



ENFERMEDADES Y TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

con enfoque de Seguridad Alimentaria

SEXTO AÑO DE SECUNDARIA COMUNITARIA PRODUCTIVA

6



ENFERMEDADES Y TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA:

con enfoque de Seguridad Alimentaria

SEXTO AÑO DE SECUNDARIA COMUNITARIA PRODUCTIVA



PRESENTACIÓN

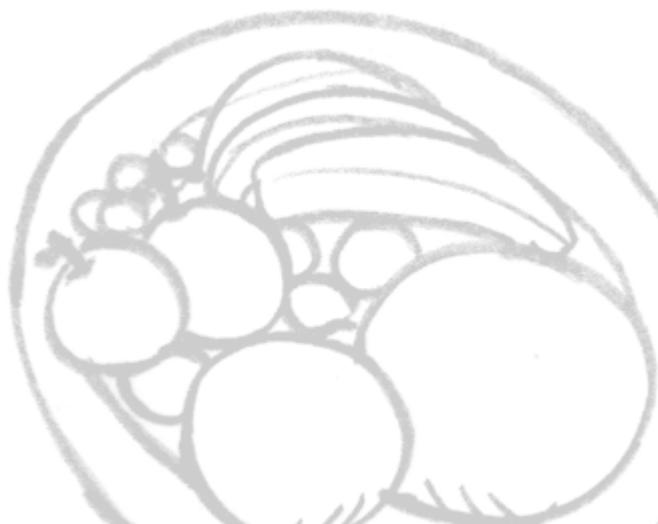
La Constitución Política del Estado Plurinacional de Bolivia reconoce que todas las personas tienen derecho a la alimentación y al agua; y define que el Estado tiene la obligación de garantizar seguridad y soberanía alimentaria a través de una alimentación sana, adecuada y suficiente para toda la población. De igual manera, el Estado ha adoptado una serie de leyes que tienen como finalidad establecer los parámetros de implementación para garantizar una alimentación saludable y culturalmente apropiada.

En el contexto educativo, la Ley 070 de la Educación “Avelino Siñani – Elizardo Pérez” establece que la seguridad y soberanía alimentaria forman parte del contenido del nuevo currículo base. Así están expresados en los nuevos planes y programas de Educación Regular, para cada uno de los niveles educativos. De igual manera, la Ley 622 de Alimentación Escolar define que la Educación Alimentaria Nutricional es obligatoria para todas y todos los estudiantes.

La educación es una de las herramientas más poderosas y efectivas de transformación social. Se aplica para mejorar el desarrollo humano y busca transmitir conocimientos a las personas, incidir en su comportamiento y entre otros, difundir información sobre diferentes temáticas de relevancia social. La educación, afortunadamente, no se aborda de una sola forma; al contrario, toma diferentes formas y se imparte de diferentes maneras. Esto permite llegar a una diversidad de personas y permite una aplicación distinta según el contexto y el entorno.

Con miras a generar un aporte a la enseñanza escolarizada en torno a la seguridad y soberanía alimentaria en Bolivia, se está desarrollando esta serie de **Guías Educativas con enfoque de Seguridad Alimentaria**. Estas constituyen un conjunto de materiales educativos para cada grado de escolaridad, desde inicial hasta sexto de secundaria que, además, han sido elaboradas con la participación activa de maestros formadores, en formación y en ejercicio. Cada guía está acompañada de una serie de hojas de trabajo, actividades de enseñanza, videos y juegos educativos para facilitar su aplicación en aula.

Estos materiales son una propuesta para continuar fortaleciendo la educación integral con pertinencia social centrada en prácticas saludables. ¡Esperamos que les sea de utilidad!



PROYECTOS SOCIO PRODUCTIVOS:





¿Qué es un PSP?

El Proyecto Socio Productivo (PSP) es un documento de planificación y gestión de las acciones de la comunidad educativa en la escuela. El PSP materializa y orienta las acciones de la comunidad educativa en respuesta a una problemática social o una potencialidad productiva que tiene la comunidad donde está la escuela. El PSP es un instrumento de planificación legal y está reconocido por el Ministerio de Educación en el marco de la actual ley educativa.

¿Cómo se elaboran los PSP?

Los actores de una comunidad educativa (padres, estudiantes, docentes, personal administrativo, organizaciones sociales e institucionales) identifican necesidades locales o potencialidades productivas para abordar desde la escuela. Estas necesidades o potencialidades productivas se presentan en una reunión comunitaria de la Unidad Educativa y, de estas, se elige la más urgente o la que se considera la más problemática para la comunidad. La temática elegida se plasma en un PSP como una propuesta desde la comunidad educativa hacia la comunidad en la que se encuentra la escuela.

En años recientes, muchas comunidades educativas han identificado cómo la malnutrición afecta al rendimiento escolar. En respuesta, muchas escue-

las han desarrollado PSPs centrados en mejorar el estado nutricional de los estudiantes. Comúnmente, los proyectos se han denominado: "Alimentación Saludable," "Mejoramiento de Hábitos Alimenticios," "Alimentación Saludable para Vivir Bien," "Consumo de Alimentos Saludables para Vivir Bien," "Fortaleciendo la Alimentación Saludable," "Cuidado del Agua para una Alimentación Sana," etc.

Si bien ninguna de esas denominaciones o títulos es incorrecta, se recomienda ampliar y abordar la alimentación desde el enfoque de la Seguridad Alimentaria. Esto permitirá integrar y diversificar las actividades a realizarse considerando cada uno de los pilares de la Seguridad Alimentaria. En este sentido, se sugiere una denominación como ser "*PSP de Seguridad Alimentaria*."

¿Qué es Seguridad Alimentaria?

Según la definición establecida por la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), "la Seguridad Alimentaria existe cuando todas las personas tienen en todo momento acceso físico y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimenticias y sus preferencias en cuanto a los alimentos a fin de llevar una vida activa y sana."³

³ Definición de la FAO asumida desde 1996 en la Cumbre Mundial de Alimentación que se desarrolló del 13 al 17 de noviembre en Roma, Italia.



Partiendo de esta definición, un PSP de Seguridad Alimentaria tendrá que estar articulado a los tres pilares fundamentales de este concepto: acceso, disponibilidad y uso adecuado de los alimentos.

Acceso: las personas tienen la capacidad física y económica para obtener alimentos. Es decir, un alimento se debe poder comprar/pagar y también se debe poder encontrar en la comunidad o en el radio de convivencia.

Por ejemplo: *La familia de Lupe se enteró que los arándanos son muy nutritivos, pero no están a la venta en los mercados que ellos frecuentan.*

En este ejemplo, la familia no tiene acceso físico a un alimento.

Por ejemplo: *La familia de Mario quiere comer frutillas, pero la libra cuesta 10 Bs. y no les alcanza el dinero.*

En este ejemplo, la familia no tiene acceso económico a un alimento.

En el aula, podemos reflexionar respecto al acceso a los alimentos, lo que permite analizar cómo la ubicación de los mercados, así como los precios, facilitan o impiden a las personas obtener

alimentos. En este componente podemos introducir conceptos vinculados a economía, distribución espacial y topografía, entre otros.

Disponibilidad: los alimentos están presentes y disponibles, en cantidad y calidad suficientes para satisfacer las necesidades alimentarias de las personas. Es decir, un alimento se debe poder encontrar en la comunidad o en el radio de convivencia.

Por ejemplo: *La familia Pérez dejó de producir walusa porque ya nadie la compra. Ahora solo producen y venden papa.*

En este ejemplo, la familia no tiene disponibilidad de un alimento porque ya no lo produce.

Por ejemplo: *Debido a las inundaciones en Cochabamba, los productores perdieron sus sembradíos de haba por lo que este producto desapareció de los mercados por una temporada.*

En este ejemplo, el haba no está disponible en el mercado por razones climatológicas.

En el aula, podemos reflexionar sobre la disponibilidad de los alimentos, lo que permite abor-



dar diferentes análisis sobre los sistemas alimentarios locales e internacionales y cómo estos funcionan para que los alimentos lleguen a los mercados. En este componente podemos introducir conceptos vinculados a geografía, transporte, medio ambiente y muchos otros.

Uso Adecuado: las personas cuentan con los conocimientos necesarios y los hábitos adecuados para alimentarse de manera sana y saludable. Es decir, las personas le dan un buen uso a los alimentos cuando cuentan con los conocimientos sobre cómo prepararlos, consumirlos y conservarlos.

Por ejemplo: *En la casa de Pedro, se entierran superficialmente las papas que se compran para así conservarlas por más tiempo.*

En este ejemplo, la familia conoce cómo extender la vida de los alimentos conservándolos de manera adecuada.

Por ejemplo: *En la casa de Rosa cuentan con un lugar limpio para preparar sus alimentos y saben cómo preparar dietas variadas y saludables a bajo costo. También cuentan con un lugar protegido para colocar la basura.*

En este ejemplo, la familia emplea sus conocimientos para alimentarse de manera variada y garantizar que los alimentos que preparan no se mezclen con la basura.

Por ejemplo: *En los kioscos de la escuela, las vendedoras de alimentos no mezclan los alimentos crudos con los alimentos cocidos, además de tenerlos en envases cerrados para protegerlos de factores externos.*

En este ejemplo, las vendedoras cuidan los alimentos para garantizar que estos no se contaminen y posteriormente afecten la salud de sus clientes.

Observaciones Finales:

Un PSP de Seguridad Alimentaria permite a la comunidad educativa explorar más allá de qué caracteriza una alimentación saludable; también facilita reflexionar sobre condiciones sociales, económicas y geográficas que influyen sobre el acceso, la disponibilidad y el uso de los alimentos.

Se resalta que para optimizar el abordaje integral de la Seguridad Alimentaria es importante, siguiendo el marco de gestión pedagógica de la Ley 070 de la Educación "Avelino Siñani - Elizardo Pérez," articular actividades didácticas en las cuatro dimensiones del aprendizaje: *Ser, Saber, Hacer y Decidir.*

EDUCACIÓN ESCOLAR CON ENFOQUE DE SEGURIDAD ALIMENTARIA





De acuerdo a la Ley 070 de la Educación “Avelino Siñani - Elizardo Pérez,” la Seguridad Alimentaria forma parte de dos Ejes Articuladores: Educación en Convivencia con la Madre Tierra y Salud Comunitaria; Educación para la Producción. También forma parte del contenido del nuevo currículo base. Así está expresado en los nuevos planes y programas de Educación Regular para cada uno de los niveles educativos. De igual manera, la Ley 622 de Alimentación Escolar define que la Educación Alimentaria Nutricional es obligatoria para todos las y los estudiantes.

Para optimizar los procesos de enseñanza y aprendizaje en torno a la Seguridad Alimentaria, se considera necesario reflexionar sobre cuáles pueden ser los objetivos a ser alcanzados en los 12 a 14 años de escolaridad. Definir los objetivos permitirá desarrollar acciones integrales y sostenibles a largo plazo que además encuadren dentro del marco filosófico del Comer Bien para Vivir Bien.



REFLEXIONES SOBRE SEGURIDAD ALIMENTARIA





Con el objetivo de aportar a la propuesta educativa y las acciones didácticas de las y los docentes, se plantean a modo de ejemplo algunos posibles objetivos para articular la Seguridad Alimentaria en el currículo educativo. Estos también pueden ser articulados en la planificación, ejecución y evaluación de un PSP comunitario.

Para iniciar una reflexión respecto a las implicaciones que plantea cada objetivo de educación escolar con enfoque de Seguridad Alimentaria, se ofrecen, a continuación, algunas interrogantes básicas en la temática. Estas se pueden analizar en el aula, con los estudiantes, a modo de identificar cómo están vinculadas al componente de acceso, disponibilidad o uso adecuado de los alimentos. Algunas interrogantes aplican a más de un componente.

Reflexiones

El alza de precios en los alimentos condiciona la capacidad de adquirir tanto cantidad como variedad de alimentos. También condiciona la elección de unos productos sobre otros; por ejemplo, comprar tres sobres de sopas instantáneas en vez de una libra de pescado cuando tienen el mismo precio.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿pueden identificar cómo les afecta la subida de precios a la hora de comprar sus alimentos?**

Saber cómo se producen los alimentos que uno consume permite a las personas contar con mayor información y hacer elecciones más concientes al momento de comprar sus alimentos.

- Los actores de la comunidad educativa ¿saben cómo se producen los alimentos que consumen?

Conocer los espacios institucionales, los procedimientos legales, como también saber cómo hacer agencia ciudadana permite a las personas y comunidades saber cómo defender su derecho de acceder a alimentos variados, nutritivos y económicos.

- Los actores de la comunidad educativa ¿saben a quiénes unirse o dónde denunciar cuando no pueden acceder física o económicamente a los alimentos?

Identificar lo bueno y lo malo de comprar al por menor y/o al por mayor permite a las personas considerar diferentes opciones de compra que responden mejor a sus posibilidades económicas.

- Los actores de la comunidad educativa ¿pueden identificar si es favorable para su economía comprar alimentos al por menor o al por mayor?

Identificar el impacto que causa la falta de tiempo puede contribuir a repensar las formas de organiza-



ción del tiempo familiar, laboral, escolar y por ende, identificar alternativas para compensar este impacto.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿saben cómo la falta de tiempo, en especial a raíz de horarios escolares y laborales, afecta su acceso a alimentos saludables?**

Identificar cómo influye, en los hábitos de consumo, el tiempo invertido en la adquisición y preparación de los alimentos permite reflexionar sobre comportamientos/patrones actuales y analizar si estos llevan a un mayor consumo de alimentos saludables o insalubres.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿pueden identificar cómo influye el tiempo invertido en buscar y preparar alimentos en sus hábitos de consumo?**

Conocer cómo producir alimentos propios permite a las personas alcanzar algún grado de autonomía para garantizar su derecho a la alimentación y contrarrestar vulnerabilidades ante la inseguridad alimentaria.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿saben cómo producir alimentos y/o producen alimentos propios?**

Saber cómo conservar alimentos permite conocer técnicas de conservación para garantizar acceso a estos a lo largo del año. También ayuda a disminuir el

desperdicio de los alimentos.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿conocen formas de conservar alimentos?**

Contar con información y usar algún medio para valorar la calidad nutricional y el estado de los alimentos disponibles en el barrio (saber el tipo de manipulación que han recibido, identificar la fecha de vencimiento, exigir registros sanitarios, etc.) puede motivar elecciones más concientes a la hora de adquirirlos.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿usan conocimientos y procedimientos para determinar si los productos que se venden en las tiendas o ventas de su barrio son saludables?**

Saber si pueden disponer de alimentos frescos cerca de la escuela, permitiría a los estudiantes y docentes experimentar, complementar y variar el consumo de sus alimentos.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿saben dónde pueden encontrar alimentos frescos cerca de su escuela?**

Cuando los padres y las madres toman conciencia de la responsabilidad que tienen de guiar a sus hijos sobre hábitos y elecciones respecto a los alimentos, contribuyen a una educación favorable en Seguridad Alimentaria. Por el contrario, si permiten que los hijos





decidan siempre sobre qué alimentos consumir, estos pueden no tener la información necesaria para practicar una alimentación saludable.

