicional de tu territorio, dile al oído la frase a tu familiar del lado, y cada persona debe hacer lo mismo.
3. La última persona en escuchar la frase debe decirla en voz alta.

¿Cuál fue la frase inicial?

---

---

---

---

---

¿Cuál fue la frase final?

---

---

---

---

---



¿Qué observaste cuando estaban realizando el ejercicio?

---

---

---

---

---

Después de realizar el ejercicio ¿qué sucedió en la comunicación?

---

---

---

---

---



## “MINGUIAR” CON LA PALABRA

El momento más importante en familia, es cuando se reúnen a consumir alimentos ya sea alrededor de la tulpá donde los y las mayores comparten sus historias, o en el comedor a comer cuy, donde todos intercambian experiencias del día.



Observa las imágenes y en el recuadro, marca con la cuál identificas momentos en familia y responde las siguientes preguntas.

¿Te recuerda algún momento en familia?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

En esos momentos ¿cómo era o es la comunicación entre todos los integrantes de la familia?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

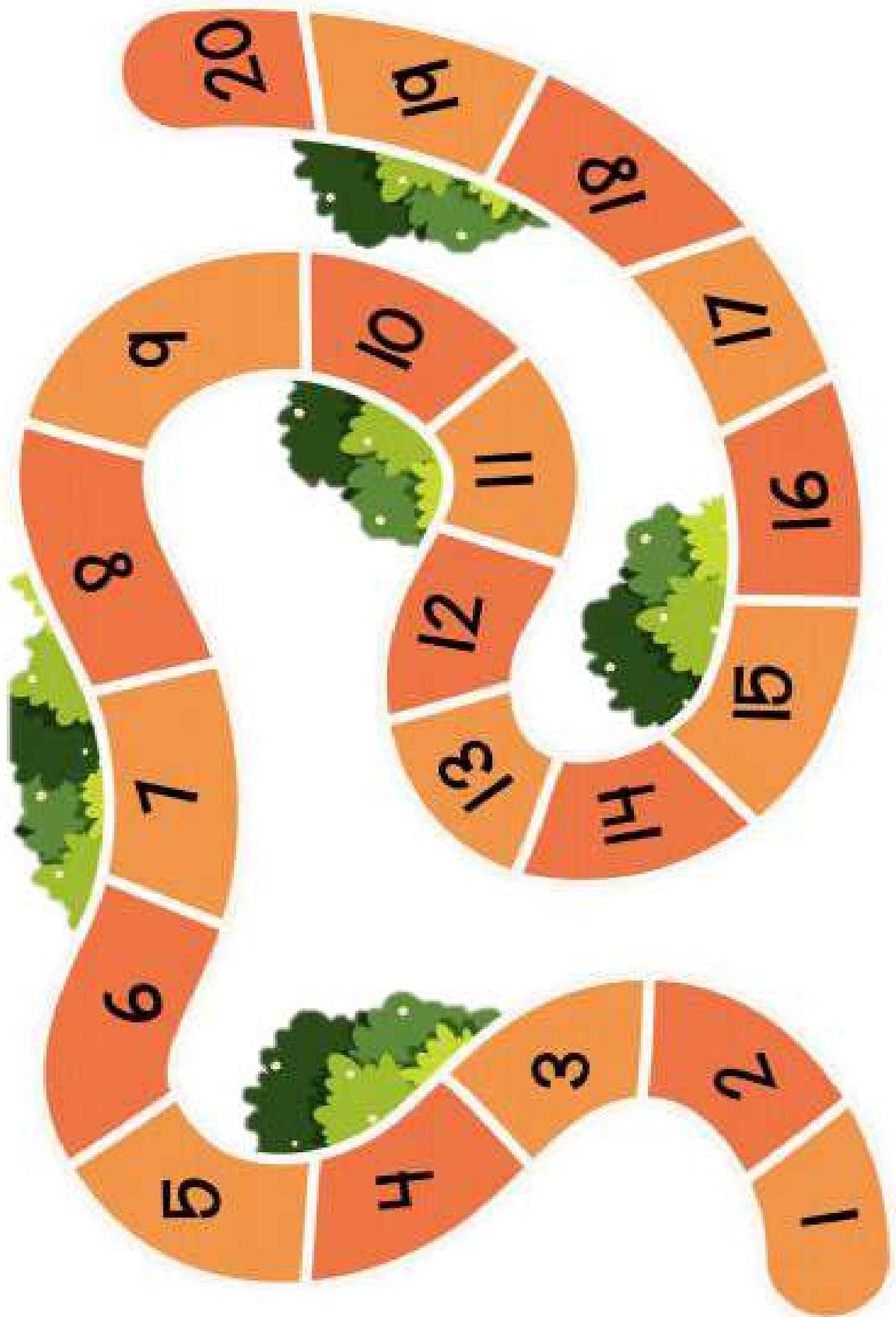
---

---

---









## Tiempo de Compartir

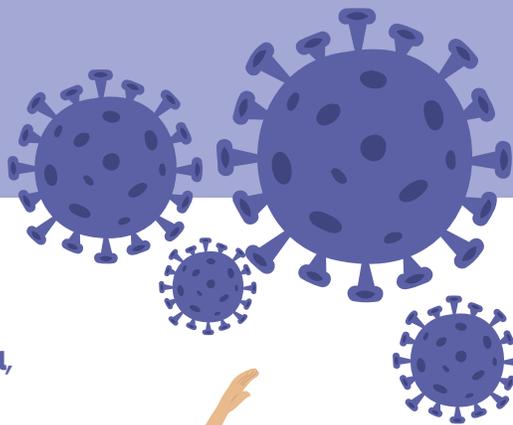


**Espiral:** Representa la unión entre el futuro, el presente y el pasado, expresando una continuidad histórica, en donde el pasado representa el futuro. Por cuanto los y las mayores van siempre delante de los y las jóvenes, dejando sus huellas a las generaciones venideras a los guaguas que van atrás. Los y las mayores que ya pasaron abren camino, esto nos permite entender el respeto por esa vida llena de experiencia de caminos surcados en actos de amor, entrega, correspondencia y complementariedad.

Dibuja el espiral y en su interior y adórnalo con frutas. Pregúntales a tus abuelos o padres que frutas o granos tradicionales puedes dibujar, por ejemplo, el maíz.



# COVID-19



**Recuerda realizar actividad física,** esto te permitirá contrarrestar el sedentarismo al estar en casa.



## ¿CÓMO ME SENTÍ?



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada

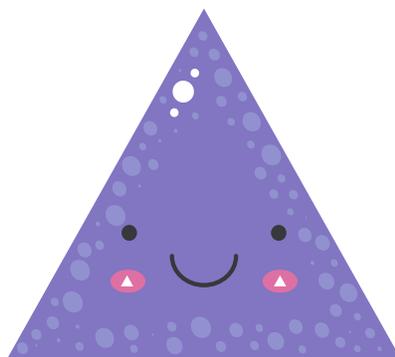
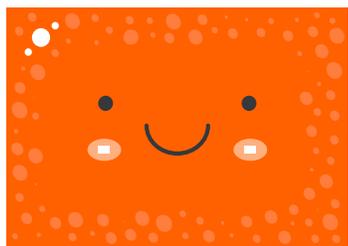
¿Qué te parecieron las actividades? Marca con una X tu respuesta y comenta por qué:

---

---

