

Bienvenidas y bienvenidos

Queridas y queridos educadores:

Les damos la bienvenida al programa **LIMPIOS & FELICES**.

A través de esta guía, tú y tus colegas aprenderán sobre el nuevo programa **LIMPIOS & FELICES** diseñado por Sesame Workshop e implementado en Perú con el apoyo del programa Volar de Aporta. El programa apoya la educación en temas relacionados con el buen manejo del agua, el saneamiento, la higiene y apoya el desarrollo de habilidades de autorregulación en niñas y niños entre 3 y 5 años de edad.

El programa consta de doce sesiones. En cada sesión, las y los docentes utilizarán novedosos materiales de enseñanza y aprendizaje para trabajar con niñas y niños.

Esta guía, junto a la capacitación, les ayudará a aprender cómo usar los materiales de enseñanza y aprendizaje provistos por el programa. Tendrán numerosas oportunidades de practicar el uso de los materiales. También se familiarizarán con formas efectivas de hablar con niñas y niños sobre cómo mantenerse saludables, limpios, seguros y felices. En el proceso, también pensarán sobre las maneras en las que niñas y niños pueden contribuir a la salud de su hogar, escuela y comunidad.

Siéntanse cómodas(os), formulen preguntas y comparten ideas durante toda la capacitación para el programa **LIMPIOS & FELICES**. Si tienen una pregunta, es probable que uno de sus colegas tenga la misma duda. Si tienen una idea, los líderes de capacitación y sus colegas se beneficiarán al oírlas.

Esperamos que esta guía y la capacitación les resulten provechosas y entretenidas.

¡Gracias!



Índice

- 5 **LIMPIOS & FELICES**
- 5 Objetivo del programa
- 5 Logros de aprendizaje
- 7 Conoce a los personajes de Sésamo
- 8 Materiales
- 10 Consejos para trabajar con niñas y niños pequeños
- 11 Estructura de cada sesión
- 14 **LIMPIOS & FELICES** en la educación inicial
- 20** **Sesión I:** ¡Bienvenidos a **LIMPIOS & FELICES!**
- 24** **Sesión 2:** Nuestra higiene personal
- 28** **Sesión 3:** Alejar los gérmenes y mantenernos limpios
- 32** **Sesión 4:** Lavar nuestras manos con agua limpia y jabón
- 36** **Sesión 5:** Prevenir enfermedades
- 40** **Sesión 6:** Cuidar la seguridad de los alimentos
- 44** **Sesión 7:** La importancia de usar zapatos
- 48** **Sesión 8:** Usar los baños con responsabilidad
- 52** **Sesión 9:** Conservar el agua
- 56** **Sesión 10:** Beber agua segura
- 60** **Sesión II:** Manejar el agua responsablemente
- 64** **Sesión I2:** Conclusión y celebración
- 67 Una actividad en familia con **LIMPIOS & FELICES**
- 70 Plan alternativo cuando el tiempo es restringido
- 71 Proyectos **LIMPIOS & FELICES** liderados por niñas y niños
- 74 Actividades
- 87 Crea tus títeres de Clara y Elmo

LIMPIOS & FELICES

Sesame Workshop desarrolló **LIMPIOS & FELICES**, un programa centrado en las necesidades de aprendizaje en materia de agua, saneamiento e higiene de niñas y niños pequeños en Perú. Este programa promueve actitudes y comportamientos positivos en las niñas, los niños y las comunidades escolares, tales como el consumo de agua segura, el uso de los baños, el lavado de manos, la higiene personal y el que las niñas y los niños desarrollen habilidades que les permitan autorregularse y desenvolverse con autonomía. El contenido del programa presenta a los personajes queridos de Sésamo y se imparte a través de materiales lúdicos que apoyan el aprendizaje grupal.

Objetivo del programa

LIMPIOS & FELICES busca mejorar el conocimiento, las actitudes y los comportamientos de niñas y niños en temas de agua, saneamiento e higiene, empleando materiales entretenidos y lúdicos. El currículo educativo de Sésamo —con contenido relevante y adecuado para la infancia— junto con una infraestructura de agua, saneamiento e higiene adecuada, viabilizan y alientan el aprendizaje y el desarrollo de comportamientos positivos para la salud en las niñas y niños que participan del programa.

Logros de aprendizaje

Agua

Al final del programa, niñas y niños:

- Diferenciarán el agua segura del agua no segura.
 - Consumirán sólo agua segura.
 - Transportarán, almacenarán y manipularán agua para el consumo en forma segura.
 - Tratarán el agua como un recurso preciado y la utilizarán de manera cuidadosa y responsable.
- Y ayudarán a otros niños y niñas a hacerlo también.

Saneamiento

Al final del programa, niñas y niños:

- Entenderán la relación entre los gérmenes, las aguas estancadas, las heces, la basura, la enfermedad y los problemas de salud.
- Utilizarán las instalaciones sanitarias de manera digna, segura y responsable.

- Ayudarán a mantener un ambiente saludable en su casa, escuela y comunidad.
- Practicarán buena higiene alimenticia y ayudarán a otros niños y niñas a hacerlo también.

Higiene

Al final del programa, niñas y niños:

- Describirán qué son los gérmenes, cómo se propagan y cómo pueden eliminarse.
- Entenderán la importancia de la higiene de manos y cuerpo en la protección de la salud.
- Lavarán sus manos correctamente y en los momentos oportunos.
- Practicarán rutinas diarias de cuidado e higiene personal.
- Practicarán buena higiene alimenticia.
- Y ayudarán a otros niños y niñas a hacerlo también.

Promoción de la salud

Al final del programa, niñas y niños:

- Enseñarán a sus compañeros sobre agua, higiene y saneamiento.
- Enseñarán a las personas adultas sobre agua, higiene y saneamiento.
- Contribuirán a la salud y la higiene en la escuela, cuidando los puntos de agua, los baños y estaciones de lavado de manos.

Autorregulación

Al final del programa, niñas y niños:

- Identificarán y practicarán estrategias para regular sus emociones.
- Practicarán el control de impulsos.
- Ganarán autonomía en el cuidado de su salud.

Conoce a los personajes de Sésamo

LIMPIOS & FELICES presenta a dos personajes de Sésamo que atraen la atención de niñas y niños hacia los buenos comportamientos relativos al agua, el saneamiento y la higiene. Estos personajes también modelan comportamientos saludables para facilitar la comprensión de las niñas y los niños.



Clara es una Muppet color turquesa, de 6 años, desarrollada con el aporte de equipos de Sesame Workshop de alrededor del mundo. Una verdadera ciudadana global, Clara es una niña alegre y entusiasta que siempre se identifica con los intereses, las necesidades, los desafíos y las oportunidades de niñas y niños de todo el mundo. A Clara le encanta colecciónar datos, ya sea de libros, la televisión, computadoras, periódicos u otras personas. Si bien Clara puede recordar muchos datos, suele ser olvidadiza con respecto a otras cosas. A menudo pierde sus libros, juguetes, ropa y otras cosas que lleva consigo. Sin embargo, algo que Clara nunca olvida es cuán importante es ser feliz y estar sano. Le encanta enseñar a otros, sobre todo a su amigo Elmo, qué son los gérmenes y cómo evitar propagarlos para mantenerse sana y fuerte.

Elmo es un Muppet rojo de tres años y medio, con una voz aguda y una risa contagiosa. Entusiasta, simpático y alegre, siempre quiere participar de todo lo que sucede. Aunque a veces no tiene las habilidades o el conocimiento para realizar lo que quiere, eso nunca lo detiene porque tiene una actitud positiva y optimista frente a la vida. Elmo admira a su buena amiga Clara y siempre trata de aprender de ella sobre cómo mantenerse limpio y evitar los gérmenes. A Elmo y Clara les gusta trabajar juntos para enseñarle a otros la importancia de ser felices y sanos.

En la página 86 encontrarás cómo crear títeres de Clara y Elmo que te ayuden a dinamizar tus sesiones de **LIMPIOS & FELICES**.



Materiales



GUÍA PARA EDUCADORES Y FACILITADORES DE LIMPIOS & FELICES

Es una herramienta que brinda a las y los educadores información esencial para conducir cada sesión de **LIMPIOS & FELICES**.



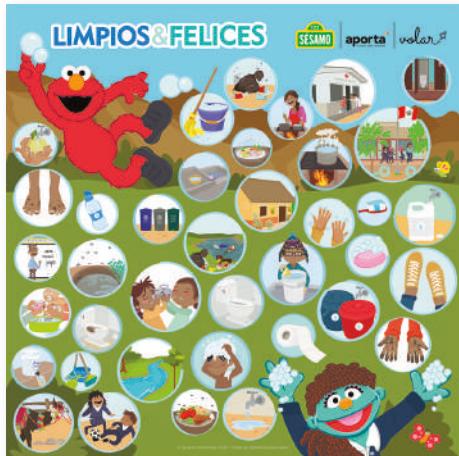
“CLARA Y EL EQUIPO ANTIGÉRMENES”

Clara y Elmo son “superagentes saludables”, que ayudan a sus amigas y amigos a estar más sanos y felices. El cuento se enfoca en comportamientos positivos de saneamiento e higiene, y en el poder de niñas y los niños como educadores en sus propias comunidades. Impreso al estilo rotafolio, el libro muestra a Clara y Elmo en un contexto peruano e incluye preguntas y actividades que extienden el aprendizaje y la diversión.