- **Los padres de familia o tutores de los estudiantes ¿reconocen que es su responsabilidad orientar las dietas de sus hijos?**

Saber qué alimentos necesitan las personas según su edad o estado (embarazo, anemia, convalecencia, tipo de trabajo, etc.) permitiría evaluar si el tipo de dieta que uno tiene actualmente responde a sus necesidades.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿conocen qué necesitan saber o hacer para identificar el tipo de alimentación que necesitan de acuerdo a su edad o situación personal?**

Conocer cómo elaborar dietas variadas y saludables, además de utilizar procedimientos adecuados para la conservación, manipulación y preparación de alimentos permite a las personas prevenir y combatir enfermedades, fortaleciendo su salud.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿saben cómo preparar comidas balanceadas de forma higiénica?**

Es importante que los docentes, los padres y madres evalúen el tipo de alimentación escolar que reciben los estudiantes y recomienden cómo complementar y variar con

otros alimentos saludables y culturalmente adecuados.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿saben cómo garantizar comidas o refrigerios saludables para sus estudiantes?**

Si las personas planifican la compra de sus alimentos, seleccionan los insumos adecuados y saben cómo preparar comidas saludables pueden reducir costos de su canasta familiar a tiempo de garantizar una alimentación adecuada para toda la familia.

- **La comunidad educativa ¿sabe planificar, seleccionar y preparar comidas saludables de acuerdo a su presupuesto?**

Saber que comer sano no es caro y que se puede hacer a bajo costo, en un tiempo reducido y accediendo fácilmente a ingredientes saludables demostraría que comer sano, no es necesariamente caro.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿pueden valorar si la frase “comer sano es caro” es una afirmación verdadera o falsa?**

El poder describir si comieron saludable o no, en el lapso de una semana, demostraría el conocimiento que tienen para valorar si su alimentación es saludable o no. Así también, permite reflexionar sobre los actuales hábitos de los estudiantes.



- 
- **Los actores de la comunidad educativa ¿pueden valorar cuántas veces no han comido saludablemente en el lapso de una semana?**

Las personas deberían adquirir conocimientos que les permita identificar el valor nutricional de los alimentos y analizar la inocuidad de estos para saber si son aptos para el consumo.

- **Los actores de la comunidad educativa ¿cómo saben si consumen alimentos saludables y nutritivos?**

Padres y madres mejor informados pueden guiar mejor la elección y hábitos de alimentación de sus hijos.

- **Los padres de familia o tutores de los estudiantes ¿saben cómo mejorar sus conocimientos y habilidades de alimentación, para brindarles a sus hijos una alimentación saludable?**

SEGURIDAD ALIMENTARIA COMO EJE ARTICULADOR DEL SISTEMA EDUCATIVO





¿Qué son los Ejes Articuladores?

Los Ejes Articuladores son criterios que permiten realizar un abordaje relacional entre diferentes campos y áreas de conocimiento con la realidad concreta (social, cultural, económico, político y/o productivo), facilitando el desarrollo de conocimientos complementarios y recíprocos entre saberes, conocimientos, espiritualidad y práctica comunitaria (maestro - estudiante y comunidad - escuela) para contribuir al Vivir Bien en Comunidad.

Bajo el nuevo modelo educativo social comunitario y productivo, los Ejes Articuladores constituyen pilares articuladores básicos y fundamentales para el alcance de los objetivos del diseño curricular, mediante orientaciones de aplicación práctica en la relación complementaria y recíproca entre escuela y comunidad.

La implementación y cumplimiento de los Ejes Articuladores se realiza en dos niveles: a nivel **vertical** en cada uno de los subsistemas, niveles y etapas del sistema educativo; y a nivel **horizontal** en cada uno de los campos de conocimiento, áreas y disciplinas. En estos se expresa una concepción intra e interdisciplinaria, que articula armónicamente las concepciones teórico-metodológicas desde los campos de conocimientos en que se ha organizado la malla curricular.

¿Cómo surgen los Ejes Articuladores?

Alrededor del mundo existen problemas sociales que influyen, afectan e impactan de forma significativa a las sociedades. Entre estos se identifican la pobreza y la marginalidad, epidemias de salud, conflictos sociales, guerras, discriminaciones de toda índole, etc. También se presentan retos de transformación social y oportunidades productivas económicas.

Ante estas problemáticas, y de acuerdo a su inmediatez o gravedad, o el surgimiento de una oportunidad, los gobiernos identifican y priorizan acciones para abordar temáticas desde las políticas nacionales. En algunos casos estas temáticas son convertidas en acciones nacionales y en otras, ejes articuladores que pueden ser incorporados en todas las políticas que ejecuta un Estado.

¿Cómo se manejan educativamente los Ejes Articuladores?

Una forma de abordar un reto de forma preventiva o propositiva es incorporándolo al currículo de la escuela, lo que garantiza que una comunidad educativa sea expuesta a información sobre la temática y en algunos casos, sea invitada a buscar formas de sobre llevar o resolver el reto.



Cuando una temática se incorpora de manera directa como un campo de conocimiento y de enseñanza, se incorpora al mismo nivel que otros campos como son la matemática, biología, ciencias sociales, etc. Otra opción es incorporar la temática como Eje Articulador. En este caso, toda la estructura organizativa y curricular de la escuela aborda la temática, no como materia o campo de conocimiento particular, sino más bien, desde **todos** los campos de conocimiento.

¿Qué implicaciones tiene este manejo educativo de los Ejes Articuladores para la Seguridad Alimentaria?

En lo relacionado a hábitos de alimentación, se considera que el reto principal no radica en la cantidad de información que tienen las personas, sino en los hábitos de consumo que hoy en día tienen gran parte de las personas. Por ello, es fundamental transformar actitudes y prácticas respecto a la alimentación entre los estudiantes, sus familias y los docentes. Esto con miras a repercutir en la seguridad alimentaria de las personas.

Nos preguntamos: ¿Los niños saben que comer sano es importante? ¿Saben por qué no es bueno consumir carbohidratos en exceso? ¿Saben qué sucede cuando uno consume azúcar, grasas y harinas en grandes cantidades? Es muy probable que un buen porcentaje de personas respondería en afirmativo a todas estas preguntas.

Si una mayoría de personas sabe que comer sano, va-

riado y nutritivo es importante, ¿dónde radica el problema de la mala alimentación? Y si las personas saben qué alimentos son sanos, ¿por qué transversalizar o articular esta temática con la escuela y el currículo?

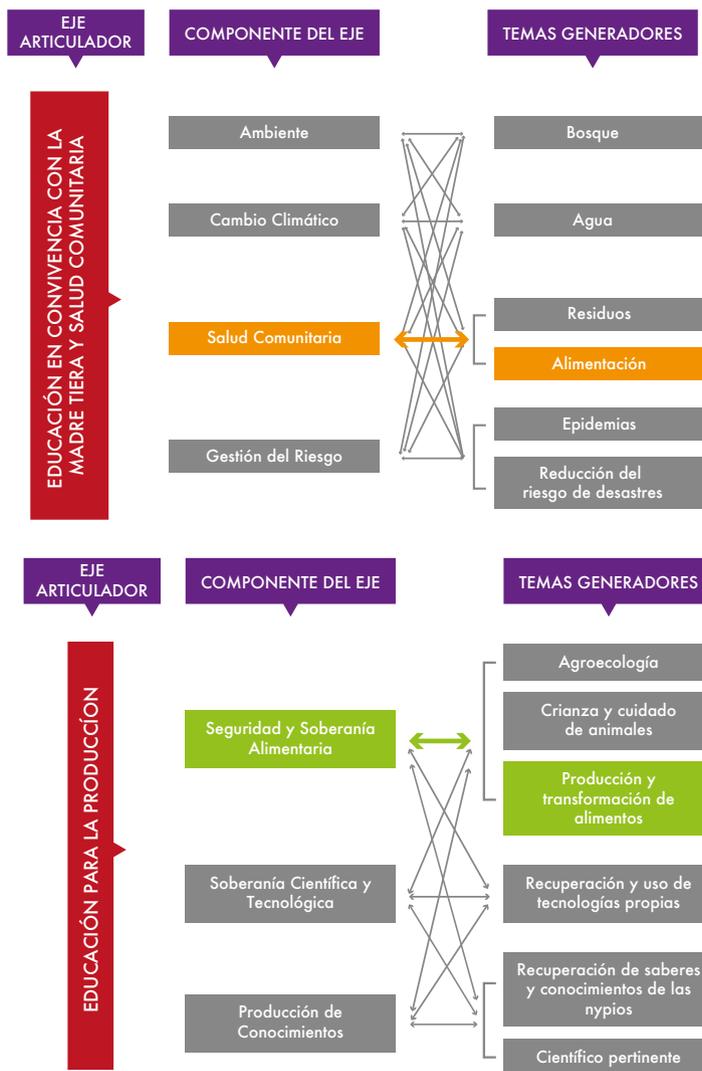
El reto es pasar de la tradicional socialización de información a la capacidad de generar cambios de actitud y prácticas de alimentación. Por ello, el enfoque educativo y didáctico que verdaderamente logre incorporar la seguridad alimentaria y la alimentación como Eje Articulador al currículo. Estos temas deberán a su vez, complementar los demás Ejes incluyendo la interculturalidad y bilingüismo, la producción, etc.

¿Qué Ejes Articuladores incorporan la Seguridad Alimentaria?

La actual política educativa define que existen cuatro Ejes Articuladores y que estos deben ser incorporados a lo largo del currículo: Educación Intracultural, Intercultural y Plurilingüe; Educación en Valores Sociocomunitarios; Educación en Convivencia con la Madre Tierra y Salud Comunitaria; y Educación para la Producción.

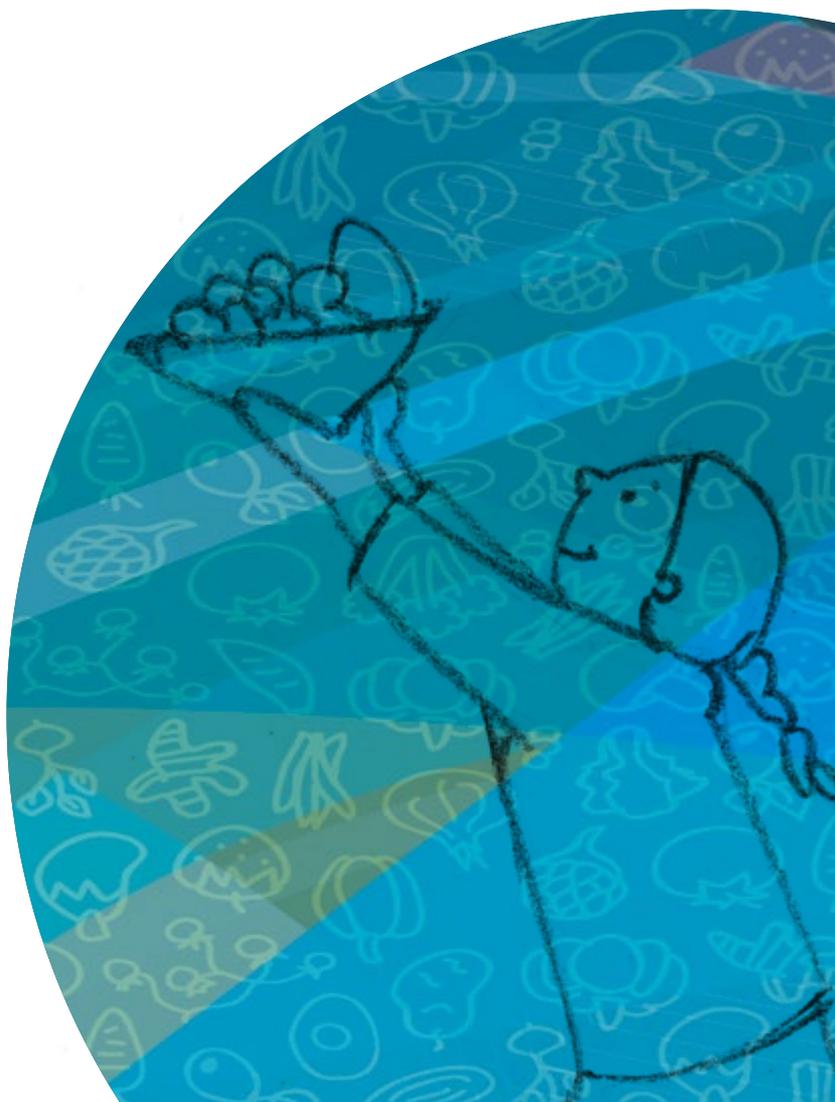
Los Ejes Articuladores que incorporan más específicamente la Seguridad Alimentaria son: Educación en Convivencia con la Madre Tierra y Salud Comunitaria; y Educación para la Producción (ver cuadro a continuación):

Ejes articuladores para la concreción curricular *



*Fuente: Ministerio de Educación (2016). *Educación Inicial en Familia Comunitaria: Los Ejes Articuladores en la Concreción Curricular*. Unidad de Formación No. 11, Cuadernos de Formación Complementaria. Bolivia. http://www.minedu.gob.bo/micrositios/biblioteca/disco-2/formacion_complementaria/2017/PROFOCOM_1/SERUF-11-Educacion-Inicial.pdf

DIMENSIONES DE LA UNIDAD TEMÁTICA





En esta guía, la temática “Enfermedades y Trastornos de la Conducta Alimentaria” busca impulsar una auto reflexión en torno a hábitos alimentarios y generar mayor consciencia sobre el impacto de los alimentos consumidos sobre la salud y las personas. Así también, busca recordar que es importante darles un uso adecuado a los alimentos e impulsar hábitos saludables para evitar el desarrollo de enfermedades y trastornos que afecten el desarrollo y el bienestar de las personas.

La alimentación es un acto básico y necesario para sostener la vida a tiempo de constituirse en un derecho humano y fundamental. Por ello, es importante valorar los impactos de nuestros hábitos alimentarios e identificar maneras para mejorar e incrementar la ingesta de alimentos saludables. Estas temáticas pueden vincularse a las actividades escolares para lograr que la comunidad educativa aprenda a elegir determinados alimentos sobre otros para cuidar de su salud y la de su familia.