# ANEXOS

## ANEXO 1



La Cartilla **ABC PROTECTOR** fue diseñada en el marco del proyecto **“Comunidades Protectoras”**, financiado por el Fondo de Consolidación de la Paz de las Naciones Unidas y que tiene como objetivo fortalecer los mecanismos de prevención y protección de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes frente a las dinámicas de violencia, para promover la estabilización de la zona de frontera Colombia - Ecuador

### **Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia – UNICEF Colombia**

**AIDA OLIVER**

Representante

**VICTORIA COLAMARCO**

Representante Adjunta

### **Aldeas Infantiles SOS Colombia**

**ÁNGELA ROSALES**

Directora Nacional

### **Elaboración de Contenidos – Aldeas Infantiles SOS Colombia**

Adriana Carola Bravo España

Alba Miriam Bolaños Chiles

Ángela del Rosario Bolaños Delgado

Eukaris Ilayeli Burbano

Carlos Iván Tipaz Cuaspud

Leidy Lilibiana Guadir Chingudad

Andrea Estefanía Cuero

David Fernando Bastidas Castro

Karen Lilibiana Yépez Chamorro

Genny Andrea Villota Miramag

Natalia Carolina Pupiales

Leidy Fernanda Suárez

Ruth Priscila Chuquizán

### **Revisión de textos y edición**

Jorge Lisandro Garzón Cubillos – UNICEF Colombia

Katherine Herrera – UNICEF Colombia

Daniel Correa Hernández – UNICEF Colombia

Felipe Salazar Angarita – Aldeas Infantiles SOS Colombia

Lorena Díaz Cabrera – Aldeas Infantiles SOS Colombia

### **Agradecimientos**



# Líneas de Atención

Si eres víctima de violencia de género o conoces a alguien que puede serlo comunícate a las siguientes líneas:



Línea de orientación y protección a niños, niñas y adolescentes

## Línea 141 ICFB

WhatsApp: 3202391685-  
3208655450 - 3202391320

Línea de orientación a mujeres

## Línea 155 Alta Consejería para la Equidad de la Mujer

## Línea 123

Línea Nacional de Emergencias

## Línea 122 Fiscalía General de la Nación

**Email:** denunciaanonima@fiscalia.gov.co  
Fiscalía General de la Nación  
Para presentar denuncias de  
violencia intrafamiliar, violencias  
basadas en género y violencia  
sexual

### COMISARÍA DE FAMILIA DE IPIALES

Dirección: Carrera 6 # 8-75 Plaza 20 De Julio Edificio Cam. IPIALES (NARIÑO)  
Teléfono: (572)7254999, 3154592505.

### PERSONERÍA MUNICIPAL DE IPIALES.

Teléfono: 3216699634.

### COMISARÍA DE FAMILIA DE CUMBAL

Teléfono: (572) 7798041 - 7798061.

### PERSONERÍA MUNICIPAL DE CUMBAL

Dirección: Carrera 10 # 19-49. CUMBAL (NARIÑO)  
Teléfono: (572)7798041, 7798061.

Si necesitas alguien con quien hablar o algún apoyo u orientación sobre un tema personal o familiar no dudes en contactarte con las líneas de whatsapp del proyecto Comunidades Protectoras

318 361 3159  
313 691 4868