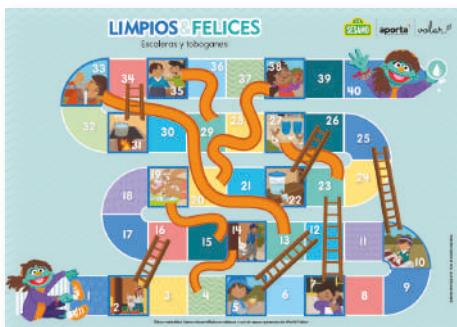
“ELMO Y CLARA: GUARDIANES DEL AGUA”

Clara y Elmo aprenden a cuidar el agua y consumirla con responsabilidad. El cuento explora cómo identificar el agua segura y las distintas maneras en que se puede consumir, transportar y manipular. Impreso al estilo rotafolio, el libro muestra a Ana, Clara y Elmo pasando un día en una comunidad como las que abundan a lo largo y ancho de Perú. Incluye preguntas de debate y actividades complementarias.



TAPETE DE ACTIVIDADES LIMPIOS & FELICES

El tapete de actividades es un juego de piso diseñado para fomentar el pensamiento creativo y la narración de cuentos en un contexto grupal. Para este tapete de actividades se eligieron imágenes que fueran familiares y pertinentes en la vida diaria de niñas y niños, y comportamientos relativos al agua, el saneamiento y la higiene. El tapete cuenta con diversas actividades de aprendizaje sugeridas, pero las niñas, niños y los adultos pueden crear actividades adicionales.



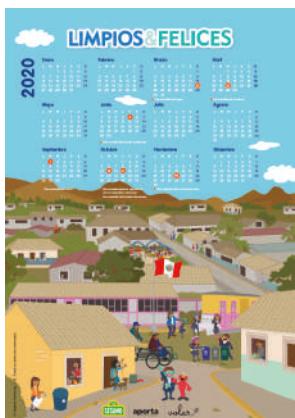
JUEGO DE MESA “ESCALERAS Y TOBOGANES CON CLARA”

El juego Escaleras y Toboganes es similar a Serpientes y Escaleras. Esta versión del juego se centra en el agua, el saneamiento y la higiene, y permite que hasta seis jugadores lo disfruten al mismo tiempo. El juego ayuda a niñas y niños a hablar entre ellos respecto de los comportamientos positivos y negativos en relación con el agua, el saneamiento y la higiene.



VIDEOS

Provistos en una memoria USB, los videos incluyen contenido educativo conducido por Clara y Elmo sobre gérmenes, el uso del baño, el lavado de manos y otros comportamientos saludables. Otros videos incluyen animaciones y minidocumentales en los que se aprende cómo se previene la transmisión de los gérmenes, y cómo construir un ambiente seguro y limpio.



CERTIFICADO DE SUPERAGENTE SALUDABLE

Cada niña y niño que participa en el programa obtendrá un certificado al final. Este certificado puede colorearse progresivamente para indicar que una niña o niño finalizó su tarea. Al final de las sesiones, niñas y niños recibirán el nombre de "Superagentes"

CALCOMANÍA

Cada niña y niño recibirá también una calcomanía que los certifica como Guardianes del Agua al culminar las tareas referentes a la conservación y el uso, transporte y consumo seguro de este valioso recurso.

CALENDARIO FAMILIAR

Cada niña y niño recibirá este calendario y afiche interactivo para llevarlo a casa y practicar los comportamientos aprendidos junto a sus madres, padres y demás miembros de sus familias.

Consejos para trabajar con niñas y niños pequeños

Trabajar con las niñas y los niños más pequeños siempre es gratificante, si bien requiere un poco más de paciencia y flexibilidad. A continuación, presentamos algunos consejos generales para trabajar **LIMPIOS & FELICES** con las niñas y niños del Ciclo II de Educación Inicial, pero se puede aplicar en cualquier situación en la que los niños tengan dificultades con el material.

A lo largo de la guía, encontrarás adaptaciones sugeridas de las actividades para niñas y niños pequeños denotadas con la palabra **Peques**.

La repetición es útil

Las niñas y los niños pequeños están ansiosos por aprender, pero todavía están descubriendo la mejor manera de hacerlo. Oír, ver o hacer algo muchas veces, les hace más fácil recordarlo en el futuro. Sé paciente y continúa explicando los mensajes las veces que sea necesario.

Las rutinas son buenas

Establecer una rutina que se siga cada vez que tengan una sesión de **LIMPIOS & FELICES** ayudará a niñas y niños a predecir lo que vendrá a continuación. Esto hará más fácil las transiciones entre las actividades de cada sesión.

Tómate tu tiempo

A veces las niñas y niños reciben un mensaje rápidamente, y otras veces necesitan un recordatorio o que se les muestre cómo hacer algo. No importa cuán preparada o preparado estés, siempre existe la posibilidad de que la lección no se ejecute a tiempo. Sé flexible, y deja que las niñas y niños establezcan el ritmo. Si se enganchan rápidamente, pasa a la siguiente actividad. Si están teniendo dificultades, ayúdalos a superar el desafío. No te preocupes si no pueden llegar a la actividad final todas las veces.

Sé un(a) acompañante del aprendizaje

En lugar de hablarle a las niñas y niños durante toda la lección, hazles preguntas, lee con voces graciosas y juega con ellos. Esto mantendrá su interés en la actividad y les enseñará que el aprendizaje puede ser divertido.

Practica el aprendizaje basado en juegos

Cuando una actividad está basada en juego, los niños no distinguen entre la diversión y el aprendizaje. Los niños estarán encantados de usar los materiales e interactuar con sus compañeros y con entorno, hará que aprender sea más emocionante.

Estructura de cada sesión

Apertura (10 minutos)

Encuentra una estrategia que te ayude a recordarle a las niñas y niños que es tiempo de trabajar en **LIMPIOS & FELICES**. Por ejemplo: puedes aplaudir o tocar una campana siempre que vaya a comenzar la sesión. Para empezar, repitan en grupo la “Promesa de los Superagentes Saludables.”



Promesa de los Superagentes Saludables

Soy un superagente limpio y feliz

Prometo beber, beber, sólo agua segura

Prometo lavarme, lavarme bien las manos

Antes de comer y después del baño

Prometo solo usar, usar un baño seguro

Prometo tirar, tirar la basura en el lugar indicado

Prometo solo comer, comer alimentos preparados en un ambiente limpio

Prometo cuidar, cuidar el agua

Prometo contarles, contarles a todos sobre LIMPIOS & FELICES

¡Y así podré crecer, crecer más fuerte de mente, cuerpo y corazón!

Introducción (10 minutos)

- Repasa la lección de la sesión anterior e introduce el tema de la sesión que está por empezar.
- Revisa la tarea invitando a niñas y niños a que compartan lo que aprendieron.
- Permite que las niñas y niños que hayan realizado la tarea coloquen una parte del certificado que se llevarán a casa al final del programa.

Actividades (40-60 minutos)

Las siguientes páginas resumen las 12 sesiones que conforman el programa **LIMPIOS & FELICES**. Cada sesión incluye los logros de aprendizaje, el tiempo requerido, los materiales de enseñanza y aprendizaje necesarios, las actividades de la sesión y las tareas. Usa esta guía como apoyo para conocer los materiales, los logros de aprendizaje y para llevar a cabo las actividades correspondientes a cada sesión.

Conclusión (10 minutos)

Cierra la sesión resumiendo las lecciones clave y celebrando los logros de niñas y niños. Explícales en qué se centrará la próxima sesión y asígnales una tarea.

Cierre (5 minutos)

Si el tiempo lo permite, canta con niñas y niños la “Canción del agua segura” o

El agua segura

Cuando tengo sed
debo aprender
a escoger muy bien
¡el agua!

Así se vea fresca
debes darte cuenta
de la diferencia

Cuidar nuestra salud es lo
primordial

El agua segura

Limpia debe ser
la tienes que guardar
en un buen lugar

El agua segura
Si no se de su origen
Debo estar alerta
y mejor no tomar

El agua segura

Si sirves de la llave
Hay que asegurarse
que tratada está

El agua segura

Si cuido el medio ambiente
debo estar consciente
de no malgastar

Lavado de manos

Si tu saludquieres cuidar
Tus manostienes que lavar

(Rap 2 veces)

Los gérmenes eliminar
y el agua siempre conservar

Después de jugar
Y antes de comer
Luego de ir al baño
Me lavo las manos

(Coro)

(Coro 2 veces)

Frota arriba, frota abajo
El jabón para lavar
Del meñique hasta el pulgar
Cada dedo de tus manos

Canción del servicio

Hay un lugar aquí
Que cuando tienes que ir
A hacer pupú o pipí
Es el lugar para ti

Tus amigos van allí.
Y tu familia también
¡Y ya lo sabes hacer!

Usemos el servicio
Y siempre que esté limpio
Para cuidar tu salud
Es el mejor inicio

Usemos el servicio
Porque está siempre limpio
Para cuidar tu salud
Es el mejor inicio

Si siento que debo ir
Es el lugar para mi
Si tengo pupú o pipí

LIMPIOS & FELICES en la Educación Inicial

En la tabla a continuación encontrarán cómo contribuye cada sesión de LIMPIOS & FELICES a alcanzar los estándares de aprendizaje definidos en el Programa curricular de Educación Inicial para el Ciclo II. Las casillas designadas con la mano de Elmo  indican un estándar priorizado por el programa. Aquellas marcadas con la mano de Clara  indican estándares a los que se contribuye transversalmente.