La alimentación no solo se constituye en un contenido curricular que debe ser enseñado en el aula. También tiene una **dimensión social** muy importante. Por ejemplo:

Factores como la globalización y la urbanización han impactado la cultura alimentaria alrededor del mundo, alejando a las personas de formas ancestrales de concebir el alimento. A tiempo de conllevar a nuevas

conductas alimentarias, también existe una tendencia de darle mayor importancia a lo estético por encima de la salud y el bienestar. Esto ha fomentado un incremento en los trastornos vinculados a la alimentación que tienen un impacto muchas veces irreversible sobre el bienestar de las personas y la sociedad.

En el aula, podemos invitar a los estudiantes a reflexionar sobre: ¿Qué pasa con una persona que no puede alimentarse bien? ¿Por qué actualmente existen tantas personas con trastornos en su conducta alimentaria alrededor del mundo? ¿Qué impactos tienen estos trastornos sobre la persona, la familia y la sociedad? ¿Qué relación existe entre los estereotipos de la belleza y el cambio de conductas alimentarias?

Debido a que la globalización y la geopolítica van influyendo sobre los sistemas alimentarios e influyen sobre el acceso a alimentos y hábitos de consumo, la alimentación también revela una **dimensión económica** que puede ser abordada en el aula.

Las nuevas dinámicas de producción masiva, resultado de un mundo cada vez más globalizado, han llevado a reducir el costo de producción de algunos alimentos a tiempo de encarecer otros. También han facilitado la presencia de productos procedentes de otros países y “nuevos alimentos” en mercados alrededor del mundo.



Estas tendencias han impactado radicalmente las dietas de las personas, generando repercusiones positivas y negativas sobre la salud.

En el aula, podemos invitar a los estudiantes a reflexionar sobre: ¿Qué impactos ambientales genera la industria alimentaria? ¿Cuáles son los costos de adoptar monocultivos y qué impactos tienen estos sobre los ecosistemas locales? ¿Cómo influyen los comerciales y las propagandas sobre nuestras decisiones alimentarias?

Las personas que van adquiriendo conocimientos acerca de los impactos de sus hábitos alimentarios, así como conocimientos en torno a los riesgos que presentan las enfermedades y los trastornos alimentarios, tienden a desarrollar hábitos más saludables. Así también, desarrollan un mayor entendimiento del impacto de sus decisiones sobre su propio bienestar y mayor conciencia acerca de la importancia de cuidar de la Madre Tierra. Por ello, entender la relación entre el bienestar de las personas y el de los ecosistemas permite abordar el tema desde una **dimensión vinculada a la cosmovisión**.

Nuestros ancestros mantenían una relación estrecha con su alimentación y con la naturaleza. Reconocer las virtudes que nos brinda la Madre Tierra nos permite recuperar saberes ancestrales para hacer un uso

adecuado y respetuoso de los recursos que brinda la naturaleza para alimentarnos bien, así como practicar la medicina tradicional, preventiva y curativa, para garantizar el bienestar integral.

En el aula, podemos invitar a los estudiantes a reflexionar sobre: ¿Qué plantas medicinales conoces? ¿Qué curaciones naturales conoces o practicas con tu familia? ¿Por qué es importante cuidar la Madre Tierra? ¿Por qué debemos valorar los saberes ancestrales? ¿Qué es la extinción y cuáles son las repercusiones de las extinciones masivas?

Generando mayor sensibilización en torno a enfermedades y trastornos vinculados a la alimentación se puede articular la Seguridad Alimentaria y su abordaje puede servir como un mecanismo para brindar información sobre aspectos sociales, culturales, políticos, económicos y de cosmovisión, entre muchos otros.

Esta forma de concebir la temática también permite cumplir con metas de aprendizaje de la actual Ley de Educación, incluyendo la promoción del Saber, Ser, Hacer y Decidir. Esto va generando conocimientos oportunos entre la comunidad educativa para mejorar el estado nutricional de las personas en sus diferentes ciclos de vida.

ORIENTACIONES CURRICULARES





Para ayudarte en la gestión curricular y didáctica de esta guía, te sugerimos los siguientes pasos:

- 1.** Comprender a cabalidad la dimensión (alcance) o implicaciones del contenido: ¿de qué se trata o qué implicaciones supone aprender de este tema? Para el logro de esta consideración se procedió a revisar el currículo base oficial e identificar qué establecía el mismo sobre el tema. El contenido que expresa el currículo puede observarse en el primer recuadro.
- 2.** Una vez identificado y comprendido el contenido, de acuerdo a lo establecido por el currículo, se procedió a organizarlo y secuenciarlo. Esta información también se encuentra en el primer recuadro, para una mejor comprensión pedagógica.
- 3.** En el segundo recuadro se muestran las áreas de saberes y conocimientos, tal como están referidos y presentados en el currículo para este grado de escolaridad.
- 4.** Se identificaron contenidos referidos a la temática que pueden complementar o ampliar la temática de la presente guía didáctica. Esta referenciación curricular fue identificada en el PAT 2020. Esta información se presenta en el tercer recuadro.

UNIDAD TEMÁTICA

- Inocuidad en la manipulación de alimentos
- Medicina tradicional, natural y curaciones caseras
- El equilibrio iónico: producto de solubilidad en el análisis del agua para consumo humano
- La geopolítica
- Géneros periodísticos: informativo, opinión e interpretativo
- La poesía boliviana contemporánea
- La globalización
- La antropología filosófica
- La alimentación en la práctica de la actividad física y deportiva
- Trastornos de la conducta alimentaria

ÁREA DE SABERES Y CONOCIMIENTOS

- Biología
- Química
- Geografía Comunicación y lenguajes
- Cívica
- Cosmovisiones y filosofía
- Educación física y deportes

REFERENCIACIÓN CURRICULAR EN EL PAT 2020

CONTENIDO TEMÁTICO	PAG
Salud y enfermedad: prevención de enfermedades transmisibles. Inocuidad en la manipulación de alimentos	108
Prácticas de preservación de la salud: medicina tradicional, natural y curaciones caseras	
Titulación de ácidos y bases de uso cotidiano	127
Geopolítica	50
Género periodísticos: informativo, opinión e interpretativo	15
La poesía boliviana contemporánea	16
La globalización	55
Concepto de antropología y antropología filosófica	140
La alimentación en la práctica de la actividad física y deportiva	74
Trastornos alimenticios	

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS





A la hora de poner en práctica esta unidad temática, te sugerimos también tomar en cuenta las siguientes recomendaciones u orientaciones para su aplicación:

- 1.** El tiempo definido para las actividades es un tiempo estimado ya que la enseñanza no depende del tiempo sino del nivel de respuesta y aprendizaje de los estudiantes.
- 2.** Toda actividad o situación didáctica implica la consideración de al menos tres elementos: comprensión de la consigna de trabajo tanto por el docente como por los niños; el requerimiento de un material o recurso didáctico que debe ser organizado o elaborado previamente a su aplicación; y por último, una intervención docente o acompañamiento pedagógico, es decir un apoyo que debe brindar el/la docente para que las y los estudiantes logren un aprendizaje satisfactorio.
- 3.** Las actividades y materiales educativos priorizan, sobre todo, la reflexión e invitación a un cambio de actitud respecto a los alimentos y la alimentación como foco principal de la acción didáctica. También están orientadas a la transformación de prácticas negativas por otras más positivas. Finalmente proveen la comprensión de algunos conceptos básicos que se encuentran al final de esta guía en un glosario.

4. Todo el material incluido en esta guía puede ser adecuado y/o ampliado. El/la docente puede elaborar material didáctico complementario. El material de este paquete didáctico se constituye en un material básico sobre el cual se pueden generar otras propuestas educativas.

¡Buena suerte!

PLAN DE CLASE

Introducción

Los planes de clase están estructurados en armonía con el Modelo Educativo Sociocomunitario Productivo. Bajo el enfoque de Seguridad Alimentaria y mediante el aporte de varios docentes en ejercicio y formación, se presentan planificaciones con mayor concreción curricular en cada uno de los momentos metodológicos, así como los criterios de evaluación, que se encuentran al final de cada unidad temática.



PROPUESTA DE PLAN DE CLASE : 1

UNIDAD TEMÁTICA	ÁREA DE SABERES Y CONOCIMIENTOS
Inocuidad en la manipulación de alimentos	Biología
OBJETIVO HOLÍSTICO	
Promovemos el cuidado de la salud integral comunitaria, a partir de la caracterización de las normas básicas de la manipulación higiénica de los alimentos, produciendo videos educativos acerca de la inocuidad alimentaria en el hogar para contribuir a la seguridad alimentaria en la comunidad.	

1ER MOMENTO METODOLÓGICO: PRÁCTICA

ACTIVIDAD 1: Aspectos que influyen sobre la inocuidad de los alimentos

¿QUÉ?

Determinación de aspectos negativos y positivos en la manipulación de alimentos en el entorno

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente organiza una visita al mercado más próximo y divide a los estudiantes en grupos de 4 personas.

Para esta asignatura, se recomienda organizar una reunión previa con los padres de familia para que estén familiarizados con el trabajo fuera de aula que realizarán los estudiantes y explorar si alguno de ellos gusta participar de la visita al mercado.

Antes de iniciar la visita por el mercado, el/la docente hace la entrega de una copia de la hoja de trabajo (**Anexo 1**) a cada grupo. La consigna principal es observar cómo se realiza la manipulación de los distintos tipos de alimentos (frescos y preparados) y realizar las siguientes preguntas a las personas que comercializan dentro del mercado:

- *En su puesto de venta, ¿qué medidas de limpieza utilizas?*
- *¿Cómo cuida la salud de sus clientes?*

Una vez de vuelta en el aula, los y las estudiantes comparan sus observaciones y hacen la entrega de sus hojas de trabajo. El/la docente invita a los estudiantes a reflexionar acerca de la importancia de realizar una manipulación adecuada de los alimentos y los impactos de una manipulación inadecuada sobre la salud de la comunidad.

¿CON QUÉ?

Una copia de *¿Cómo se realiza la manipulación de los alimentos en el mercado?* (**Anexo 1**) para cada grupo.

**¿EN
CUÁNTO
TIEMPO?**

2 horas pedagógicas

2DO MOMENTO METODOLÓGICO: TEORÍA**ACTIVIDAD 2: Lo que debemos saber sobre inocuidad alimentaria**

¿QUÉ?

Inducción sobre la inocuidad en la manipulación de los alimentos

El/la docente realiza una breve introducción conceptual sobre el tema del día, dando énfasis a los siguientes términos:

- Contaminación cruzada
- Contaminante
- Desinfección
- Higiene alimentaria
- Infección alimentaria
- Inocuidad alimentaria

**¿CÓMO LO
VAMOS A
HACER?**

Como refuerzo teórico, puede emplearse la presentación de las diapositivas "Higiene y manipulación de alimentos", disponible en: <https://2tecprevriesgos2010.files.wordpress.com/2010/08/higiene-y-manipulacion-de-los-alimentos.ppt>

Incluso, puede emplearse el video "¿Qué es la inocuidad de alimentos?", disponible en: <https://youtu.be/Y1YN0yf6B3Q>

Para dar inicio al trabajo de investigación, el/la docente hace la entrega de una copia de la hoja de trabajo (**Anexo 2**) a cada estudiante. Cada estudiante deberá realizar su investigación de manera independiente.

¿CON QUÉ?

- Pizarra
- Tiza o marcadores
- Reproductor de video (opcional)
- Proyector
- Una copia de *Enfermedades transmitidas por alimentos* (**Anexo 2**) para cada estudiante.

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

4 horas pedagógicas

3ER MOMENTO METODOLÓGICO: VALORACIÓN

ACTIVIDAD 3: Inocuidad alimentaria en el hogar

¿QUÉ?

Reflexión acerca de la inocuidad en la manipulación de alimentos dentro del hogar

Para introducir el tema del día, el/la docente presenta el video "OMS: Las cinco claves para la inocuidad de los alimentos", disponible en: <https://youtu.be/ULZSfVpLtQ>

Posteriormente, el/la docente transcribe la siguiente tabla en la pizarra, misma que debe ser copiada y completada por cada estudiante en su cuaderno.

Consigna: *Utiliza los siguientes 10 minutos para escribir 3 prácticas de higiene en torno a una buena manipulación de alimentos y marca con una X si actualmente practicas este hábito o si podrías ponerlo en práctica en el futuro.*

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Práctica (ejemplo): En casa, limpio el mesón antes y después de preparar mis alimentos	X	Esto lo practico
		Esto podría ponerlo en práctica
Práctica 1:		Esto lo practico
		Esto podría ponerlo en práctica
Práctica 2:		Esto lo practico
		Esto podría ponerlo en práctica
Práctica 3:		Esto lo practico
		Esto podría ponerlo en práctica

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente invita a una participación voluntaria para que los estudiantes puedan compartir y reflexionar acerca de hábitos de higiene que se practican en el hogar y la importancia de estas prácticas para el bienestar de la persona y la familia.

¿CON QUÉ?

- Pizarra
- Tiza o marcadores
- Reproductor de video

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 hora pedagógica

4TO MOMENTO METODOLÓGICO: PRODUCCIÓN

ACTIVIDAD 4: Hagamos una campaña de higiene alimentaria

¿QUÉ?

Producción de videos educativos

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

A partir de los grupos establecidos en el primer momento metodológico, el/la docente asigna la elaboración de un video informativo sobre uno de los siguientes temas:

- 5 claves para mantener la inocuidad de los alimentos
- Descripción de dos Enfermedades de Transmisión Alimentaria (ETA)
- Formas de contaminar los alimentos
- Peligros que acechan a los alimentos
- Hábitos higiénicos que debe tener un manipulador de alimentos

Los videos se presentarán en el aula para recibir la retroalimentación de todas y todos los estudiantes. Adicionalmente, pueden ser compartidos en alguna plataforma educativa, en reuniones con la comunidad educativa y en las redes sociales de la escuela.

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
- Cámara o celular

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

2 horas pedagógicas para la elaboración de los esbozos de los videos

Horas extracurriculares para la grabación

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD TEMÁTICA

DIMENSIONES

SER-DECIDIR	SABER	HACER
<ul style="list-style-type: none">• Valoración de la importancia del cuidado de la salud integral en la comunidad.• Manifestación de responsabilidad compartida en las tareas asignadas.• Reflexión sobre la importancia de la inocuidad en la manipulación de alimentos.	<ul style="list-style-type: none">• Conceptualización de términos referentes a la inocuidad alimentaria.• Conocimiento de las normas básicas en torno a la inocuidad en la manipulación de alimentos.• Conocimiento de las ETAs.	<ul style="list-style-type: none">• Observación de prácticas de higiene en la manipulación de alimentos en el mercado.• Investigación y revisión bibliográfica sobre las ETAs.• Elaboración de un video informativo sobre higiene alimentaria.