Área	Sesiones											
Competencia	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Personal social												
Construye su identidad												
Se valora a sí mismo												
> Construye su identidad al tomar conciencia de los aspectos que lo hacen único.												
> Se identifica en algunas de sus características físicas, así como sus cualidades e intereses, gustos y preferencias.												
> Se siente miembro de su familia y del grupo de aula al que pertenece.												
> Practica hábitos saludables reconociendo que son importantes para él.												
> Actúa de manera autónoma en las actividades que realiza y es capaz de tomar decisiones, desde sus posibilidades y considerando a los demás.												
Autorregula sus emociones												
> Expresa sus emociones e identifica el motivo que las originan.												
> Busca y acepta la compañía de un adulto significativo ante situaciones que lo hacen sentir vulnerable, inseguro, con ira, triste o alegre.												
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común												
Interactúa con todas las personas												
> Convive y participa democráticamente cuando interactúa de manera respetuosa con sus compañeros desde su propia iniciativa, cumple con sus deberes y se interesa por conocer más sobre las diferentes costumbres y características de las personas de su entorno inmediato.												
Construye normas, y asume acuerdos y leyes												
> Participa y propone acuerdos y normas de convivencia para el bien común.												

Área	Sesiones											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Competencia Capacidad > Estándar de aprendizaje												
Participa en acciones que promueven el bienestar común												
Construye su identidad, como persona humana, amada por Dios, digna, libre y trascendente, comprendiendo la doctrina de su propia religión, abierto al diálogo con las que le son cercanas¹												
Conoce a Dios y asume su identidad religiosa y espiritual como persona digna, libre y trascendente												
Cultiva y valora las manifestaciones religiosas de su entorno argumentando su fe de manera comprensible y respetuosa												
Psicomotriz												
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad												
Comprende su cuerpo												
> Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad cuando explora y descubre su lado dominante y sus posibilidades de movimiento por propia iniciativa en situaciones cotidianas.												
> Realiza acciones motrices básicas en las que coordina movimientos para desplazarse con seguridad y utiliza objetos con precisión, orientándose y regulando sus acciones en relación a estos, a las personas, el espacio y el tiempo.												
Se expresa corporalmente												
> Expresa corporalmente sus sensaciones, emociones y sentimientos a través del tono, gesto, posturas, ritmo y movimiento en situaciones de juego.												
Comunicación												
Se comunica oralmente en su lengua materna²												
Obtiene información del texto oral												
> Se comunica oralmente mediante diversos tipos de textos.												
> Identifica información explícita.												

¹ LIMPIOS & FELICES es un programa educativo sin carácter confesional que contribuye, entre otras cosas, a desarrollar vínculos afectivos y de cuidado entre las niñas y los niños y su entorno escolar, familiar, comunitario y con el medio ambiente.

² El programa se implementa con materiales de aprendizaje en castellano, por lo que las destrezas comunicativas que desarrollan las niñas y los niños alrededor del programa aplican fundamentalmente a esta lengua.

Área	Sesiones											
Competencia	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Capacidad												
> Estándar de aprendizaje												
Infiere e interpreta información del texto oral												
> Realiza inferencias sencillas a partir de información.												
Adecúa, organiza y desarrolla el texto de forma coherente y cohesionada												
> Desarrolla sus ideas manteniéndose por lo general en el tema.												
> Utiliza vocabulario de uso frecuente y una pronunciación entendible, se apoya en gestos y lenguaje corporal.												
Utiliza recursos no verbales y paraverbales de forma estratégica												
> Interpreta recursos no verbales y paraverbales de las personas de su entorno.												
Interactúa estratégicamente con distintos interlocutores												
> Se expresa espontáneamente a partir de sus conocimientos previos, con el propósito de interactuar con uno o más interlocutores conocidos en una situación comunicativa.												
> En un intercambio, generalmente participa y responde en forma pertinente a lo que le dicen.												
Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto oral												
> Opina sobre lo que más/menos le gustó del contenido del texto.												
Lee diversos tipos de texto en su lengua materna												
Obtiene información del texto escrito.												
> Lee diversos tipos de textos que tratan temas reales o imaginarios que le son cotidianos, en los que predominan palabras conocidas y que se acompañan con ilustraciones.												
Infiere e interpreta información del texto escrito												
> Construye hipótesis o predicciones sobre la información contenida en los textos y demuestra comprensión de las ilustraciones y de algunos símbolos escritos que transmiten información.												
Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto escrito												
> Expresa sus gustos y preferencias en relación a los textos leídos a partir de su propia experiencia.												
> Utiliza algunas convenciones básicas de los textos escritos.												
Escribe diversos tipos de texto en su lengua materna												
Adecúa el texto a la situación comunicativa												
> Escribe a partir de sus hipótesis de escritura diversos tipos de textos sobre temas variados considerando el propósito y el destinatario a partir de su experiencia previa.												

Área	Sesiones											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Competencia Capacidad -> Estándar de aprendizaje												
Organiza y desarrolla las ideas de forma coherente y cohesionada												
> Desarrolla sus ideas en torno a un tema con la intención de transmitir ideas o emociones.												
Utiliza convenciones del lenguaje escrito de forma pertinente												
> Sigue la linealidad y direccionalidad de la escritura.												
Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto escrito												
Crea proyectos desde los lenguajes artísticos												
Explora y experimenta los lenguajes del arte												
> Crea proyectos artísticos al experimentar y manipular libremente diversos medios y materiales para descubrir sus propiedades expresivas.												
> Explora los elementos básicos de los lenguajes del arte como el sonido, los colores y el movimiento.												
Aplica procesos creativos												
> Explora sus propias ideas imaginativas que construye a partir de sus vivencias y las transforma en algo nuevo mediante el juego simbólico, el dibujo, la pintura, la construcción, la música y el movimiento creativo.												
Socializa sus procesos y proyectos												
> Comparte espontáneamente sus experiencias y creaciones.												
Matemática												
Resuelve problemas de cantidad												
Traduce cantidades a expresiones numéricas												
> Expresa la cantidad de hasta 10 objetos, usando estrategias como el conteo.												
Comunica su comprensión sobre los números y las operaciones												
> Usa cuantificadores: “muchos” “pocos”, “ninguno”, y expresiones: “más que” “menos que”.												
Usa estrategias y procedimientos de estimación y cálculo												
> Resuelve problemas referidos a relacionar objetos de su entorno según sus características perceptuales; agrupar, ordenar hasta el quinto lugar, seriar hasta 5 objetos, comparar cantidades de objetos y pesos, agregar y quitar hasta 5 elementos, realizando representaciones con su cuerpo, material concreto o dibujos.												

Área	Sesiones											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Competencia Capacidad -> Estándar de aprendizaje												
> Expresa el peso de los objetos “pesa más”, “pesa menos” y el tiempo con nociones temporales como “antes o después”, “ayer” “hoy” o “mañana”.												
Resuelve problemas de forma, movimiento y localización												
Modela objetos con formas geométricas y sus transformaciones												
> Emplea estrategias para resolver problemas, al construir objetos con material concreto.												
Comunica su comprensión sobre las formas y relaciones geométricas												
> Resuelve problemas al relacionar los objetos del entorno con formas bidimensionales y tridimensionales.												
> Expresa la comparación de la longitud de dos objetos: “es más largo que”, “es más corto que”.												
Usa estrategias y procedimientos para orientarse en el espacio												
> Expresa la ubicación de personas en relación a objetos en el espacio “cerca de” “lejos de” “al lado de”, y de desplazamientos “hacia adelante, hacia atrás”, “hacia un lado, hacia el otro”.												
> Emplea estrategias para resolver problemas, al realizar desplazamientos en el espacio.												
Ciencia y tecnología												
Indaga mediante métodos científicos para construir sus conocimientos												
Problematiza situaciones para hacer indagación.												
> Explora los objetos, el espacio y hechos que acontecen en su entorno, hace preguntas con base en su curiosidad, propone posibles respuestas.												
Diseña estrategias para hacer indagación												
Genera y registra datos o información												
> Obtiene información al observar, manipular y describir.												
Analiza datos e información												
> Compara aspectos del objeto o fenómeno para comprobar la respuesta.												
Evalúa y comunica el proceso y resultado de su indagación												
> Expresa en forma oral o gráfica lo que hizo y aprendió.												

Área	Sesiones											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Competencia												
Capacidad												
> Estándar de aprendizaje												
Competencias transversales												
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC												
Personaliza entornos virtuales												
Gestiona información del entorno virtual												
> Manipula objetos del entorno virtual para registrar, comunicar ideas y emociones.												
Crea objetos virtuales en diversos formatos												
> Manipula objetos del entorno virtual para realizar actividades preferidas que le permita registrar, comunicar ideas y emociones.												
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma												
Define metas de aprendizaje												
> Gestiona su aprendizaje al darse cuenta lo que debe aprender al nombrar qué puede lograr respecto a una tarea, reforzado por la escucha a la facilitación adulta, e incorpora lo que ha aprendido en otras actividades.												
Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas de aprendizaje												
> Sigue su propia estrategia al realizar acciones que va ajustando y adaptando a la “tarea” planteada.												
> Comprende que debe actuar al incluir y seguir una estrategia que le es modelada o facilitada.												
Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje												
> Monitorea lo realizado para lograr la tarea al evaluar con facilitación externa los resultados obtenidos siendo ayudado para considerar el ajuste requerido y disponerse al cambio.												



Sesión I

¡Bienvenidos a LIMPIOS & FELICES!

Logros de aprendizaje

Al final de la sesión, niñas y niños podrán:

- Describir de qué se trata el programa **LIMPIOS & FELICES**.
- Enunciar las características clave de Clara.
- Explicar cómo planean mantenerse sanos y seguros.