PROPUESTA DE PLAN DE CLASE : 2

UNIDAD TEMÁTICA	ÁREA DE SABERES Y CONOCIMIENTOS
Inocuidad en la manipulación de alimentos	Biología
OBJETIVO HOLÍSTICO	
Promovemos la práctica de la responsabilidad y el bienestar común mediante la identificación de medidas higiénicas para la manipulación de alimentos a través de la elaboración de infografías y videos educativos para contribuir al cuidado de la salud en la comunidad.	

1ER MOMENTO METODOLÓGICO: PRÁCTICA

ACTIVIDAD 1: Alimentos y enfermedades alimentarias

¿QUÉ?

Analizamos noticias nacionales sobre la manipulación inadecuada de los alimentos y su repercusión en la salud comunitaria

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Para iniciar la jornada, el/la docente comparte dos enlaces a artículos de periódico en torno a la temática del día. En caso de tener acceso limitado a internet o en caso de que algunos alumnos no cuenten con acceso a teléfonos con servicio de internet, los artículos también pueden ser entregados en formato impreso o proyectados contra la pared o la pizarra.

Mediante una participación voluntaria y de manera colectiva, se lee uno de los siguientes artículos en voz alta:

- “Aumentan los casos de enfermedades por comida contaminada”, disponible en: <https://www.pagina-siete.bo/sociedad/2017/10/30/aumentan-casos-enfermedades-comida-contaminada-157566.html>
- “La comida chatarra produce al menos siete enfermedades”, disponible en: <https://www.pagina-siete.bo/sociedad/2017/1/30/comida-chatarra-produce-menos-siete-enfermedades-125459.html>

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Para potenciar un diálogo activo y una reflexión grupal, el/la docente plantea las siguientes preguntas, permitiendo participaciones espontáneas:

- *¿Qué significa la sigla ETA?*
- *¿Qué enfermedades se mencionan en el artículo?*
- *¿Conoces algún familiar o vecino que haya contraído alguna ETA?*
- *¿Crees que estas noticias son falsas? ¿Sí? ¿No? ¿Por qué?*
- *¿Alguna vez visitaste un establecimiento de expendio de alimentos donde no se practicaba una adecuada manipulación de alimentos? ¿Cuál fue tu reacción a esta situación? ¿Por qué crees que algunas personas no practican la higiene alimentaria a pesar de los riesgos asociados?*

¿CON QUÉ?

- Pizarra
- Tiza o marcadores
- Artículos periodísticos impresos (opcional)
- Proyector (opcional)

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 hora pedagógica

2DO MOMENTO METODOLÓGICO: TEORÍA

ACTIVIDAD 2: ¡Revisemos el manual para manipuladores de alimentos!

¿QUÉ?

Identificación de las medidas higiénicas de manipulación de alimentos

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente introduce conceptos vinculados a la manipulación de alimentos; posteriormente, organiza a los estudiantes en grupos de 3 personas. Cada grupo recibe un módulo del "Manual para manipuladores de alimentos - Alumno" elaborado por la FAO. Se recomienda que el docente cuente también con una copia del manual para docentes:

- Manual para alumnos: <http://www.fao.org/3/a-i7321s.pdf>
- Manual guía para docentes: <http://www.fao.org/3/a-i5896s.pdf>

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

A partir de los contenidos ofrecidos, el/la docente solicita que cada grupo elabore una investigación en torno a su módulo:

- Peligros de los alimentos
- Enfermedades transmitidas por los alimentos
- Medidas higiénicas para prevenir la contaminación de los alimentos

Como trabajo final, cada grupo deberá elaborar y presentar una infografía sobre su tema. Para guiar las labores, el/la docente hace la entrega de una copia de la hoja de trabajo **(Anexo 3)** a cada grupo.

Las infografías también pueden ser compartidas en espacios frecuentados dentro de la Unidad Educativa, en reuniones de la comunidad educativa y en alguna plataforma educativa. También se puede coordinar con la Maestra Mayor del mercado vecinal para realizar una feria informativa en el mercado.

¿CON QUÉ?

- Una copia impresa de cada módulo
- Una hoja de papel pliego o resma
- Hojas tamaño carta
- Marcadores
- Una copia de *Cómo hacer una infografía* **(Anexo 3)** para cada grupo

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

4 horas pedagógicas

3ER MOMENTO METODOLÓGICO: VALORACIÓN

'ACTIVIDAD 3: ¿Qué tan peligrosas son las ETA?

¿QUÉ?

Reflexión sobre el impacto de las ETA en la salud comunitaria

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente realiza una breve presentación sobre las ETA más comunes en Bolivia. La explicación puede ir acompañada del video "Enfermedades transmitidas por alimentos ETA" disponible en: <https://youtu.be/QDP-dCSx7BU4>

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Posteriormente, los estudiantes se organizan en un círculo para reflexionar acerca de las siguientes preguntas:

- *¿Cuáles son las repercusiones de las ETAs a corto, mediano y largo plazo?*
- *¿Qué razones subyacentes existen para que las ETA sean tan comunes y recurrentes en nuestro país?*
- *A partir de las prácticas de manipulación higiénica que hemos aprendido hasta el momento, ¿cómo podríamos reducir o prevenir la transmisión de ETA en nuestra comunidad?*

Las respuestas se comparten de manera espontánea. El/la docente cierra la jornada invitando a una última reflexión acerca de la relación entre una buena manipulación de los alimentos y la salud de las personas, del hogar y la comunidad.

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
- Proyector

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 hora pedagógica

4TO MOMENTO METODOLÓGICO: PRODUCCIÓN

ACTIVIDAD 4: ¡Difundamos los buenos hábitos de manipulación de alimentos!

¿QUÉ?

Elaboración de videos educativos

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Los estudiantes se vuelven a organizar en los grupos conformados para el segundo momento metodológico. El/la docente asigna la elaboración de un video corto sobre el mismo tema sobre el cual elaboraron una infografía.

Para estandarizar un protocolo en torno a la elaboración de videos, el/la docente puede compartir los siguientes videos con los estudiantes: "Creación de videos educativos", disponible en: <https://youtu.be/4FauKIJYMZU> y "Programas para hacer videos explicativos", disponible en: <https://youtu.be/tpGs0Gjbtnc>

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Se recomienda compartir los videos en el aula; también se recomienda socializarlos con otros cursos a modo de generar una cadena de aprendizaje dentro de la Unidad Educativa. Para ello, los videos podrán ser publicados en una plataforma como YouTube o compartidos mediante las redes sociales que utiliza la comunidad educativa. El/la docente deberá coordinar con los docentes de los demás cursos para ofrecer estos contenidos con fines pedagógicos.

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
- Proyector
- Cámara o celular

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 hora pedagógica

La grabación requiere horas extracurriculares

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD TEMÁTICA

DIMENSIONES

SER-DECIDIR	SABER	HACER
<ul style="list-style-type: none">• Demostración de responsabilidad en el cumplimiento de las actividades consignadas.• Valoración de la importancia de una correcta manipulación de los alimentos.• Reflexión sobre la repercusión de las ETA en la salud comunitaria.• Promoción de las buenas prácticas que contribuyen al mejoramiento de la calidad en la salud comunitaria.	<ul style="list-style-type: none">• Identificación y explicación de medidas higiénicas para una adecuada manipulación de alimentos.• Descripción de ETAs comunes y frecuentes en el contexto nacional.• Conocimiento sobre el diseño de infografías.• Conceptualización de los principales términos del tema en cuestión.	<ul style="list-style-type: none">• Lectura reflexiva de artículos periodísticos sobre las ETAs en Bolivia.• Elaboración de una infografía.• Exposición del subtema asignado.• Grabación de un video educativo.

PROPUESTA DE PLAN DE CLASE : 3

UNIDAD TEMÁTICA	ÁREA DE SABERES Y CONOCIMIENTOS
Medicina tradicional, natural y curaciones caseras	Biología
OBJETIVO HOLÍSTICO	
Fortalecemos el respeto y el aprecio por la vida, estudiando los alcances de la medicina tradicional e integral a tiempo de aprender sobre trastornos alimentarios, promoviendo la seguridad alimentaria y la salud comunitaria en familia.	

1ER MOMENTO METODOLÓGICO: PRÁCTICA

ACTIVIDAD 1: ¿Qué plantas medicinales conocemos?

¿QUÉ?

Acercamiento a la medicina natural en Bolivia

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente da inicio a la jornada presentando el video “La medicina natural en Bolivia”, disponible en: <https://youtu.be/5NxWULEDovQ>

Posteriormente, los estudiantes se organizan en parejas para analizar y reflexionar en torno a las siguientes preguntas:

- *¿Qué planta medicinal conoces y cómo lo utilizas en tu casa?*
- *¿Crees que la medicina natural es mejor, peor o igual de efectiva que la medicina convencional? ¿Por qué?*
- *¿Cuál es la importancia de la medicina natural y tradicional en Bolivia?*
- *¿Utilizaste plantas medicinales durante la pandemia de la COVID-19? ¿Cuáles? ¿Cómo las usaste? ¿Cuáles fueron los resultados?*
- *¿Cuál es la primera planta medicinal que conociste? ¿Quién y cómo hizo que la conocieras?*

La clase se vuelve a reunir en plenaria para compartir las reflexiones de cada grupo. El/la docente cierra la jornada dando a conocer la normativa boliviana en torno a la medicina tradicional y la importancia de preservar la medicina ancestral como parte integral de nuestro patrimonio cultural.

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
- Proyector

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 hora pedagógica

2DO MOMENTO METODOLÓGICO: TEORÍA

ACTIVIDAD 2: ¿Cuál es el alcance de la medicina natural en Bolivia?

¿QUÉ?

Estudio sobre los alcances de la medicina natural y tradicional en Bolivia

Los estudiantes se vuelven a organizar en parejas para realizar una investigación sobre las plantas medicinales de la región utilizando la siguiente tabla para sistematizar sus respuestas:

Nombre de la planta	Lugares en los que crece	Precio en el mercado	Enfermedades que cura

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Posteriormente y previa coordinación, el/la docente invita a un(a) sabio/a ancestral o médico naturista, así como a un(a) médico convencional, enfermero/a o nutricionista para hablar acerca de enfermedades alimentarias y sus respectivos tratamientos. Se sugiere que los estudiantes realicen preguntas y reflexiones espontáneas a las y los invitados para optimizar estas visitas.

Concluidas las charlas y ponencias, las y los estudiantes deberán llenar una copia de la hoja de trabajo **(Anexo 4)**. Este trabajo lo pueden realizar de manera independiente o en grupos, según el criterio de el/la docente.

A modo de profundizar sobre la temática del día, el/la docente complementa la jornada utilizando el texto base o presentando el video: "La medicina tradicional, una práctica desde tiempos inmemorables", disponible en: <https://youtu.be/Ui80R3E0laU>. Las y los estudiantes deberán elaborar un organizador visual con toda la información obtenida a lo largo del día.

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

A modo de asignatura, los estudiantes deberán realizar un trabajo de investigación en torno a un trastorno alimentario, comparando formas de tratamiento desde la medicina natural con modalidades desde la medicina convencional.

¿CON QUÉ?

- Pizarra
- Tiza o marcadores
- Cuaderno
- Reproductor de video
- Proyector
- Una copia de *Comparemos la medicina natural y la medicina convencional* (**Anexo 4**) para cada estudiante

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

2 horas pedagógicas

3ER MOMENTO METODOLÓGICO: VALORACIÓN

ACTIVIDAD 3: ¿Es necesario conocer la medicina tradicional?

¿QUÉ?

Valoración de la medicina natural y tradicional en nuestra región

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente solicita a las y los estudiantes compartir los hallazgos de su investigación. A modo de guiar una participación grupal, el/la docente da las siguientes consignas:

- ¿Qué son los trastornos alimentarios?
- ¿Los trastornos alimentarios pueden tratarse aplicando la medicina natural? ¿Sí? ¿No? ¿Por qué?
- ¿Los trastornos alimentarios pueden tratarse aplicando la medicina convencional? ¿Sí? ¿No? ¿Por qué?
- ¿Qué otros trastornos alimentarios existen además de la anorexia, bulimia y obesidad?
- ¿Cuáles son las causas de dichos trastornos?
- ¿Cuáles son los tratamientos naturales y convencionales que más les llamaron la atención?

Las y los estudiantes vuelven a organizarse en las parejas de trabajo del primer momento metodológico. Cada grupo recibe una copia del artículo "La medicina natural en Bolivia", disponible en: <https://www.lostiempos.com/tendencias/salud/20170805/medicina-natural-bolivia>

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

En plenaria y a modo de cerrar la jornada, las y los estudiantes reflexionan en torno a la consigna:

- ¿Son compatibles las dos medicinas (natural vs. convencional)?

¿CON QUÉ?

- Copias del artículo de periódico

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 hora pedagógica

4TO MOMENTO METODOLÓGICO: PRODUCCIÓN

ACTIVIDAD 4: Elaboramos podcast y videos educativos

¿QUÉ?

Producción de recursos audiovisuales sobre la medicina tradicional y trastornos alimentarios

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente presenta el video “Cómo hacer un podcast gratis”, disponible en: <https://youtu.be/vbJSLgdwJTk> y “Cómo editar videos para YouTube y hacer una intro para tu canal”, disponible en: <https://youtu.be/NYNAkCzc930>

Para dar inicio a la elaboración del material audiovisual, el/la docente organiza a las y los estudiantes en grupos de hasta 5 personas. Cada grupo deberá elaborar un video o podcast sobre uno de los siguientes temas:

- Similitudes y diferencias entre la medicina tradicional y la convencional
- Áreas del conocimiento en el campo de la medicina tradicional
- Medicina instintiva
- Plantas medicinales y modo de uso
- Remedios caseros para enfermedades comunes
- Trastornos alimentarios y su tratamiento (tradicional y convencional)

Los podcast y videos se compartirán en el aula; posteriormente pueden ser compartidas con otros cursos, en las plataformas educativas que utiliza la Unidad Educativa, en reuniones de la comunidad educativa y/o la feria pedagógica.