Materiales

- Videos de las tres canciones del programa
- Guía para educadores y facilitadores
- Cuento “Clara y el Equipo Antigérmenes”

Introducción sugerida (10 minutos)

iHola a todos! iBienvenidas y bienvenidos a LIMPIOS & FELICES! Hoy vamos a conocer a Clara, ella es una superagente saludable. ¿Saben lo que es un superagente saludable? [Da espacio para que niñas y niños contesten.] Muy bien, vamos a aprender lo que significa ser superagentes saludables diciendo la “Promesa de los Superagentes Saludables”. Todos cantemos juntos. Repitan después de mí. [Canten la Promesa de los Superagentes Saludables juntos, leyendo una línea a la vez y haciendo que niñas y niños repitan.] iMuy bien! Durante las próximas semanas, vamos a hablar sobre cómo estar sanos y fuertes bebiendo agua segura, cuidando nuestra higiene y manteniendo nuestras comunidades limpias. Recuerden:

- Beber agua segura nos ayuda a mantenernos sanos;
- Lavarnos las manos con agua corriente y jabón antes de comer, después de jugar y después de usar el baño elimina los gérmenes;
- Usar zapatos nos mantiene alejados de gérmenes y lesiones;
- El agua es un recurso precioso, y debemos tener cuidado de conservarlo; y
- Mantener nuestro ambiente y los baños limpios en la escuela y en el hogar,

tirando la basura en el lugar adecuado como el tacho, es parte de ser un superagente saludable.

Ahora, vamos a leer acerca de Clara y el Equipo Antigérmenes, después veremos unos videos y aprenderemos algunas canciones juntos.

Actividades (45 minutos)

Cuento (10 minutos)

- Lee las páginas 1, 2 y 3 del cuento “Clara y el Equipo Antigérmenes”, haciendo las preguntas sugeridas para cada página.
- Indica a niñas y niños que la historia continuará en cada sesión.
- Despues de leer el cuento, realiza la actividad de la página 3, que ayuda a las niñas y niños a pensar lo que significa estar sano y fuerte.

Videos (5 minutos)

- Presenta los videos de la “Canción del lavado de manos”, la “Canción del servicio” y la “Canción del agua segura”

Canción del lavado de manos (10 minutos)

- Demuestra la “Canción del lavado de manos” haciendo movimientos alusivos a la canción.
- Pide a niñas y niños que la canten contigo. Repite dos o tres veces, hazlo divertido. Primero puedes pedir a las niñas y niños que te sigan, después que lo realicen solos. También puedes variar la velocidad (pide que la canten muy lento y luego muy rápido).

Canción del servicio (10 minutos)

- Demuestra la “Canción del servicio” con todos los movimientos.
- Pide a niñas y niños que la canten contigo. Repite dos o tres veces. Recuerda, hazlo divertido. Puedes pedir a las niñas y niños que canten sólo moviendo la boca sin emitir sonidos, luego con un tono de voz bajo y luego con un tono de voz alto.

Canción del agua segura (10 minutos)

- Demuestra la “Canción del agua segura” con todos los movimientos.
- Pide a niñas y niños que la canten contigo. Repite dos o tres veces. Ahora desafía a tu grupo a que inventen una coreografía para la canción.

Conclusión sugerida (5 minutos)

Muchas gracias niñas y niños por participar el día de hoy. ¡Vamos a darnos un fuerte aplauso! Ustedes pueden ayudar a sus amigos y familiares a mantenerse sanos compartiendo lo que aprendimos hoy. La próxima vez, vamos a hablar de cómo la higiene personal nos ayuda a mantenernos saludables. Ahora tengo una misión para ustedes. ¿Recuerdan qué aprendimos hoy sobre Clara y su equipo Antigérmenes? Su misión es pensar en algo que aprendieron hoy

acerca de ser saludable y contarle a alguien en casa sobre lo que aprendieron, ¿de acuerdo? Durante la próxima clase vamos a conversar sobre qué es la higiene personal, así que deben averiguar qué es la higiene.

[Distribuye los certificados a todas las niñas y niños. Diles que al final del programa tendrán la oportunidad de llevar los certificados a casa. Pide a niñas y niños que coloquen uno de los gérmenes capturados en su certificado por haber comenzado el programa. Luego haz que niñas y niños peguen los certificados en la pared o los guarden en el lugar que hayas designado en el salón de clase.]

Cierre (5 minutos)

Canta la “Canción del lavado de manos” con niñas y niños a medida que acaban la sesión.

RECURSO COMPLEMENTARIO

Si el tiempo lo permite, pueden crear sus propios títeres de dedo de Elmo y Clara utilizando la hoja de actividades que aparece en la página 74.

Preguntas y notas

- Piensa en dos cosas del cuento que podrían resultar difíciles de hacer para las niñas y niños.

- ¿Qué podrías hacer para resolver estos desafíos?

- ¿Hay algo que necesitas preparar para realizar las actividades propuestas?

- ¿Qué puede ayudar a que niñas y niños recuerden la “Promesa de los Superagentes Saludables” y las canciones de las manos limpias y del agua segura de manera divertida?



Sesión 2

Nuestra higiene personal

Logros de aprendizaje

Al final de la sesión, niñas y niños podrán:

- Explicar la importancia de la higiene de manos y cuerpo.
- Practicar rutinas diarias de cuidado e higiene y tener una actitud favorable hacia ellas.

Materiales

- Guía para educadores y facilitadores
- Cuento “Clara y el Equipo Antigérmenes”
- Videos sesión 2
- Tapete de actividades.

Introducción sugerida (10 minutos)

iHola a todas y todos! Recuerdan la “Promesa de los Superagentes Saludables”? Vamos a decirla juntos. [Cantar la “Promesa de los Superagentes Saludables”] iQué bien nos sale!!

¿Quién cumplió su misión y enseñó a alguien a cerca de los comportamientos saludables que aprendimos la sesión pasada? ¿A quién le enseñaron? [Permite que todos respondan]. ¿Quién recordó averiguar sobre lo que es la higiene? ¿Qué descubrieron? [Permite que participen. Cuando finalicen, reconoce su labor.] iWow hicieron un gran trabajo, felicidades!

Todas las niñas y niños que completaron su misión pueden colorear un germen más en su certificado [Pasa los certificados de Superagentes Saludables y recógelos pasados 5 minutos]

Hoy vamos a aprender sobre la higiene personal y por qué es importante mantenernos limpios. Aunque no parezca, nuestro cuerpo va ensuciándose a lo largo del día. ¿Recuerdan que la sesión pasada hablamos de los gérmenes?, pues a medida que hacemos nuestras actividades diarias, los gérmenes van acercándose a nosotros y se quedan en nuestra piel y ropa. Por eso es importante practicar rutinas de higiene personal que vuelvan a dejarnos limpios y frescos.

Actividades (45 minutos)

Videos (15 minutos)

- Pide a niñas y niños que se sienten donde puedan ver y observen los videos: “Higiene personal”, “Elmo se baña” y “La abeja se baña”. Pásalos uno por uno.
- Después de cada video, pregunta a niñas y niños qué les gustó más. Luego pregúntales qué enseña el video sobre mantenerse sanos.

Cuento (10 minutos)

- Lee las páginas 4 a 6 del cuento “Clara y el Equipo Antigérmenes”, haciendo las preguntas sugeridas para cada página.
- Después de leer el cuento, escoge entre realizar la actividad de la página 6, que ayuda a los niños a fortalecer sus rutinas diarias de higiene personal, o la opción propuesta con el tapete de actividades.

Tapete de actividades (20 minutos)

Si tienes un grupo numeroso puedes dividirlo en equipos de 4 a 5 participantes, de lo contrario pídeles a todos que tomen un lugar alrededor del tapete para que jueguen “Mi mañana limpia”. Si el juego es demasiado fácil, orienta a cada grupo para que juegue a “Mi mañana limpia Plus” o si es muy desafiante prueben a jugar “Mi mañana limpia Peques”. Explica que el juego nos ayudará a hablar acerca de estar limpios, saludables y listos para ir a la escuela por la mañana.

Mi mañana limpia

- Pídeles que identifiquen imágenes de cosas que usen por la mañana al alistarse para ir a la escuela.
- Brinda la oportunidad de que participen y hazles preguntas. Por ejemplo: ¿Cómo usan eso?, ¿cuántas veces al día lo usan? ¿cuánto tiempo emplean cuando lo usan? Asegúrate de que tanto niñas como niños puedan participar.
- Finaliza el juego pidiendo a cada niño o equipo que actúe de qué manera usan el objeto que eligieron del tapete.

Mi mañana limpia Plus

- Pide a niñas y niños que se pongan de pie en un lugar desde el que puedan verte.
- Diles este juego se llama “La Maestra dice”.
- Nombra diferentes tipos de actividades de higiene y salud diciendo “La Maestra dice” (por ejemplo: come tu desayuno, cepilla tus dientes, cepilla tu cabello, etc.) Cuando la maestra dice hagan la actividad, todas las y los estudiantes en el salón deben realizarla.
- Recuerda, debes de usar la frase “La Maestra dice” al inicio de cada frase. Cuando la frase no inicie con “La Maestra dice” las niñas y niños no deberán moverse.

Si alguna niña o niño se mueve cuando la frase no inicie con “La Maestra dice” deberá permanecer sentado hasta que el juego finalice.

- El juego finaliza cuando sólo queden dos estudiantes de pie.

Mi mañana limpia Peques

- Pide a las niñas y niños de tu grupo que recuerden lo que hacen cada día al alistarse para ir a la escuela [Toma nota de lo que dicen y ayúdalos a recordar, asegurándote de que todos participen].
- Proponles que encuentren en el tapete imágenes que se asocien a las actividades que mencionaron.
- Ahora pídeles que hagan una fila y salten a cada imagen que mencionaron. Antes de saltar a la siguiente imagen tiene que actuar cómo se bañan, se cepillan los dientes, etc.
- Para finalizar pueden formar un círculo. Mientras tú te mueves de una imagen a otra, todo el grupo debe actuar lo que sucede en cada imagen.