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
- Proyector
- Cámara, celular, grabadora

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

2 horas pedagógicas

Horas extracurriculares para la grabación

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD TEMÁTICA

DIMENSIONES

SER-DECIDIR	SABER	HACER
<ul style="list-style-type: none">• Valoración de la medicina natural y tradicional como pilares de la salud comunitaria.• Reflexión sobre la complementariedad entre la medicina tradicional y científica.• Manifestación de respeto en el trabajo de equipo.• Demostración de responsabilidad en la ejecución de tareas.	<ul style="list-style-type: none">• Caracterización de la medicina tradicional y científica.• Descripción de las características curativas de las plantas de la región.• Explicación teórica de algunos trastornos alimentarios.	<ul style="list-style-type: none">• Sistematización de la información presentada por los disertantes.• Recopilación de la información en un organizador visual.• Investigación sobre trastornos alimentarios y tratamiento con la medicina tradicional.• Elaboración de recursos multimedia sobre las temáticas asignadas.

PROPUESTA DE PLAN DE CLASE : 4

UNIDAD TEMÁTICA	ÁREA DE SABERES Y CONOCIMIENTOS
El equilibrio iónico: producto de solubilidad en el análisis del agua para consumo humano	Química
OBJETIVO HOLÍSTICO	
Valoramos la cooperación y el respeto mediante el estudio y análisis de las sustancias ácido – base y potencial de hidrógeno, realizando prácticas de laboratorio con productos alimenticios (frutas y hortalizas).	

1ER MOMENTO METODOLÓGICO: PRÁCTICA

ACTIVIDAD 1: Revisemos los ácidos - bases

¿QUÉ?

Identificación de ácidos y bases de las frutas y hortalizas

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Anterior a la jornada educativa, el/la docente explica la actividad y entrega una copia de la hoja de trabajo (**Anexo 5**) a cada estudiante. Los estudiantes se organizan para traer los materiales necesarios para el experimento. El/la docente explica, a su vez, que el Paso 1 de la sección Procedimientos se debe realizar en casa, anterior a la jornada.

El día de la actividad, los estudiantes forman grupos de 3 a 4 personas. Se sugiere emplear alguna dinámica para formar grupos, para lo cual se puede emplear el video "Dinámicas para formar equipos", disponible en: https://youtu.be/V-MDr_GoFIY

Asimismo, antes de iniciar el experimento y para fomentar el interés en el conocimiento del pH en los alimentos, se comparte el video "Importancia del pH en la vida cotidiana", disponible en: <https://youtu.be/6A5cVbTIUKo>

Al finalizar la actividad experimental, cada grupo comparte sus experiencias y observaciones con la clase.

¿CON QUÉ?

- Materiales indicados en la hoja de trabajo de laboratorio **(Anexo 5)**
- Indicador de pH (en caso de que algún grupo no traiga el suyo)
- Marcadores o tizas
- Pizarra
- Reproductor de video
- Internet
- Una copia de *Hagamos una práctica de laboratorio (Anexo 5)* para cada grupo

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

2 horas pedagógicas

2DO MOMENTO METODOLÓGICO: TEORÍA

ACTIVIDAD 2: ¿Qué son los ácidos y bases?

¿QUÉ?

Conocimiento de los ácidos y bases

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Para iniciar la jornada, el/la docente introduce el contenido temático y hace la entrega de la hoja de trabajo **(Anexo 6)**. A modo de refuerzo teórico se puede emplear la presentación “Ácidos y bases”, disponible en: <https://es.slideshare.net/guestec3091/acidos-y-bases-3532534>

Complementariamente y con miras a fortalecer el conocimiento sobre la resolución de problemas en torno al tema, se propone el video “pH equilibrio ácido base: trucos y ejercicios resueltos”, disponible en: <https://youtu.be/9lNyJr6yWCs>

El video puede ser complementado con los siguientes recursos:

- <https://recursosdidacticos.org/acidos-y-bases-para-quinto-de-secundaria/>
- <https://es.slideshare.net/JuanNachoGonzalez/ejercicios-de-cido-base-resueltos>

Para finalizar, el/la docente realiza una presentación sobre el pH en los alimentos y el vínculo con la seguridad alimentaria. A modo de organizar la información expuesta, los y las estudiantes deben elaborar un mapa mental u otro organizador gráfico haciendo referencia a la hoja de trabajo **(Anexo 6)**.

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
- Proyector
- Tiza o marcadores
- Pizarra
- Una copia de *El pH de los alimentos* (**Anexo 6**) para cada estudiante

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

4 horas pedagógicas

3ER MOMENTO METODOLÓGICO: VALORACIÓN

ACTIVIDAD 3: ¿Por qué identificar los ácidos y bases?

¿QUÉ?

Reflexión sobre los procesos de identificación de los ácidos y bases en los productos de la comunidad

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente inicia la unidad temática compartiendo el video "Comida Chatarra Vs. Comida Saludable", disponible en: <https://youtu.be/Q00ArKtDj0U> y "La importancia de los ácidos y bases", disponible en: <https://youtu.be/zDHG25K0zrY>

Los y las estudiantes vuelven a conformar los mismos grupos de la anterior jornada y responden a las siguientes preguntas:

- *¿Cómo afecta el pH al organismo?*
- *¿Es necesario conocer el pH de los alimentos para garantizar la seguridad alimentaria? ¿Sí? ¿No? ¿Por qué?*
- *¿Qué comidas son ácidas y cuáles alcalinas?*
- *¿Cuál es el pH del café con leche?*
- *¿Cuál es el pH del jugo de naranja?*
- *¿Por qué crees que se consume más comida chatarra que comida saludable?*
- *¿Cómo podemos equilibrar los alimentos alcalinos y los ácidos?*
- *¿Crees que se puede elaborar un indicador de pH casero?*

El docente finaliza la jornada con una reflexión sobre la importancia de conocer el pH de los alimentos para practicar una alimentación saludable.

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
- Proyector

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 hora pedagógica

4TO MOMENTO METODOLÓGICO: PRODUCCIÓN

ACTIVIDAD 2: ¡Hagamos un indicador de pH!

¿QUÉ?

Fabricación de un indicador de pH casero

El/la docente solicita a los y las estudiantes volver a organizarse en los mismos grupos de los anteriores momentos metodológicos. Posteriormente, da la consigna de elaborar un indicador de pH casero. Se sugiere compartir el video "Cómo Hacer un Indicador Casero de Ácido y Base - Experimentos Caseros", disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=QneeMMEjcw>

A modo de iniciar la actividad, el/la docente brinda las siguientes opciones de investigación y elaboración para un indicador de pH con base en:

- Repollo morado
- Remolacha
- Zanahoria
- Cebolla morada
- Cúrcuma o palillo
- Bayas

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Luego de hacer su medidor de pH, cada grupo debe completar, con algunas sustancias de consumo cotidiano, la siguiente tabla:

#	Sustancia	pH	pOH	[H ⁺]	[OH ⁻]	Acido, Base, Neutro
1	Jugo de limón					
2	Cerveza					
3	Sopa de... etc.					

**¿CÓMO LO
VAMOS A
HACER?**

Cada grupo realiza la grabación de un video corto mediante el cual explican cómo se elabora el indicador de pH. Los videos pueden ser compartidos con otros cursos, la comunidad educativa y en la próxima feria pedagógica.

¿CON QUÉ?

Materiales de acuerdo al requerimiento de cada grupo

**¿EN
CUÁNTO
TIEMPO?**

1 a 2 horas pedagógicas

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD TEMÁTICA

DIMENSIONES

SER-DECIDIR	SABER	HACER
<ul style="list-style-type: none">• Demostración de trabajo colaborativo.• Valoración de las prácticas y cuidado del conocimiento de pH en el consumo de los alimentos.• Proposición de alimentos chatarra y saludables para el análisis de su pH.• Apropiación de habilidades y destrezas con sentido crítico para aplicar los conocimientos en la familia y la comunidad.	<ul style="list-style-type: none">• Definición de los ácidos y bases y equilibrio iónico en el análisis del agua y productos alimenticios.• Caracterización de los ácidos y bases pH de los productos de la comunidad.• Conocimiento del método de cálculo del pH en los alimentos.	<ul style="list-style-type: none">• Realización del experimento de aproximación al pH en los alimentos.• Resolución de ejercicios propuestos por el docente en el cuaderno de apuntes.• Elaboración de un indicador de pH casero.• Análisis de pH de alimentos de la comunidad con el indicador casero.

PROPUESTA DE PLAN DE CLASE : 5

UNIDAD TEMÁTICA	ÁREA DE SABERES Y CONOCIMIENTOS
La geopolítica	Geografía
OBJETIVO HOLÍSTICO	
Desarrollamos principios y valores de seguridad alimentaria a través del estudio y análisis de la geopolítica, mediante la investigación de documentos escritos y consultas a fuentes orales sobre el problema alimentario a nivel mundial y nacional para el fomento del pensamiento reflexivo.	

1ER MOMENTO METODOLÓGICO: PRÁCTICA

ACTIVIDAD 1: Acercamiento a la geopolítica actual

¿QUÉ?

Revisión de fuentes de información sobre la geopolítica contemporánea

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente organiza a los estudiantes en grupos de 4 personas. Cada grupo deberá buscar y elegir 3 noticias de relevancia mundial. Estas serán expuestas ante los demás respondiendo a las siguientes consignas:

- *¿Cuáles son los tres temas elegidos por el grupo?*
- *¿Por qué son temas de relevancia mundial?*
- *¿De qué fuentes de información provienen estas noticias? ¿Esa fuente es confiable?*
- *¿Los impactos de esta noticia son iguales en todos los países o generan distintos niveles de impacto en los países? ¿Por qué impactan de igual o distinta manera a los países?*
- *¿Por qué algunos países son más vulnerables a determinados problemas que otros? ¿Cómo se puede generar mayor resiliencia ante este tipo de problemas que asechan al mundo?*

Posterior a todas las exposiciones, los y las estudiantes eligen de las 5 noticias; aquellas que consideren las más relevantes de todas las noticias expuestas. El/la docente pega las noticias seleccionadas en la pizarra (anotadas en hojas de color). Los y las estudiantes retornan a sus grupos y analizan los impactos y las consecuencias de estos problemas mundiales. Las respuestas se deberán ir anotando en hojas de papel de otro color y posteriormente colocados debajo de cada problema. Las palabras clave deberán ser subrayadas a modo de enfatizarlas.

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Para finalizar la jornada, el/la docente invita a una reflexión colectiva en torno a la siguiente consigna: *¿Cuáles son las causas de los problemas que existen entre países? ¿Existen espacios de diálogo entre las partes? ¿Por qué?*

¿CON QUÉ?

- Papeles de color
- Cinta masking
- Pizarra
- Tiza o marcadores

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

2 horas pedagógicas

2DO MOMENTO METODOLÓGICO: TEORÍA

ACTIVIDAD 1: ¿Qué se entiende por geopolítica?

¿QUÉ?

Revisión de fuentes de información sobre la geopolítica contemporánea

Antes de iniciar la jornada, el/la docente anota las siguientes preguntas en la pizarra.

- *¿Qué se entiende por globalización?*
- *¿Cuál es el significado de la geopolítica?*
- *¿Cuál es la definición de la seguridad alimentaria?*
- *¿Qué rol juega o cómo influye la geopolítica sobre la situación económica y productiva de un país?*
- *¿Qué relación tiene la seguridad alimentaria con la geopolítica?*
- *¿Qué es la ONU y cuáles son sus atribuciones?*
- *¿Qué significan las siglas FAO y FIDA?*

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente invita a una participación espontánea en torno a las preguntas. Las respuestas se van anotando en la pizarra. Posteriormente, el/la docente refuerza la temática del día mediante una presentación teórica de la geopolítica, la coyuntura actual y el estado de la seguridad alimentaria en el mundo. Los y las estudiantes deberán trasladar la información a organizadores visuales. También se puede asignar una investigación complementaria para su realización fuera de aula.

Para el refuerzo, se sugiere compartir el video “¿Qué es la Geopolítica?”, disponible en: <https://youtu.be/snC-zl-G3jfY> y “Geopolítica de los alimentos”, disponible en: <https://youtu.be/QETrxrSwyoA>

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
 - Proyector
 - Pizarra
 - Tiza o marcadores
-

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

4 horas pedagógicas

3ER MOMENTO METODOLÓGICO: VALORACIÓN

ACTIVIDAD 1: Importancia de la geopolítica

¿QUÉ?

Reflexión sobre el valor de la geopolítica

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente inicia la actividad mediante la proyección del video "La tribu cholita", disponible en: <https://youtu.be/Wytz0MElo0c>

Luego, los y las estudiantes deberán responder las siguientes preguntas:

- *¿Cuáles son las afirmaciones que más te llamaron la atención? ¿Por qué?*
- *¿Estás de acuerdo con la afirmación de que el dinero sobraría, pero la comida faltará? ¿Sí? ¿No? ¿Por qué?*
- *¿Qué cambios han afectado el cultivo de alimentos en Bolivia?*
- *¿Qué factores influyen sobre "el cansancio de la tierra"?*
- *¿Cómo crees que se puede potenciar la producción de los alimentos?*
- *¿Qué acciones políticas sugieres para el cuidado del medioambiente y la producción de alimentos sanos?*
- *¿Qué papel juega la geopolítica en nuestro país?*
- *¿Qué entiendes por descolonización? ¿Cómo aprendiste ese concepto?*

Para finalizar la jornada, se presenta el video "Geopolítica de Bolivia - Estudios Latinoamericanos", disponible en: <https://youtu.be/fCat9uan00g>

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
- Proyector

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 hora pedagógica

4TO MOMENTO METODOLÓGICO: PRODUCCIÓN

ACTIVIDAD 4: Ensayos académicos

¿QUÉ?

Escritura de ensayos sobre la geopolítica y seguridad alimentaria en Bolivia

El/la docente asigna un proyecto de investigación o redacción de un ensayo sobre la situación de la geopolítica boliviana. Cada estudiante recibe una copia de la hoja de trabajo (**Anexo 7**) que incluye preguntas clave que guiarán la investigación y pautas sobre cómo escribir un ensayo.

Antes de iniciar el trabajo, el/la docente realiza una lectura de ejemplos de ensayos cortos. Se recomiendan los ejemplos de la página: <https://www.aboutespanol.com/ejemplos-de-ensayos-cortos-2879489>

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Una vez elaborados, los y las estudiantes se organizan en pareja e intercambian ensayos para realizar una revisión ortográfica, gramática y de contenido. Las correcciones deberán ser incorporadas por los respectivos autores.

Los mejores ensayos pueden ser publicados en el periódico de fin de año, así también, se puede elaborar una revista con todos los ensayos para ser presentados en la feria pedagógica o distribuidas a otros cursos. Estos trabajos también pueden ser diagramados o ilustrados en coordinación con el/la docente de artes. Este trabajo puede constituirse en un anuario académico e invitar la participación de estudiantes de otras materias.

¿CON QUÉ?

Una copia de *Proyecto de investigación (Anexo 7)* para cada estudiante

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

4 horas pedagógicas

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD TEMÁTICA**DIMENSIONES**

SER-DECIDIR	SABER	HACER
<ul style="list-style-type: none">• Demostración de respeto por las opiniones de los compañeros sobre la geopolítica nacional y mundial.• Manifestación de puntualidad en la ejecución de tareas asignadas.• Asunción de un pensamiento reflexivo sobre la situación geopolítica.	<ul style="list-style-type: none">• Conceptualización de la geopolítica y los elementos que la componen.• Caracterización de las instituciones a nivel mundial que intervienen en la geopolítica global.• Relación conceptual entre seguridad alimentaria y la geopolítica.• Descripción general de las escuelas geopolíticas.	<ul style="list-style-type: none">• Recopilación de las noticias más importantes de la geopolítica mundial.• Manejo de la información en organizadores visuales.• Elaboración de un artículo académico.

PROPUESTA DE PLAN DE CLASE : 6

UNIDAD TEMÁTICA	ÁREA DE SABERES Y CONOCIMIENTOS
Géneros periodísticos: informativo, opinión e interpretativo	Comunicación y lenguajes
OBJETIVO HOLÍSTICO	
Desarrollamos valores de criticidad y prácticas de lectura conociendo las características del texto y contexto aplicados a la seguridad alimentaria en nuestra sociedad, a través de la comprensión e interpretación de diferentes textos en lengua castellana, aplicándolos a la realidad de nuestra comunidad.	

1ER MOMENTO METODOLÓGICO: PRÁCTICA

ACTIVIDAD 1: Leamos algunas sentencias o aforismos

¿QUÉ?

Acercamiento a los textos de difusión en línea

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Un día antes de la actividad, el/la docente da la consigna de traer un texto periodístico (impreso o en línea) sobre los trastornos de la conducta alimentaria en Bolivia.

Para ello, el/la docente comparte los nombres de los periódicos bolivianos, registrados en la página: <https://www.prensaescrita.com/america/bolivia.php>

Para iniciar la jornada, el/la docente invita a cada estudiante a realizar una breve exposición de su texto, para lo cual emplea las siguientes preguntas:

- ¿Cuál es el tema principal del artículo que leíste?
- ¿Qué es un trastorno de la conducta alimentaria?
- ¿Por qué crees que se llama trastorno?
- ¿Quiénes padecen estos trastornos alimentarios?
- ¿Encontraste errores gramaticales, ortográficos u otros en el artículo que leíste? ¿Cuáles?

Concluidas las exposiciones, el/la docente realiza la entrega de una copia de la hoja de trabajo **(Anexo 8)** a cada estudiante y se llevan a cabo las actividades descritas de manera grupal.

¿CON QUÉ?

- Lista de los periódicos nacionales
- Una copia de ¿*Testimonios equivocados?* **(Anexo 8)** para cada estudiante

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

2 horas pedagógicas

2DO MOMENTO METODOLÓGICO: TEORÍA

ACTIVIDAD 2: Conozcamos los géneros periodísticos

¿QUÉ?

Descripción de los géneros periodísticos

El/la docente realiza la presentación del tema del día con el apoyo del texto base. Para el refuerzo teórico, se recomienda emplear la presentación "Los géneros periodísticos", disponible en: <https://www.slideserve.com/zeno/los-g-neros-period-sticos>

Los y las estudiantes se organizan en grupos de hasta 3 personas, eligen un subtema del recuadro y buscan mayor información acerca de este. Posteriormente, cada grupo realiza una exposición de no más de 3 minutos.

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Géneros Periodísticos		
Informativo	De Opinión	Interpretativo
Noticia	Editorial	Reportaje interpretativo
Reportaje objetivo	Artículo de opinión	Entrevista
Entrevista objetiva	Comentario o columna	Crónica
Documentación	Crítica	

Cada exposición debe estar acompañado de un texto de ejemplo. Para ello, el docente puede compartir textos modelo, disponibles en: <https://www.ejemplos.co/generos-periodisticos/>

¿CON QUÉ?

- Proyector
- Tiza o marcadores
- Pizarra
- Ejemplos de géneros periodísticos impresos

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

4 horas pedagógicas

3ER MOMENTO METODOLÓGICO: VALORACIÓN

ACTIVIDAD 3: Reflexionemos sobre la importancia del periodismo

¿QUÉ?

Reflexión sobre el periodismo en Bolivia

Dando inicio a la actividad, el/la docente presenta los siguientes videos:

- “¿Qué son los trastornos alimenticios?”, disponible en: <https://youtu.be/y3gPtEDCVrl> y
- “Seguridad alimentaria: la trágica vida de la comida perdida y desperdiciada”, disponible en: <https://youtu.be/LSjzs6C69hw>

Posteriormente, el/la docente invita a los estudiantes a una reflexión grupal en torno a las siguientes preguntas:

- *¿A qué tipo de género periodístico pertenecen los videos observados?*
- *¿Cuál es la característica de los trastornos de la conducta alimentaria?*
- *¿Qué son los carbohidratos?*
- *¿Hasta qué punto es necesario controlar el propio peso?*
- *¿Conoces personas con algún trastorno de conducta alimentaria en el colegio? ¿Qué opinas al respecto?*
- *¿Qué es la vigorexia?*
- *¿Crees que la gente desperdicia comida en tu barrio?*
- *¿Cómo hiciste para conservar tu alimentación en familia durante el periodo de la pandemia de la COVID19?*
- *¿Qué les dirías a las personas que desperdician los alimentos?*
- *¿Qué haces con la comida que sobra en tu casa? [Si es que sobra...]*

Opcionalmente, los y las estudiantes pueden organizarse en parejas y responder a las preguntas mediante un diálogo, anotando ideas clave que luego podrán ser compartidas con los demás.

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
- Proyector
- Hojas tamaño carta

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 hora pedagógica

4TO MOMENTO METODOLÓGICO: PRODUCCIÓN

ACTIVIDAD 4: Periodismo en acción

¿QUÉ?

Elaboración de escritos periodísticos

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Sobre la base de los grupos o parejas ya conformados, el/la docente da la consigna para la elaboración de textos en el marco del género periodístico que expusieron en el anterior momento metodológico.

Los y las estudiantes deberán elegir o ser asignados una de las siguientes temáticas:

- Seguridad alimentaria en el barrio
- Trastornos de la conducta alimentaria
- La alimentación saludable
- Los hábitos de una vida saludable

Los textos pueden ser intercambiados entre grupos para su revisión, para su posterior entrega a el/la docente. Se sugiere reunir todos los textos en un dossier para su presentación en la feria pedagógica.

¿CON QUÉ?

Materiales de reportaje y escritura según la necesidad de cada equipo

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

2 horas pedagógicas

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD TEMÁTICA

DIMENSIONES

SER-DECIDIR	SABER	HACER
<ul style="list-style-type: none">• Apreciación de las fuentes de la información.• Manifestación de respeto hacia las opiniones y textos elaborados por sus compañeros.• Reflexión sobre la importancia del periodismo y la seguridad alimentaria.• Valoración del cuidado de la salud en la comunidad.	<ul style="list-style-type: none">• Explicación de los géneros periodísticos.• Relación conceptual entre causas y efectos de los trastornos de la conducta alimentaria.• Conocimiento del proceso de elaboración de un documento periodístico según su género.• Conceptualización de seguridad alimentaria.	<ul style="list-style-type: none">• Indagación sobre artículos periodísticos físicos o en línea sobre los trastornos de la conducta alimentaria en Bolivia.• Revisión ortográfica, gramatical y de sintaxis de los trabajos de los compañeros.• Organización de la información en esquemas o mapas conceptuales.• Exposición de un género periodístico.• Elaboración de un texto periodístico según la categoría asignada.

PROPUESTA DE PLAN DE CLASE : 7

UNIDAD TEMÁTICA	ÁREA DE SABERES Y CONOCIMIENTOS
La poesía boliviana contemporánea	Comunicación y lenguajes
OBJETIVO HOLÍSTICO	
Desarrollamos y promovemos la práctica reflexiva sobre el consumo de los alimentos bajo el enfoque de la seguridad alimentaria mediante el análisis de textos poéticos del territorio nacional del siglo XX y XXI y la creación de textos poéticos para la promoción de una vida sana.	

1ER MOMENTO METODOLÓGICO: PRÁCTICA

ACTIVIDAD 1: Leamos algunos poemas

¿QUÉ?

Lectura interpretativa de textos poéticos

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Un día antes de la actividad, el/la docente solicita que cada estudiante traiga una transcripción de la letra de su canción favorita.

Para iniciar la actividad, el/la docente da lectura al texto de una canción a modo de ejemplo, detallando el nombre y autor de la misma. El/la docente invita a los y las estudiantes a realizar una interpretación textual y simbólica de cada canción. Posteriormente, los estudiantes se organizan en parejas o en grupos de hasta 4 personas para replicar el ejercicio haciendo uso de las canciones que transcribieron.

Finalmente, cada grupo recibe una copia de la hoja de trabajo **(Anexo 9)** para realizar la lectura de una serie de poemas y reflexionar acerca del significado de los mismos. El/la docente invita a los grupos a compartir sus interpretaciones y se realiza una reflexión grupal acerca de la importancia de sustraer significados distintos de las experiencias. Se recomienda hacer énfasis en la importancia de la individualidad de las personas y cómo la diversidad enriquece nuestro entorno.

¿CON QUÉ?

Una copia de *Disfrutemos de la poesía (Anexo 9)* para cada estudiante

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 a 2 horas pedagógicas

2DO MOMENTO METODOLÓGICO: TEORÍA

ACTIVIDAD 2: ¿Todos podemos ser poetas?

¿QUÉ?

Profundización sobre la composición poética y conocimiento de la poesía boliviana contemporánea

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente refuerza la actividad y los conceptos de las actividades realizadas en el anterior momento metodológico. Los y las estudiantes deberán hacer referencia a la hoja de trabajo **(Anexo 9)** y responder a las siguientes preguntas:

- ¿*Todos estos textos son poesía? ¿Sí? ¿No? ¿Por qué?*
- ¿*Cuál es la diferencia entre esos poemas y la poesía clásica que aprendimos en años anteriores?*
- ¿*Cuál es la diferencia entre poesía y poema?*
- *La letra de las canciones que escuchamos, ¿son poesía? ¿Sí? ¿No? ¿Por qué?*
- ¿*Crees que existen reglas para escribir poesía?*

Después de una participación voluntaria de los estudiantes, el/la docente comparte la conceptualización correspondiente con apoyo en el texto base. Se recomienda enriquecer la actividad visitando el repositorio de poesía boliviana contemporánea: <https://circulodepoesia.com/tag/poesia-boliviana-actual/>

El/la docente explica y detalla los distintos tipos de poesía, incluyendo: la poesía visual, el acróstico y la poesía sin reglas (sin rimas o métrica), entre otros. Para estimular mayor interés en la escritura poética, se sugiere visitar la página: <https://www.actualidadliteratura.com/la-poesia-visual/>

Para cerrar la jornada, el/la docente reparte la hoja de trabajo **(Anexo 10)** y asigna la investigación correspondiente.

¿CON QUÉ?

- Pizarra
- Tizas o marcadores
- Texto base
- Una copia de *Disfrutemos de la poesía* **(Anexo 9)** para cada estudiante
- Una copia de *Trastornos de la conducta alimentaria* **(Anexo 10)** para cada estudiante.

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

2 horas pedagógicas

3ER MOMENTO METODOLÓGICO: VALORACIÓN

ACTIVIDAD 3: ¿Es verdad lo que dicen los comerciales de alimentos?

¿QUÉ?

Reflexión sobre el consumo de alimentos saludables y trastornos de la conducta alimentaria

El/la docente presenta el video "Comida en comerciales vs. En la vida real", disponible en: <https://youtu.be/XNPJT0IFbxM>

Los y las estudiantes forman grupos de hasta 4 personas para reflexionar sobre las siguientes preguntas:

- *¿Por qué los comerciales no corresponden a la realidad?*
- *¿Los comerciales influyen en nuestros hábitos alimentarios? ¿Por qué?*
- *¿Los jóvenes son los más susceptibles de padecer trastornos de la conducta alimentaria? ¿Por qué?*
- *¿Por qué en la televisión boliviana no se transmiten comerciales sobre la alimentación saludable?*
- *¿La poesía puede motivar a las personas a tener sanos hábitos saludables? ¿Sí? ¿No? ¿Cómo puede ser posible?*

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Posteriormente, todos vuelven a plenaria y comparten sus respuestas y reflexiones. Como consigna final, el/la docente solicita a los grupos elaborar un acróstico sobre algún término relacionado a la alimentación saludable.

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
 - Proyector
-

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 hora pedagógica

4TO MOMENTO METODOLÓGICO: PRODUCCIÓN

ACTIVIDAD 4: ¡Escribamos poesía contemporánea!

¿QUÉ?

Creación de textos poéticos sobre la alimentación saludable

El/la docente entrega a cada estudiante una copia de la hoja de trabajo **(Anexo 11)** y declama (o reproduce) el poema "Se mató un tomate", disponible en: https://youtu.be/WCNxZ1_YfXw

Los y las estudiantes se organizan en parejas y elaboran un poema sobre la alimentación, frutas y verduras, trastornos alimentarios, comida chatarra, hábitos saludables u otros. El/la docente da la consigna de emplear cualquier tipo de poesía contemporánea.

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Una vez elaboradas las primeras versiones de los poemas, los escritos se intercambian entre grupos para su revisión. Posteriormente, los y las estudiantes leen sus poemas y los comentan en plenaria. Esta actividad puede ser complementada con una grabación de los poemas declamados o su diagramación en formato afiche para luego ser compartidos con la comunidad educativa.

Se sugiere también introducir la plataforma gratuita para escritores jóvenes, Wattpad, visitando la página web, disponible en: <https://www.wattpad.com/> o compartiendo el artículo "¿Qué es wattpad y por qué atrae a los jóvenes?", disponible en: <https://revistaplacet.es/wattpad>

¿CON QUÉ?

- Reproductor y grabadora de audio
- Una copia de *Cómo escribir un poema* **(Anexo 11)** para cada estudiante.
- Materiales para la elaboración de afiches (cartulinas, marcadores, etc.)