Conclusión sugerida (10 minutos)

Muchas gracias niñas y niños por participar el día de hoy. ¡Vamos a darnos un fuerte aplauso! Recordemos juntos los aprendizajes del día [Hoy aprendimos la importancia de realizar rutinas de higiene personal, lo que debemos hacer para mantener nuestro cuerpo sano y limpio, como bañarnos, desayunar, cepillarnos los dientes después de comer]. En nuestra próxima sesión vamos a hablar sobre los gérmenes y cómo mantenerlos alejados.

Ahora tengo una misión para ustedes. Su misión es realizar toda su rutina de higiene personal e invitar a otros amigos o miembros de su familia a que la hagan también. También quiero que pongan atención a lo que sus familiares y amigos hacen después de usar el baño y antes de comer.

Cierre (10 minutos)

Si te da tiempo puedes cantar junto con niñas y niños la “Canción del lavado de manos” como cierre de la sesión.

RECURSO COMPLEMENTARIO

Si tienes tiempo disponible, invita a niñas y niños a usar la hoja de actividades “El laberinto de Clara” que aparece en la página 75. Para completar esta tarea deberán recordar cuál fue la rutina de higiene personal de Clara y así encontrar a Elmo.

Preguntas y notas

- ¿Cómo podrían adaptar la actividad “Mi mañana limpia” para otro tema vinculado con la salud?

- En esta sesión te sugerimos pasar los videos al inicio. De acuerdo a tu experiencia ¿funcionaría mejor pasarlos en otro momento?

- ¿Hay algo que necesitas preparar para realizar las actividades propuestas?

- ¿Cuál crees que es la mejor manera de trabajar con las niñas y niños que no prestan atención a los videos?



Sesión 3

Alejar los gérmenes y mantenernos limpios

Logros de aprendizaje

Al final de la sesión, niñas y niños podrán:

- Definir qué son los gérmenes.
- Reconocer que los gérmenes pueden causar enfermedades.
- Identificar dónde se pueden encontrar los gérmenes.
- Describir maneras de combatir los gérmenes para mantenerse saludable.
- Enseñar a sus pares a combatir los gérmenes.

Materiales

- Guía para educadores y facilitadores
- Cuento “Clara y la Liga Antigérmenes”
- Videos de la sesión 3
- Tapete de actividades

Introducción sugerida (10 minutos)

iHola a todas y todos! ¿Recuerdan la “Promesa de los Superagentes Saludables”? Vamos a decirla juntos. [Canten juntos] iQue bien nos sale!

¿Quién cumplió su misión y practicó sus rutinas de higiene diaria? ¿Invitaron a sus amigos y familiares a seguir una rutina de higiene personal? ¿Saben si las han seguido? [Permite que participen] ¿Alguno de ustedes puso atención a lo que las personas hacen después de ir al baño y antes de comer? [Permite que participen y reconoce su trabajo]

Todas las niñas y niños que completaron su misión pueden colorear un germen más en su certificado [Pasa los certificados de Superagentes Saludables y recógelos pasados 5 minutos]

Hoy aprenderemos más sobre esos pequeños seres que no podemos ver a simple vista, pero que muchas veces hacen que nos enfermemos. Ya hemos hablado sobre los gérmenes, pero hoy nos centraremos en reconocer en

dónde pueden estar y cómo podemos combatirlos para estar seguros, limpios, sanos y felices. ¿En dónde creen que puede haber gérmenes? [Permite que respondan, recuerda reconocer sus respuestas y, cuando no sean correctas, indagar en su razonamiento antes de descalificarlas].

Ahora comencemos viendo unos videos.

Actividades (50 minutos)

Videos (15 minutos)

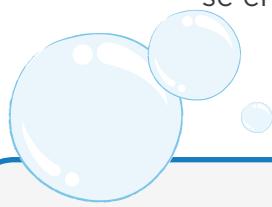
- Pide a niñas y niños que se sienten donde puedan ver y observen los videos: “Gérmenes brillantes” y “El elefante y el ratón se lavan las manos”. Pásalos uno por uno.
- Después de cada video, pregunta a niñas y niños cuál les gustó más. Luego pregúntales qué enseña el video sobre mantenerse sano y seguro.

Cuento (15 minutos)

- Lee las páginas 7 a 10 del cuento “Clara y el Equipo Antigérmenes”, haciendo las preguntas sugeridas para cada aparte.
- Después de leer el cuento jueguen con el tapete de actividades.

Tapete de actividades (20 minutos)

- Pide a niñas y niños que formen grupos de hasta 5 jugadores y orienta a cada grupo para que juegue “La caza de gérmenes”. Si el juego es demasiado fácil, orienta a cada grupo para que juegue a “La caza de gérmenes Plus” o, si es muy desafiante, prueben a jugar “La caza de gérmenes Peques”. Explica que el juego les ayudará a hablar sobre dónde se encuentran los gérmenes y cómo deshacerse de ellos.



La Caza de Gérmenes

- Pide a cada grupo que se pare en un lugar del tapete donde crean que hay muchos gérmenes.
- Formula preguntas a todo el grupo, incluso a los observadores. Por ejemplo: ¿Creen que en este lugar hay muchos gérmenes? ¿De dónde creen que vienen los gérmenes? ¿Qué sucederá si los tocan? Si van a este lugar, ¿cómo pueden asegurarse de eliminar los gérmenes después? Asegúrate de que tanto las niñas como los niños tengan la oportunidad de responder.
- Finaliza el juego pidiendo a niñas y niños que simulen lavarse las manos para deshacerse de gérmenes imaginarios. Pueden cantar juntos la “Canción de las manos limpias”.

La Caza de Gérmenes Plus

- Halla un lugar externo donde sea seguro correr (por ejemplo, un parque limpio, el patio escolar, etc.).
- Pide a cinco o seis niñas y niños que sean “gérmenes”. El resto de las niñas y niños debe organizarse como parejas. En cada pareja, uno hace de “jabón” y otro de “agua”.
- Las parejas de niñas y niños deben tomarse de la mano y perseguir a los “gérmenes” sin soltarse. Cuando atrapen uno, el o la niña debe actuar como si el germen se congelara en el lugar.
- Continúa el juego hasta que se congelen todos los gérmenes.
- Pide a niñas y niños que se aplaudan. La próxima vez asegúrate de que los “gérmenes” puedan hacer de “jabón” y “agua”.

La Caza de Gérmenes Peques

- Antes de comenzar el juego, hagan una lista entre todos de algunas maneras de deshacerse de los gérmenes.
- En lugar de hacer las preguntas de seguimiento a cada niña o niño, formula las preguntas a todo el grupo.

Conclusión (10 minutos)

Muchas gracias niñas y niños por participar el día de hoy. ¡Vamos a darnos un fuerte aplauso! Recordemos todo lo que aprendimos hoy [aprendimos mucho sobre los lugares en donde puede haber gérmenes y, al jugar a cazar gérmenes, aprendimos que el agua y el jabón son el mejor equipo para eliminar a los gérmenes ¡incluso a los que corren mucho!]. En nuestra próxima sesión hablaremos de cómo lavarnos las manos de manera correcta.

Ahora tengo una misión para ustedes. Su misión es compartir con sus familiares y amigos lo que aprendimos hoy. También quiero pedirles que pongan atención a la forma en que ustedes, sus amigos y familiares se lavan las manos, miren si todos los hacen de la misma forma y si usan las mismas cosas para hacerlo.

Cierre (10 minutos)

Si te da tiempo puedes cantar junto con niñas y niños la “Canción del lavado de manos” como cierre de la sesión.

RECURSO COMPLEMENTARIO

Mientras cada equipo hace la actividad en el tapete, los demás pueden ayudar a Clara a identificar el germen que descubrió usando su microscopio uniendo los puntos en la hoja de actividades #3 que aparece en la página 76.

Preguntas y notas

- ¿Si no tuvieran espacio para jugar a la caza de gérmenes, qué actividad podrían desarrollar para enseñar de manera divertida a las niñas y niños cuál es la mejor manera de eliminar a los gérmenes?

- ¿Qué estrategias se pueden usar con las niñas y niños que no completen las tareas en el tiempo estimado?

- ¿Qué puedes hacer para mejorar la participación de las niñas y niños durante la sesión?



Sesión 4

Lavar nuestras manos con agua limpia y jabón

Logros de aprendizaje

Al final de la sesión, niñas y niños podrán:

- Demostrar la manera correcta de lavarse las manos.
- Identificar cuándo lavarse las manos.
- Enseñar a sus pares comportamientos relativos al buen lavado de las manos.

Materiales

- Guía para educadores y facilitadores
- Cuento “Clara y el Equipo Antigérmenes”
- Videos de la sesión 4
- Tapete de actividades

Introducción sugerida (10 minutos)

iHola niñas y niños! ¿Cómo se encuentran hoy? ¿Recuerdan la “Promesa de los Superagentes Saludables”? Vamos a decirlo juntos [canten juntos] iQué bien nos sale!

¿Quién cumplió su misión y enseñó a sus amigos y familiares en dónde puede haber gérmenes y cómo se combaten? [Permite que participen] ¿Quién se fijó en cómo las personas a su alrededor se lavan las manos? ¿Encontraron diferencias, cuáles? ¿Todas usan lo mismo para hacerlo? [Permite que participen y reconoce su trabajo]. iWow hicieron un gran trabajo, felicidades!

Todas las niñas y niños que completaron su misión pueden colorear un germen más en su certificado [Pasa los certificados de Superagentes Saludables y recógelos pasados 5 minutos].