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

2 horas pedagógicas

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD TEMÁTICA

DIMENSIONES

SER-DECIDIR	SABER	HACER
<ul style="list-style-type: none">• Manifestación de respeto sobre la opinión de otros.• Valoración de la poesía como recurso para la difusión de mensajes para una alimentación saludable.• Demostración de trabajo creativo y reflexivo mediante el uso de la poesía.	<ul style="list-style-type: none">• Interpretación crítica de textos poéticos contemporáneos.• Conceptualización de la poesía contemporánea.• Diferenciación semántica entre poesía y poema.• Conocimiento de los tipos de poesía contemporánea.• Definición de algunos trastornos de la conducta alimentaria.• Manejo de la plataforma Wattpad.	<ul style="list-style-type: none">• Escritura y socialización de una canción favorita y su análisis de texto correspondiente.• Investigación sobre los trastornos de la conducta alimentaria.• Elaboración de un acróstico sobre alimentación saludable.• Creación de un poema sobre la alimentación.• Publicación oral de los poemas creados.

PROPUESTA DE PLAN DE CLASE : 8

UNIDAD TEMÁTICA	ÁREA DE SABERES Y CONOCIMIENTOS
La globalización	Cívica
OBJETIVO HOLÍSTICO	
Asumimos principios de conciencia social sobre la influencia de los fenómenos sociales mundiales en nuestro territorio a través del estudio de la globalización y el análisis de factores que alteran la seguridad alimentaria para la difusión social de los conceptos que ella implica en nuestra comunidad.	

1ER MOMENTO METODOLÓGICO: PRÁCTICA

ACTIVIDAD 1: ¿Qué es la globalización?

¿QUÉ?

Acercamiento al concepto de la globalización

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente inicia la jornada con la canción "Los hijos bastardos de la globalización" de la banda "Ska-p", disponible en <https://youtu.be/EHqloHv3BSA>. Complementariamente, da la consigna a los y las estudiantes de rescatar una o dos frases que les llame la atención.

El/la docente asigna las siguientes preguntas para una discusión participativa:

- *¿Qué entienden por derechos humanos?*
- *¿Cuál es el significado que le atribuyen al término de 'globalización'?*
- *¿Qué frase les llamó la atención de la canción? ¿Por qué?*
- *¿Qué creen que signifiquen los versos: 'en occidente su llanto no se siente, el sufrimiento y la apatía no se ven, las leyes son dictadas por la gran empresa'?*
- *¿Cuál consideran es el significado de la frase: 'El fin justifica los medios'?*
- *¿Por qué creen que la canción titula "Los hijos bastardos de la globalización"?*

Todos juntos, analizan la letra de la canción y el/la docente da algunas pautas sobre tendencias de la globalización para profundizar sobre el término y los impactos positivos y negativos de la globalización. Será importante hacer énfasis en los impactos de la globalización sobre los sistemas alimentarios y tendencias en los hábitos alimentarios alrededor del mundo.

¿CON QUÉ? Reproductor de sonido

¿EN CUÁNTO TIEMPO? 1 hora pedagógica

2DO MOMENTO METODOLÓGICO: TEORÍA

ACTIVIDAD 3: Los impactos de la globalización en Bolivia

¿QUÉ? Conceptualización reflexiva sobre la globalización

El/la docente recuerda a los y las estudiantes la definición del término globalización. Complementa el tema compartiendo el video "Alimentación, cultura y globalización", disponible en: <https://youtu.be/hmFFSKnSPts>

Posteriormente, los y las estudiantes se organizan en grupos de 4 personas para realizar una investigación sobre tres de los siguientes temas:

- Las empresas transnacionales
- Función del Estado en la economía
- Consecuencias sociales de la globalización
- El internet y la globalización
- El calentamiento global
- Seguridad alimentaria y globalización
- Tipos de globalización

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El informe deberá ser presentado en un organizador visual a el/la docente. A su vez, cada grupo deberá realizar una exposición breve de no más de 10 minutos en plenaria. Al finalizar las exposiciones, el/la docente entrega una copia de la hoja de trabajo (**Anexo 12**) a cada estudiante.

Para finalizar la jornada, cada estudiante deberá elaborar un cuestionario de 15 ítems sobre la globalización, haciendo referencia a información disponible en la hoja de trabajo y anotaciones realizadas a lo largo de la jornada. Los y las estudiantes intercambian cuestionarios y deberán responder de manera escrita a las preguntas. El cuestionario llenado vuelve a su autor, quien deberá revisar el documento y evaluar las respuestas correspondientes.

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
 - Proyector
 - Tizas o marcadores
 - Una copia de *La globalización* (**Anexo 12**) para cada estudiante
 - Hojas de papel para la elaboración del cuestionario
-

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

4 horas pedagógicas

3ER MOMENTO METODOLÓGICO: VALORACIÓN

ACTIVIDAD 3: ¿Cómo nos afecta la globalización?

¿QUÉ?

Valoración de las consecuencias de la globalización

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente realiza una retroalimentación sobre el tema, para lo cual se sugiere emplear el video “¿Qué es la Globalización? - Videos educativos”, disponible en: <https://youtu.be/2-9wuGlZdq8>

Posteriormente, el/la docente impulsa un conversatorio participativo a partir de las siguientes preguntas:

- *¿Cuáles son las ventajas y desventajas de la globalización?*
- *La globalización, ¿afecta a la seguridad alimentaria? ¿Cómo?*
- *¿Crees que a raíz de la globalización se ha mejorado la calidad de vida en nuestro país? ¿Sí? ¿No? ¿Por qué?*
- *¿Cómo afectó la pandemia al mundo, y en particular, a Bolivia?*
- *¿Crees que nuestro país tiene homogeneidad cultural respecto nuestros vecinos latinoamericanos?*
- *¿Por qué es importante que la gente conozca el tema de seguridad alimentaria y su relación a la globalización?*

Se sugiere que el/la docente habilite la pizarra para la anotación de ideas principales. Estas, posteriormente pueden ser traducidos por los y las estudiantes a organizadores visuales.

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
 - Proyector
 - Cuadernos de los estudiantes
-

**¿EN
CUÁNTO
TIEMPO?**

1 hora pedagógica

4TO MOMENTO METODOLÓGICO: PRODUCCIÓN**ACTIVIDAD 4: Transferencia de conocimientos**

¿QUÉ?

Elaboración de recursos de fácil lectura para cursos inferiores

**¿CÓMO LO
VAMOS A
HACER?**

El/la docente solicita a los y las estudiantes organizarse grupos de hasta 3 personas. Cada grupo deberá recabar información y elaborar un tríptico, díptico, afiche, tarjeta, infografía, cartel, meme, u otro recurso escrito sobre uno de las siguientes temáticas:

Se sugiere el siguiente temario:

- Globalización: ventajas y desventajas
- Causas y efectos del calentamiento global
- Internet: ventajas y desventajas
- Empresas transnacionales: impactos positivos y negativos
- Globalización y alimentación: tendencias e impactos
- Agroindustria vs. agricultura familiar campesina
- Comida chatarra vs. alimentación saludable

El/la docente da la consigna que los contenidos deberán ser de fácil lectura debido a que estos serán compartidos con estudiantes de cursos inferiores (hasta 3ro de secundaria).

Una vez elaborados, se procede a generar un dossier de los recursos elaborados para compartirlo con estudiantes de cursos inferiores. El material también puede ser difundido en la feria pedagógica u otros espacios de aprendizaje participativo.

¿CON QUÉ?

- Papeles de color variado
- Marcadores y lápices de color
- Láminas educativas sobre alimentación y globalización
- Imágenes impresas sobre el tema escogido

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

2 horas pedagógicas

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD TEMÁTICA

DIMENSIONES

SER-DECIDIR	SABER	HACER
<ul style="list-style-type: none">• Expresión de trabajo colaborativo en equipos variados.• Valoración crítica de las consecuencias de la globalización en la seguridad alimentaria.• Reflexión sobre las ventajas y desventajas de la globalización.• Manifestación de responsabilidad en las actividades consignadas.	<ul style="list-style-type: none">• Conceptualización de globalización y seguridad alimentaria.• Descripción de temáticas vinculadas a la globalización.• Explicación del calentamiento global y tipos de globalización.• Caracterización de las ventajas y desventajas de la globalización en el territorio boliviano.	<ul style="list-style-type: none">• Análisis conceptual y literal de una canción presentada en clase.• Exposición de un subtema referente a la globalización.• Administración de la información en organizadores gráficos.• Elaboración y resolución de un cuestionario preparado por pares.• Creación de un recurso escrito de fácil lectura para estudiantes de cursos inferiores.

PROPUESTA DE PLAN DE CLASE : 9

UNIDAD TEMÁTICA	ÁREA DE SABERES Y CONOCIMIENTOS
La antropología filosófica	Cosmovisiones y Filosofía
OBJETIVO HOLÍSTICO	
Promovemos el diálogo entre miembros del entorno educativo, a través del estudio de distintos planteamientos sobre el hombre y los problemas que aquejan a la juventud en cuanto a la alimentación, recurriendo al análisis de concepciones antropológicas para fortalecer nuestra identidad intercultural y practicar una vida saludable.	

1ER MOMENTO METODOLÓGICO: PRÁCTICA

ACTIVIDAD 1: ¿Problemas existenciales?

¿QUÉ?

Acercamiento al planteamiento de los problemas del ser humano

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

A modo de introducción, el/la docente presenta el video "Preguntas que no me dejan dormir en la noche", disponible en <https://youtu.be/bp59sYogTBY>

Posteriormente, cada estudiante elabora una lista de hasta 5 preguntas existenciales que ellos frecuentemente se han planteado y a las cuales, posiblemente, no hallan respuesta. Los y las estudiantes se organizan en pares e intercambian listas para intentar responder las preguntas de su par. Finalmente, conversan entre pares acerca de sus preguntas y reflexionan de manera conjunta.

A modo de transición, el/la docente presenta el video "10 Preguntas filosóficas imposibles de responder", disponible en: <https://youtu.be/WnOEB9NM40g>

Finalmente, en plenaria y de manera espontánea se definen los términos: "hombre", "varón", "mujer", "ser humano", "humanidad", "felicidad", "predestinación" y se conversa acerca de la relación que existe entre estos.

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
- Proyector
- Cuadernos de los estudiantes

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 hora pedagógica

2DO MOMENTO METODOLÓGICO: TEORÍA

ACTIVIDAD 2: Entendamos la antropología filosófica

¿QUÉ?

Conceptualización de la antropología filosófica

El/la docente realiza la explicación del tema con el texto de apoyo correspondiente.

Asimismo, como refuerzo teórico se sugiere emplear la presentación "Antropología filosófica", disponible en: <https://es.slideshare.net/wendoline16/antropologia-filosofica>

Como actividad de revisión bibliográfica se entrega una copia de la hoja de trabajo (**Anexo 13**) a cada estudiante.

En base a las distintas conceptualizaciones del humano se hace hincapié en algunos problemas que asecha al ser, con énfasis en la juventud. Esta actividad puede realizarse en plenaria, a modo de reflexión espontánea y participativa.

Posteriormente, los y las estudiantes se organizan en parejas y eligen uno de los siguientes temas para conducir una investigación:

- Problemas emocionales
- Trastornos de la conducta alimentaria
- Adicción al celular
- Problemas de parejas adolescentes
- Pandillas juveniles
- Otro problema que se crea pertinente estudiar

Se sugiere la siguiente estructura básica para las investigaciones:

1. Definición
2. Causas del problema
3. Consecuencias del problema
4. ¿Por qué los adultos no "entienden" el problema?
5. Soluciones propuestas

El informe deberá ser presentado de manera oral en plenaria y en formato de infografía. Los trabajos pueden ser compartidos en otros espacios educativos incluyendo en la feria pedagógica o en una reunión de padres de familia.

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

¿CON QUÉ?

- Pizarra
 - Tiza o marcadores
 - Proyector
 - Una copia de *El ser humano* (**Anexo 13**) para cada estudiante
-

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

4 horas pedagógicas

3ER MOMENTO METODOLÓGICO: VALORACIÓN

ACTIVIDAD 3: ¿Todo tiene solución?

¿QUÉ?

Reflexión de la importancia de la antropología filosófica en el cotidiano vivir

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Para iniciar la jornada, el/la docente presenta el video “La Mejor Filosofía de Vida”, disponible en: <https://youtu.be/cDkPnEgvXXQ>

Posteriormente, los y las estudiantes comparten sus impresiones, haciendo énfasis en:

- Lo bueno y lo malo del video
- Comentarios sobre el contenido
- Rechazo o aprobación sobre lo visto

Posteriormente y formando una mesa redonda, se retoman las exposiciones que realizaron los grupos en el anterior momento metodológico para luego profundizar en una lluvia de ideas en torno a propuestas de soluciones a los problemas identificados y analizados.

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
 - Proyector
 - Infografías que los grupos hicieron
-

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

2 horas pedagógicas

4TO MOMENTO METODOLÓGICO: PRODUCCIÓN

ACTIVIDAD 4: Proponiendo soluciones

¿QUÉ? Elaboración de ensayos filosóficos

**¿CÓMO LO
VAMOS A
HACER?**

El/la docente presenta la asignatura y el video “Páginas para escritores”, disponible en: <https://youtu.be/qrjYnuhsMBI>

Posteriormente y en consenso con los y las estudiantes, se elige una plataforma para la publicación de ensayos que se elaborarán en base a la investigación y las infografías elaboradas en el segundo momento metodológico. Como guía para la elaboración del ensayo, el/la docente hace referencia a la hoja de trabajo (**Anexo 7**) empleada en la unidad temática La Geopolítica. Se sugiere que los ensayos tengan una extensión mínima de 3 páginas y máxima de 4 páginas.

Para concluir, los ensayos se publican en la plataforma escogida al inicio de la jornada.

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
 - Proyector
 - Internet (acceso a la plataforma)
 - Una copia de la infografía de *Proyecto de investigación* (**Anexo 7**) para cada estudiante.
-

**¿EN
CUÁNTO
TIEMPO?**

1 hora pedagógica

La elaboración de ensayos puede realizarse en horas extracurriculares

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD TEMÁTICA

DIMENSIONES

SER-DECIDIR	SABER	HACER
<ul style="list-style-type: none">• Manifestación de una postura crítica sobre la concepción antropológica contemporánea.• Reflexión sobre problemas y soluciones a la situación humana.• Manifestación de responsabilidad en los trabajos asignados.• Promoción de valores comunitarios para la solución de problemas juveniles.	<ul style="list-style-type: none">• Conceptualización de la antropología filosófica.• Descripción de las tendencias de la antropología filosófica.• Análisis comparativo de definiciones del término "ser humano" a lo largo de la historia filosófica.• Análisis de problemas asociados a la valoración personal, incluyendo trastornos de conducta alimentaria y relaciones sociales.	<ul style="list-style-type: none">• Investigación sobre la definición de "hombre" o "ser humano" según diversos filósofos.• Indagación y planteamiento de soluciones hipotéticas sobre los problemas antropológicos juveniles.• Informe de exposiciones en infografía.• Elaboración y publicación de un ensayo filosófico en una plataforma digital.

PROPUESTA DE PLAN DE CLASE : 10

UNIDAD TEMÁTICA	ÁREA DE SABERES Y CONOCIMIENTOS
La alimentación en la práctica de la actividad física y deportiva	Educación física y deportes
OBJETIVO HOLÍSTICO	
Fortalecemos el valor del respeto y responsabilidad de los estudiantes a través de la investigación, análisis e interpretación de la nutrición del deportista y la seguridad alimentaria con el objetivo de conocer alimentos saludables para el organismo y para un rendimiento físico óptimo.	

1ER MOMENTO METODOLÓGICO: PRÁCTICA

ACTIVIDAD 1: Recordamos los alimentos saludables

¿QUÉ?

Identificación de alimentos para optimizar una rutina de ejercicios

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Para iniciar la jornada, el/la docente solicita a los y las estudiantes hacer una participación espontánea en torno a qué tipo de alimentos consideran que deben consumir las personas que hacen ejercicio. Las respuestas deben además estar centradas en identificar por qué ese tipo de alimento y no otro. El/la docente anota las intervenciones en la pizarra.

Posteriormente, el/la docente presenta el video "Qué comer antes y después de hacer ejercicio", disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=mVPZ_pJTsr4

Concluido el video y volviendo a las intervenciones en la pizarra, se complementan o corrigen las respuestas según lo estipulado en el video. Juntos, todos elaboran un listado de 10 alimentos idóneos para las personas que hacen ejercicio en base a ingredientes nativos (ej: barras energéticas en base a quinua y cañawa). Se sugiere elaborar un recetario que posteriormente pueda ser distribuido en la feria pedagógica y en las reuniones con la comunidad educativa.

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
- Proyector
- Pizarra
- Tiza o marcadores de pizarra

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 hora pedagógica

2DO MOMENTO METODOLÓGICO: TEORÍA

ACTIVIDAD 2: Seguridad alimentaria para el deportista

¿QUÉ? Caracterización de la alimentación de un(a) buen(a) deportista

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Después de practicar una rutina de ejercicios, el/la docente entrega la hoja de trabajo (**Anexo 14**) a cada estudiante.

El/la docente introduce los grupos alimentarios y el arcoíris de la alimentación que aportan a una buena alimentación para Vivir Bien. En base a esta información y el ejemplo detallado en la hoja de trabajo, los y las estudiantes se organizan en parejas para elaborar un menú saludable. Se recomienda hacer énfasis en alimentos nativos de la región y aquellos que forman parte del patrimonio alimentario de Bolivia.

Para completar la jornada, el/la docente comparte el video "7 consejos que todo adolescente deportista debe saber", disponible en: <https://youtu.be/eSzeAjrvvm4>

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
 - Proyector
 - Una copia de *Un menú para deportistas* (**Anexo 14**) para cada estudiante
 - Cuadernos de los estudiantes
-

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 hora pedagógica

3ER MOMENTO METODOLÓGICO: VALORACIÓN

ACTIVIDAD 3: Valoramos la alimentación saludable como disciplina

¿QUÉ? Reflexión sobre la disciplina y la alimentación saludable

**¿CÓMO LO
VAMOS A
HACER?**

Se inicia la jornada con una rutina de ejercicios. Se sugiere el hit de 15 minutos, para el cual es posible replicar el video "Rutina cardio intensa 15 min", disponible en: <https://youtu.be/Js1wnaDLiHQ>. No es necesario observarlo, pero sí emplear la rutina que ofrece el video.

Posteriormente, se forma una ronda para reflexionar en torno a las siguientes preguntas:

- *¿Cuál es la relación entre seguridad alimentaria y disciplina personal?*
- *¿Por qué es necesario consumir alimentos saludables?*
- *¿Es difícil mantener una rutina de ejercicios cotidianos en casa? ¿Por qué?*
- *¿Cuáles son las ventajas de tener disciplina en la vida cotidiana?*
- *¿Cómo se puede practicar la disciplina?*
- *¿Existen dificultades para adoptar la disciplina? ¿Cuáles?*

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video (opcional)

**¿EN
CUÁNTO
TIEMPO?**

1 hora pedagógica

4TO MOMENTO METODOLÓGICO: PRODUCCIÓN

ACTIVIDAD 4: Proponemos consejos saludables

¿QUÉ?

Elaboración de recursos multimedia sobre la actividad física y alimentación saludable

**¿CÓMO LO
VAMOS A
HACER?**

El/la docente solicita a los estudiantes formar grupos de hasta 4 personas. Cada grupo deberá elaborar un video tutorial sobre una de las siguientes opciones:

- Rutina de ejercicios fáciles de practicar en casa
- Consejos sobre qué alimentos consumir para el entrenamiento físico
- Elaboración de jugos naturales para deportistas
- Preparación de platos saludables para deportistas
- Reflexión sobre la seguridad alimentaria en la comunidad
- Consejos para ser un buen deportista

**¿CÓMO LO
VAMOS A
HACER?**

Una vez elaborados, los videos pueden ser publicados en las redes educativas o plataformas como YouTube, Vimeo o Dailymotion. Estos recursos pueden ser compartidos con la comunidad educativa y en reuniones con padres de familia.

¿CON QUÉ?

- Teléfonos móviles con cámara de video
- App de edición de videos
- Otros materiales según el tópico escogido por cada grupo

**¿EN
CUÁNTO
TIEMPO?**

1 hora pedagógica

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD TEMÁTICA

DIMENSIONES

SER-DECIDIR	SABER	HACER
<ul style="list-style-type: none">• Manifestación de esfuerzo y disciplina en la ejecución de ejercicios.• Valoración de la alimentación de un deportista.• Reflexión sobre la necesidad de practicar la disciplina para tener una vida saludable.• Demostración de trabajo en equipo.	<ul style="list-style-type: none">• Identificación de los alimentos óptimos para un deportista.• Conceptualización de los grupos de alimentos y el arcoíris de la alimentación.• Conocimiento de ejercicios de rutinas caseras.	<ul style="list-style-type: none">• Identificación de alimentos y bebidas óptimas para las personas que practican el ejercicio.• Diseño de un menú para deportistas.• Elaboración de un video de promoción de una alimentación saludable.

PROPUESTA DE PLAN DE CLASE : 11

UNIDAD TEMÁTICA	ÁREA DE SABERES Y CONOCIMIENTOS
Trastornos de la conducta alimentaria	Educación física y deportes
OBJETIVO HOLÍSTICO	
Fortalecemos la responsabilidad del trabajo mutuo mediante la participación de grupos de trabajo y estudio sobre trastornos de la conducta alimentaria y la promoción de la buena alimentación en la familia, el colegio y la comunidad.	

1ER MOMENTO METODOLÓGICO: PRÁCTICA

ACTIVIDAD 1: Recordemos los trastornos de la conducta alimentaria

¿QUÉ?

Revisión de los trastornos de la conducta alimentaria

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente inicia la jornada recordando a los y las estudiantes sobre los trastornos alimentarios estudiados en otras unidades temáticas. Para potenciar la participación, emplea las siguientes preguntas:

- *¿Qué trastornos alimentarios conocen?*
- *¿Cuáles son las causas de los trastornos alimentarios?*
- *¿Qué impactos tienen estos trastornos?*
- *¿Es necesario prevenir estos trastornos? ¿Por qué?*

Finalmente, se presenta el video "Trastornos alimentarios en la adolescencia", disponible en: https://youtu.be/A_anKyNZtCE. Posteriormente, se forma una mesa redonda para reflexionar acerca de los trastornos y sus impactos, así como fomentar un diálogo constructivo en torno a cómo generar un entorno saludable para prevenir que surjan trastornos en la conducta alimentaria en la unidad educativa.

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
- Proyector

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 hora pedagógica

2DO MOMENTO METODOLÓGICO: TEORÍA

ACTIVIDAD 2: ¿Hay más trastornos de la conducta alimentaria?

¿QUÉ?

Definición de los trastornos de la conducta alimentaria

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

El/la docente solicita a los y las estudiantes conformar grupos de 4 personas. Posteriormente, realiza un sorteo en torno a la asignatura de trastornos en la conducta alimentaria para una posterior exposición. Para el sorteo, se puede tomar como referencia el listado de trastornos disponibles en: <http://biut.latercera.com/belleza-salud/2013/07/10-trastornos-alimenticios/>

Cada grupo deberá presentar los resultados mediante una exposición oral y mediante un organizador visual. Los apuntes deberán ser expuestos en un esquema o mapa mental.

A lo largo de las exposiciones, cada estudiante deberá llenar la hoja de trabajo (**Anexo 15**) a modo de sistematizar toda la información a la que serán expuestos.

¿CON QUÉ?

- Pizarra
- Tiza o marcadores
- Una copia de *Conozcamos los trastornos de la conducta alimentaria* (**Anexo 15**) para cada estudiante

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

4 horas pedagógicas

3ER MOMENTO METODOLÓGICO: VALORACIÓN

ACTIVIDAD 3: ¿Cómo afectan los TCA a nuestra comunidad?

¿QUÉ?

Reflexión sobre las consecuencias de los TCA en la comunidad

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Un día anterior a la jornada, el/la docente solicita que cada estudiante traiga consigo una fruta a la clase.

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Para iniciar la actividad, el/la docente presenta el video testimonial "El Trastorno de la Conducta Alimentaria explicado en primera persona", disponible en: <https://youtu.be/wVJ59c-QgnU>. Al finalizar la proyección, el/la docente invita a una reflexión mediante una participación espontánea.

Posteriormente, se invita a los y las estudiantes a elaborar una breve reflexión escrita sobre los TCA y las consecuencias que pueden generar en una comunidad. Estos deberán ser presentados a el/la docente para su revisión.

Continuando, los y las estudiantes intercambian las frutas que trajeron a clases, se agradecen y las consumen reflexionando acerca de la importancia de consumir alimentos ricos en nutrientes y cómo evitar caer en comportamientos y estados psicológicos que influyen en el desarrollo de trastornos en la conducta alimentaria.

Para finalizar la jornada, los y las estudiantes practican la rutina ejercicios que instruya el/la docente.

¿CON QUÉ?

- Reproductor de video
- Proyector
- Una fruta para cada estudiante

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

1 hora pedagógica

4TO MOMENTO METODOLÓGICO: PRODUCCIÓN

ACTIVIDAD 4: Transfirmos nuestros conocimientos

¿QUÉ?

Elaboración de tarjetas informativas sobre las TCA

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

Los y las estudiantes vuelven a conformar los grupos del segundo momento metodológico. Cada grupo deberá diseñar una tarjeta informativa sobre un TCA, haciendo énfasis en aplicar un lenguaje sencillo. Se recomienda también ilustrar las tarjetas para que estas sean más atractivas al lector.

El/la docente reúne todas las tarjetas para armar un dossier que será fotocopiado y repartido como material informativo en la feria pedagógica o en una reunión comunitaria.

¿CON QUÉ?

- Papeles de color
- Láminas educativas o imágenes impresas sobre el TCA asignado
- Tijeras
- Pegamento
- Marcadores
- Lápices de colores

¿EN CUÁNTO TIEMPO?

2 horas pedagógicas

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD TEMÁTICA

DIMENSIONES

SER-DECIDIR	SABER	HACER
<ul style="list-style-type: none">• Valoración de las consecuencias de los TCA en la comunidad.• Reflexión sobre la importancia de una alimentación saludable en la vida cotidiana.• Manifestación de trabajo en equipo en las actividades asignadas.• Difusión conceptual reflexiva de los TCA en la comunidad educativa.	<ul style="list-style-type: none">• Conceptualización de los TCA.• Identificación de los síntomas de los TCA.• Caracterización de la patología de los TCA en los y las jóvenes.• Explicación de los síntomas y tratamiento de los TCA.	<ul style="list-style-type: none">• Manejo de la información en un organizador gráfico.• Compilación de la información expositiva en la tabla asignada.• Elaboración de una tarjeta informativa sobre los TCA.





Extendemos un agradecimiento a los siguientes docentes en ejercicio y en proceso de formación quienes han participado activamente en el desarrollo de esta guía y del material educativo que la acompaña:

Cruziscaya Lourdes Fernández Cardozo

Daniel Jesús Guarachi Chávez

Diego Mercado Justiniano

Gaddi Michelle Illanes Huanca

José Hernán Loza Oporto

Juan Daniel Salazar Canaviri

Juana Isabel Soto Álvarez

Lourdes Quispe Colque

Marisol Crespo Marín

Martha Flores Fuentes

Teresa Lidia Choque Chávez

Wilmer Rodrigo Nina Mamani

Zulema Narda Mamani Choque

Enfermedades y Trastornos de la Conducta Alimentaria: con enfoque de Seguridad Alimentaria

Sexto año de secundaria comunitaria productiva

Seguridad Alimentaria / Alimentación Saludable / Alimentos / Educación Escolar / Ejes Articuladores / Currículo Educativo / Concreción Curricular / Inocuidad / ETA / TCA / Nutrición



Fundación Alternativas
Calle Lisimaco Gutiérrez, No. 490
Edificio De Luna, Oficina 5B
Sopocachi, La Paz, Bolivia
Tel: (+591) 2 2434711
www.alternativascc.org
 @Alternativascc

AUTOR:

Francisco Pati

EDITORA:

Maria Teresa Nogales (Fundación Alternativas)

DISEÑO BASE E ILUSTRACIÓN DE FONDOS Y PORTADILLAS:

Jorge Dávalos

DIAGRAMACIÓN DE INTERIORES E ILUSTRACIÓN DE PORTADA Y FICHAS:

wok ideas.

Impreso en Bolivia
Junio 2021

Esta publicación fue posible con el apoyo de Hivos, la Cooperación Belga al Desarrollo y Louvain Coopération au Développement.

Las opiniones que son expresadas en este documento no representan necesariamente las del Estado holandés o belga, ni los compromete de modo alguno.



Bélgica
socio para el desarrollo





ALTERNATIVAS

Cultivando Comunidades



Bélgica
socio para el desarrollo

Implementado por

LOUVAIN
COOPERATION

Hivos
people unlimited

PROHIBIDA SU VENTA