Hoy hablaremos acerca de lavarnos las manos. Podemos contaminar nuestras manos con gérmenes de diferentes maneras, cada vez que tocamos algo, incluso sin darnos cuenta. Lavando nuestras manos con jabón en los momentos oportunos a lo largo del día nos aseguramos de eliminar los gérmenes para que no puedan enfermarnos.

¿Quién puede decirme cuándo debemos lavarnos las manos? [Permite que participen]. Es correcto, siempre debemos lavarnos las manos al llegar a nuestra casa, después de usar el baño, después de jugar y antes de comer.

Ahora veamos un video.

Actividades (55 minutos)

Videos (15 minutos)

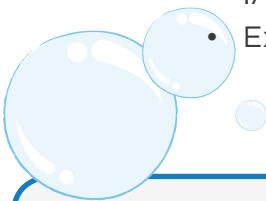
- Pide a niñas y niños que se sienten donde puedan observar los siguientes videos: “Lavado de manos después de ir al baño”, “Lavado de manos antes de comer” y la “Canción del lavado de manos”. Pásalos uno por uno.
- Después de cada video, pregunta a niñas y niños de qué tratan los videos, qué les gustó más y qué enseñan los videos sobre mantenerse sanos y fuertes.

Cuento (15 minutos)

- Lee las páginas 11 y 12 del cuento “Clara y el Equipo Antigérmenes”, haciendo las preguntas sugeridas. Las preguntas ayudan a niñas y niños a pensar en las cosas que necesitan para poder lavarse las manos correctamente.
- Al finalizar, realiza la actividad de la página 12. La actividad sirve para que niñas y niños practiquen lavarse las manos con jabón y se diviertan mientras lo hacen.

Tapete de actividades (25 minutos)

- Pide a niñas y niños que formen grupos de hasta 5 jugadores y orienta a cada grupo para que juegue a “1, 2, 3, ¡A Lavarse las Manos!” en el tapete de actividades.
- Si el juego es demasiado fácil, orienta a cada grupo para que juegue a 1, 2, 3, ¡A Lavarse las Manos! Plus o, si es muy desafiante, prueben a jugar “1,2,3 ¡A lavarse las manos! Peques”.
- Explica que el juego nos ayudará a hablar sobre cosas que necesitamos.



I, 2, 3, ¡A Lavarse las Manos!

- Pide a cada grupo que busquen tres objetos pequeños que actúen como marcadores de lugar para su grupo (por ejemplo, tres piedras pequeñas, tres tapones, etc.).
- Pide a cada grupo que coloque los marcadores en el tapete de actividades sobre los dibujos de tres cosas que usan para lavarse las manos.

- Formula preguntas a cada grupo. Por ejemplo: ¿Qué cosas eligió el grupo de ustedes? ¿Por qué son importantes estas cosas? ¿De qué manera los ayudan a lavarse las manos correctamente? Asegúrate de que tanto las niñas como los niños tengan la oportunidad de responder.
- Finaliza el juego cantando la “Canción de las manos limpias”.

I, 2, 3, ¡A Lavarse las Manos! Plus

- Da a cada grupo una situación sobre “manos sucias” (por ejemplo, acabas de terminar de dar de comer a un animal, acabas de terminar de jugar al fútbol, acabas de ir al baño, etc.).
- Pide a los grupos que inventen un cuento corto sobre lavarse las manos usando la situación sobre “manos sucias” y las tres cosas que eligieron mientras juegan a 1, 2, 3, ¡A Lavarse las Manos!
- Para finalizar, pide a cada grupo que actúe su historia de “manos limpias” para los otros grupos.

I, 2, 3, ¡A Lavarse las Manos! Peques

- En grupos de 5, pide a las niñas y niños que se sienten en una imagen que muestre una conducta saludable. Pregúntale a cada uno ¿por qué piensas que esto es un comportamiento saludable? Explica más acerca de qué hace un sea comportamiento saludable.

Conclusión (10 minutos)

Muchas gracias niñas y niños por participar el día de hoy. ¡Vamos a darnos un fuerte aplauso! Recordemos juntos, qué fue lo que aprendimos el día de hoy [aprendimos sobre cuándo debemos lavarnos las manos y sobre la importancia hacerlo con jabón, ya que es la única manera de terminar con los gérmenes]. En nuestra próxima sesión hablaremos sobre prevenir enfermedades

Ahora tengo una misión para ustedes. Su misión es cuidar que sus amigos y familiares laven sus manos, después de usar el baño, después de jugar y antes de comer y que lo hagan con jabón y agua limpia. También quiero que observen bien cómo cubren su nariz y boca sus amigos y familiares cuando tosen o estornudan.

Cierre (10 minutos)

Si te da tiempo puedes cantar junto con niñas y niños la “Canción del lavado de manos” como cierre de la sesión.

RECURSO COMPLEMENTARIO

Mientras cada equipo hace la actividad en el tapete, los demás pueden ayudar a Elmo a aprender a lavarse bien las manos usando la hoja de actividades #4 que aparece en la página 77.

Preguntas y notas

- ¿De qué manera nos podemos asegurar de que siempre haya jabón para lavarse las manos en la escuela?

- ¿A quién deben avisar los niños cuando el lavamanos está dañado o sin jabón? ¿Cómo podrá ayudar esa persona?

- Muchos niños lavan sus manos sobre un balde o batea, reutilizando el agua. Muchos otros comparten el agua cuando se lavan las manos con otros niños. ¿Cómo podrías disuadir este comportamiento y enfatizar la importancia de que el agua sea limpia y corra?



Sesión 5

Prevenir enfermedades

Logros de aprendizaje esperados

Al final de la sesión, niñas y niños podrán:

- Explicar la relación que existe entre los gérmenes y la enfermedad.
- Emplear la técnica correcta para cubrir su boca y nariz al toser o estornudar y prevenir enfermedades en vías respiratorias.

Materiales

- Videos de la sesión 5
- Cuento “Clara y el Equipo Antigérmenes”

Introducción sugerida (10 minutos)

iHola niñas y niños! ¿Recuerdan la “Promesa de los Superagentes Saludables”? Vamos a decirla juntos [canten juntos]. iMuy bien!

¿Quién cumplió su misión y ayudó a sus familiares y amigos para que lavaran sus manos de la manera correcta? [Permite que participen explicando sus experiencias]. ¿Quién me puede mostrar la manera correcta de lavar nuestras manos? [Busca que tanto niñas como niños participen]

Ahora cuéntenme, ¿quién observó de qué manera sus familiares o amigos cubren su nariz y boca al estornudar? [Permite que participen y reconoce su trabajo] iWow hicieron un gran trabajo, felicidades!

Todas las niñas y niños que cumplieron con su misión pueden colorear un germen más en su certificado [Reparte los certificados de Superagentes Saludables y recógelos después de 5 minutos].

Hoy hablaremos de cómo podemos prevenir algunas enfermedades. ¿Alguien se ha enfermado de la garganta o le ha tenido un resfriado? [Permite que respondan] ¿Cómo nos sentimos cuando estamos enfermos? [Permite que respondan]. Cuando nos enfermamos de la garganta o tenemos un resfriado es porque los gérmenes entraron a nuestro cuerpo y lo enfermaron. ¿Se les ocurre cómo pueden entrar los gérmenes a nuestro cuerpo?

[Permite que respondan]. Muchas veces, los gérmenes entran a nuestro cuerpo cuando alguien más que está enfermo estornuda o tose cerca de nosotros sin cubrirse bien. Por eso es importante que aprendamos cómo podemos cubrir nuestra boca y nariz al estornudar o toser y así prevenir que las enfermedades pasen de unos a otros.

Ahora veámos un video.

Actividades (50 minutos)

Videos (15 minutos)

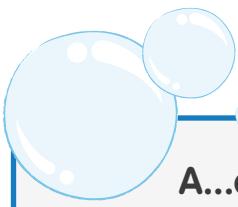
- Pide a niñas y niños que se sienten donde puedan ver y presenta el video: “Elmo y Abby - Estornudar”
- Al finalizar el video, pregunta a niñas y niños de qué trata, qué les gustó más y qué enseña el video sobre mantenerse sanos y fuertes. Puedes incluir las preguntas que consideres pertinentes para promover la reflexión.

Cuento (20 minutos)

- Con entusiasmo lee las páginas 13 a 17 del cuento “Clara y el Equipo Antigérmenes”, haciendo las preguntas sugeridas. Las preguntas ayudan a los niños a reflexionar sobre la relación entre gérmenes y enfermedad. Recuerda, puedes usar diferentes recursos para mantener el interés de niñas y niños como hacer diferentes voces o usar accesorios.
- La actividad sugerida en la página 17 permite que niñas y niños practiquen la forma correcta en la que deben cubrir su nariz y boca al estornudar o toser.

Tapete de actividades (15 minutos)

- Pide a niñas y niños que formen un fila hombro con hombro en un extremo del salón para que jueguen “¡A...achuú!”. Explica que el juego nos ayudará a practicar cómo debemos cubrir nuestra nariz y boca al estornudar o toser.



A...achuúu

- Explícales que el objetivo del juego es llegar hasta el otro extremo del salón (donde tú deberás estar ubicada). Para avanzar deberán dar un paso al frente cada vez que les des una instrucción (como, por ejemplo, “correr” o “comer”), pero cuando digas “estornudar” o “toser” deberán permanecer en su lugar y hacer el gesto de cubrir su nariz y boca con el brazo. Quien se equivoque al seguir la instrucción deberá dar un paso atrás.
- Practica un par de veces antes de iniciar el juego para asegurar que todos los niños y niñas entendieron la instrucción.

- Colócate al frente de la fila a una distancia de por lo menos 10 pasos. El juego termina cuando logren avanzar hasta la posición en dónde tú estás.
- Al finalizar agradece la participación de niñas y niños en el juego.

A...achuu Plus

- Sigue las mismas instrucciones para organizar al grupo.
- Explica que cada vez que digas “estornudar” deben dar un salto al frente haciendo el gesto de cubrir su nariz y boca con el brazo; cuando digas “toser” deben dar una salto hacia atrás haciendo el gesto de cubrir su nariz y boca con el brazo.
- Quien no cumpla la instrucción debe salir de la fila y esperar al desenlace del juego.
- El juego termina cuando queda sólo queda una persona.
- Puedes aumentar la velocidad al decir la instrucciones para hacer el juego más desafiante.
- Al finalizar reconoce su esfuerzo y agradece la participación de niñas y niños en el juego.

A...achuu Peques

- Explica que van a moverse aplaudiendo por el salón, pero cada vez que digas “estornudar” o “toser” deben quedarse quietos (congelados) haciendo el gesto de cubrir su nariz y boca con el brazo y no pueden moverse hasta que tú comiences de nuevo a aplaudir.

Conclusión (10 minutos)

Muchas gracias niñas y niños por participar el día de hoy. ¿Qué fue lo que más disfrutaron? ¿qué fue lo que menos disfrutaron? ¿qué les gustaría volver a realizar? ¿qué aprendimos? [Permite que participen. Cuando finalicen, reconoce su labor.]

¡Vamos a darnos un aplauso! Recuerden que ustedes pueden ayudar a sus amigos y familia a estar saludables cuando comparten lo que han aprendido hoy. La próxima sesión hablaremos de como saber cuando un alimento es seguro para comer. Tengo una misión para ustedes: antes de que tengamos nuestra próxima sesión de LIMPIOS & FELICES [menciona el día] me gustaría que enseñaran a alguien de su familia cómo deben cubrir su nariz y boca al momento de estornudar ¿Les parece? ¡Muy bien!

Cierre (10 minutos)

Si te da tiempo, puedes cantar junto con niñas y niños la “Canción del lavado de manos” como cierre de la sesión.

RECURSO COMPLEMENTARIO

Si el tiempo lo permite, utiliza la hoja de actividades #5 que aparece en la página 78 con la que niñas y niños podrán explorar las distintas cosas que pueden hacer para mantenerse sanos.

Preguntas y notas

- ¿Tienen niñas y niños pañuelos para usar en la escuela? Si no, ¿qué es lo que deben hacer cuando tengan un resfriado?

- ¿Cuál es la mejor manera de orientar a niñas y niños cuando no se cubren adecuadamente al toser o estornudar?

- ¿De qué manera se podría utilizar el tapete de actividades para enseñar maneras de prevenir enfermedades? Trabaja con un/a colega para crear un nuevo juego.



Sesión 6

Cuidar la seguridad de los alimentos

Logros de aprendizaje

Al final de la sesión, niñas y niños podrán:

- Reconocer los alimentos que han sido preparados en un ambiente limpio.
- Manipular los alimentos en forma segura lavándose las manos con agua y jabón antes de comer o preparar comida.
- Lavar las frutas y verduras con agua limpia antes de consumirlos.

Materiales

- Guía para educadores y facilitadores
- Cuento “Clara y el Equipo Antigérmenes”
- Videos de la sesión 6
- Tapete de actividades

Introducción sugerida (10 minutos)

¡Hola a todos! ¿Recuerdan la “Promesa de los Superagentes Saludables”?

Vamos a cantar juntos. [Cantar la Promesa de los Superagentes Saludables]

¡Genial!

¿Quién cumplió con su misión y enseñó a alguien de su familia o amigos cómo cubrir su nariz y boca al momento de estornudar? [Permite que participen. Cuando finalicen, reconoce su labor.]

¡Gran trabajo! Ya que cumplimos con nuestra misión vamos a colorear un germen más en nuestro certificado [Pasa los certificados de Superagentes Saludables y recógelos pasados 5 minutos].

Hoy vamos a aprender sobre cómo convertir uno de nuestros momentos favoritos del día, la comida, en un momento saludable. Cuando la comida está limpia nos ayuda a crecer sanos y fuertes, pero cuando no está limpia o no se ha preparado con cuidado, puede tener gérmenes y nos puede enfermar.

¿Quién puede contarnos de dónde viene la comida que comemos? [Permite que los niños respondan] ¿Alguna vez han comprado comida fuera de casa? [Permite que los niños respondan] ¿Qué cuidados creen que debemos tener para asegurarnos de que los alimentos que comamos estén limpios? [Permite

que los niños respondan, si no mencionan el lavado de frutas y verduras con agua limpia, pregunta ¿Han ayudado a sus padres a lavar las frutas o las verduras?].

Muy bien. Vamos a ver un corto video sobre cómo podemos mantener los alimentos seguros.

Actividades (60 minutos)

Videos (10 minutos)

- Pide a los niños que se sienten donde puedan ver y observen los videos: “Alimentos seguros” y “Lavado de manos antes de comer.”
- Despues del video, pregunta a niñas y niños de qué tratan los videos, qué les gustó más y qué enseñan los videos sobre cómo podemos asegurarnos de que nuestra comida es segura.

Cuento (30 minutos)

- Lee las páginas 18 a 21 del cuento “Clara y el Equipo Antigérmenes”, haciendo las preguntas sugeridas para cada página.
- Despues de leer el cuento, escoge entre realizar la actividad de la página 21, que ayuda a los niños a practicar sus habilidades para mantener los alimentos seguros o la opción propuesta con el tapete de actividades.

Tapete de actividades (opcional – 20 minutos)

- Pide a niñas y niños que formen grupos de hasta 5 jugadores y orienta a cada grupo para que juegue “Mantenlo Limpio”. Si el juego es demasiado fácil, orienta a cada grupo para que juegue a “Mantenlo Limpio Plus” o si es muy desafiante prueben a jugar “Mantenlo Limpio Peques”. Explica que el juego nos ayudará a hablar sobre las mejores maneras de manejar los alimentos.

Mantenlo Limpio

- Pide a los jugadores que se paren sobre los dibujos del tapete que estén relacionados con preparar, almacenar, transportar o comer alimentos.
- Pide a cada niña y niño que describa el dibujo sobre el cual está parado/a.
- Formula preguntas a todo el grupo, incluso a los observadores. Por ejemplo:
 - ¿Qué hacen antes de comer una fruta o verdura (por ejemplo, mango, tomate, etc.)?
 - ¿De qué manera se pueden preparar y servir los alimentos para que estén seguros y limpios?
- Asegúrate de que tanto las niñas como los niños tengan la oportunidad de responder.

- Pide a los observadores que piensen en el orden en el que se preparan los alimentos y que digan el nombre de cada niña y niño que está parado sobre los dibujos siguiendo en ese orden.
- Finaliza el juego aplaudiendo por la comida segura y limpia.

Mantenlo Limpio Plus

- Pide a cada niña y niño que se pare en un lugar de inicio (por ejemplo, la escuela, la casa, el centro de salud o un costado del tapete.).
- Pide a cada niña y niño que escoja el alimento que simulará transportar.
- Pide a las niñas y niños que viajen desde su lugar de inicio hasta un nuevo lugar en el tapete y que laven su alimento en el trayecto. Continúen el viaje a otros tres lugares, lavando su alimento entre cada parada.
- Si alguno de los jugadores se olvida de pararse sobre un dibujo de una fuente de agua limpia para lavar el alimento, los demás deberán gritar: “¡Alto!”. El jugador deberá saltar a una fuente de agua limpia y simular lavar su alimento antes de continuar el viaje.
- Pide a la clase que aplauda a cada niña y niño que finaliza su viaje.

Mantenlo Limpio Peques

- Antes de empezar el juego, revisen juntos el tapete e identifiquen los íconos que representan el manejo seguro e inseguro de los alimentos.
- Pregunta al grupo ¿cómo cuida tu familia el que los alimentos estén seguros? Señalen una imagen que muestre cómo lo hacen.
- Pregunta al grupo ¿Creen que ésta es una manera segura de manejar los alimentos?
- Discutan juntos qué pueden hacer para estar asegurarse de que los alimentos estén limpios.

Conclusión sugerida (10 minutos)

Muchas gracias niñas y niños por participar el día de hoy ¿qué fue lo que más disfrutaron? ¿qué fue lo que menos disfrutaron? ¿qué les gustaría volver a realizar? ¿qué aprendimos? [Permite que participen. Cuando finalicen, reconoce su labor.]

¡Vamos a darnos un fuerte aplauso! Ahora tengo una misión para ustedes. ¿Recuerdan lo que aprendimos hoy sobre cómo mantener los alimentos seguros? Su misión es tomar algo que aprendieron hoy acerca del cuidado de los alimentos y practicarlo durante la semana, ¿si? También quiero que investiguen por qué es importante usar zapatos. La próxima sesión vamos a hablar de cómo los zapatos nos protegen de los gérmenes y vamos a conocer el desenlace del cuento “Clara y el Equipo Antigérmenes”.

RECURSO COMPLEMENTARIO

Mientras un grupo juega la actividad con el tapete, invita a niñas y niños a colorear la merienda saludable de Clara y Elmo usando la hoja de actividades #6 que aparece en la página 79.

Preguntas y notas

- Piensa en dos cosas que puedes hacer para alentar a niñas y niños a escoger alimentos que provengan de un vendedor de alimentos limpio.

- ¿Cuál es la mejor manera de responder cuando niñas y niños te dicen que no comen o lavan las frutas o verduras en casa?



Sesión 7

La importancia de usar zapatos

Logros de aprendizaje

Al final de la sesión, niñas y niños:

- Explicarán la importancia de usar zapatos en el baño.
- Usarán zapatos siempre fuera de casa y cuando usen el baño.

Materiales

- Guía para educadores y facilitadores
- Cuento “Clara y el Equipo Antigérmenes”
- Videos de la sesión 7
- Tapete de actividades

Introducción sugerida (10 minutos)

iHola a todos! ¿Recuerdan la “Promesa de los Superagentes Saludables”?

*Vamos a cantar juntos. [Cantar la Promesa de los Superagentes Saludables]
¡Genial!*

*¿Quién cumplió con su misión y practicó algo de lo que aprendimos sobre cómo mantener los alimentos seguros? ¿Investigaron por qué los zapatos son importantes? [Permite que participen. Cuando finalicen, reconoce su labor.]
¡Gran trabajo! Ya que cumplimos con nuestra misión vamos a colorear un germen más en nuestro certificado [Pasa los certificados de Superagentes Saludables y recógelos pasados 5 minutos].*

Hoy vamos a aprender sobre cómo los zapatos nos protegen de los gérmenes, por lo que es importante usarlos siempre, sobre todo cuando vamos al baño.

Muy bien. Vamos a ver un video sobre los protectores de pies superpoderosos.

Actividades (60 minutos)

Videos (10 minutos)

- Pide a niñas y niños que se sienten donde puedan ver y presenta los siguientes videos: “Protectores de pies superpoderosos” y “Usar zapatos”

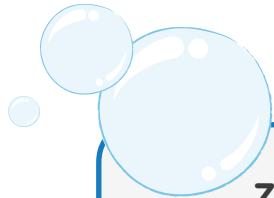
- Después de cada video, pregunta a niñas y niños de qué trata el video, qué les gustó más y luego pregúntales qué enseña el video sobre mantenerse sanos y fuertes. Puedes incluir las preguntas que consideres pertinentes para promover la reflexión.

Cuento (30 minutos)

- Con entusiasmo lee las páginas 22 a 26 del cuento “Clara y el Equipo Antigérmenes”, haciendo las preguntas sugeridas. Recuerda que puedes usar diferentes recursos para mantener el interés de niñas y niños, como hacer diferentes voces o usar accesorios.

Tapete de actividades (20 minutos)

- Pide a niñas y niños que formen grupos de hasta 5 jugadores y orienta a cada grupo para que juegue “Zapato, zapatito”. Si el juego es demasiado fácil, invítalos a que jueguen “Zapato, zapatito Plus” o, si es muy desafiante, prueben a jugar “Zapato, zapatito Peques”. Explica que el juego nos ayudará a hablar sobre la importancia de los zapatos.



Zapato, zapatito

- Pide a niñas y niños que hagan una fila. Cada uno tendrá su turno para jugar.
- Para empezar, pide a cada jugador o jugadora que inicie su turno colocándose sobre la imagen de los pies sucios. Explícale que tendrá 4 saltos para lograr llegar a la imagen de los pies con zapatos cuidando no pasar por ninguna imagen en la que haya gérmenes.
- Si, por algún motivo, deben pisar una imagen con gérmenes, antes de llegar a la imagen de los pies con zapatos deberán lavar sus pies, colocándose sobre la imagen de la ducha o del jabón.
- Cuenten sus saltos, fíjense en dónde pisan y diviértanse.
- Pide a la clase que aplauda a cada niña y niño que logre completar su turno.

Zapato, zapatito Plus

- Sigue las misma instrucciones de “Zapato, zapatito”
- Para añadir complejidad puedes: reducir el número de saltos que tienen disponibles o pedirles que completen el recorrido saltando sólo en un pie.
- Pide a la clase que aplauda a cada niña y niño que logre completar su turno.

Zapato, zapatito Peques

- Sigue las misma instrucciones de “Zapato, zapatito”
- Antes de empezar el juego, revisen juntos el tapete e identifiquen los íconos sobre los que no pueden brincar porque hay gérmenes y los íconos sobre los que sí.

- Permíteles dar los saltos que necesiten para completar el recorrido, siempre y cuando pasen antes a lavarse los pies (salten sobre el ícono de la ducha o del jabón).
- Pide a la clase que aplauda a cada niña y niño que logra completar su turno.

Conclusión sugerida (10 minutos)

Muchas gracias niñas y niños por participar el día de hoy ¿qué fue lo que más disfrutaron? ¿qué fue lo que menos disfrutaron? ¿qué les gustaría volver a hacer? ¿qué aprendimos? [Permite que participen asegurándote de incluir tanto a niñas como a niños] ¡Vamos a darnos un fuerte aplauso!

En nuestra próxima sesión vamos a hablar sobre la manera segura y responsable de usar los baños.

Ahora tengo una misión para ustedes. ¿Recuerdan lo que aprendimos hoy sobre la importancia de usar zapatos? Su misión es enseñar a alguien de su familia o a sus amigos por qué es importante usar zapatos. También quiero que piensen en cómo les gusta encontrar el baño cuando van a usarlo y cómo creen que podemos usar los baños de mejor manera. Vamos a hablar de estos temas en nuestra próxima sesión con una nueva historia llamada “Elmo y Clara: Guardianes del Agua”.

RECURSO COMPLEMENTARIO

Mientras un grupo juega la actividad con el tapete, invita a niñas y niños a colorear los protectores superpoderosos de Elmo usando la hoja de actividades #7 que aparece en la página 80.

Preguntas y notas

- Piensa en dos cosas puedes hacer para alentar a niñas y niños a usar zapatos al momento de ir al baño.

- ¿Cuál es la mejor manera de responder cuando niñas y niños te dicen que no usan zapatos porque las personas adultas en sus casas no los usan?



Sesión 8

Usar los baños con responsabilidad

Logros de aprendizaje

Al final de la sesión, niñas y niños podrán:

- Entender el vínculo entre el uso del baño, la limpieza del ambiente y la buena salud.
- Usar el baño de manera segura y responsable.
- Identificar acciones que pueden tomar para preservar la infraestructura sanitaria.
- Tomar acciones para proteger el agua y prevenir su desperdicio.
- Enseñar a sus pares comportamientos relativos al uso seguro y responsable de los baños.

Materiales

- Guía para educadores y facilitadores
- Cuento “Elmo y Clara: Guardianes del agua”
- Videos de la sesión 8
- Tapete de actividades

Introducción sugerida (10 minutos)

¿Recuerdan que en nuestra sesión pasada de LIMPIOS & FELICES hablamos sobre la importancia de usar zapatos? ¿Quién cumplió su misión y enseñó a alguien de su familia o amigos por qué es importante usar zapatos? [Permita que participen. Cuando finalicen, reconoce su labor.]

iMuy bien! Vamos a colorear sus certificados de Superagentes Saludables. [Pasa los certificados de Superagentes Saludables y recógelos pasados 5 minutos]

También acordamos que iban a pensar en cómo les gusta encontrar el baño cuando van a usarlo. ¿Alguien quiere compartir con nosotros sus ideas? [Da tiempo para que respondan]

Hoy vamos a aprender sobre el uso del baño. Aunque a veces los baños que tenemos en nuestras casas o en la escuela son distintos, siempre es importante usarlos de una manera limpia y segura. Algunas cosas que hacen que usar el baño sea seguro son las mismas en todas partes, como usar zapatos para evitar pisar los gérmenes, limpiarse adecuadamente, dejar el baño limpio y lavarse las manos al terminar.

Ahora vamos a ver unos videos con Elmo y Clara y luego vamos a empezar una nueva historia que se llama “Elmo y Clara: Guardianes del agua.”

Actividades (60 minutos)

Videos (15 minutos)

Presenta los videos “Usar el baño”, “Usar zapatos” y la “Canción del servicio”. Después de los videos, pregunta a niñas y niños de qué se tratan los videos y cuál les gustó más. Luego pregúntales qué enseñan los videos sobre cómo podemos usar el baño con responsabilidad y seguridad.

Cuento (25 minutos)

- Lee de la página 1 a 9 del cuento “Elmo y Clara: Guardianes del agua,” haciendo las preguntas sugeridas para cada página.
- Despues de leer el cuento, puedes realizar la actividad de la página 9, que invita a niñas y niños a identificar maneras en las que pueden proteger el agua, o la opción propuesta con el tapete de actividades.

Tapete de actividades (20 minutos)

- Pide a niñas y niños que formen grupos de hasta 5 jugadores y orienta a cada grupo para que juegue “El viaje a los baños limpios” en el tapete de actividades. Si el juego es demasiado fácil, orienta a cada grupo para que juegue a “El viaje a los baños limpios Plus” o si es muy desafiante prueben a jugar “El viaje a los baños limpios Peques”. Explica que el juego nos ayudará a hablar sobre lo que necesitamos para usar los baños con seguridad y responsabilidad.

El viaje a los baños limpios

- Pide a cada grupo que identifique los dibujos de los baños para niñas y niños.
- Pide a cada grupo que trabajen juntos para encontrar dibujos de tres cosas que pueden llevar con ellos al baño y tres cosas que pueden utilizar para mantenerlos limpios y que se paren sobre ellos.

- Pide a cada grupo que describa el dibujo sobre el cual está parado/a.
- Hazles preguntas. Por ejemplo: ¿por qué necesitan esto? ¿cómo los ayuda esto a evitar los gérmenes y mantenerse sanos? Asegúrate de que tanto las niñas como los niños tengan la oportunidad de responder.

El viaje a los baños limpios Plus

- Pide a niñas y niños que se paren en la parte superior del tapete.
- Coloca pequeñas piedras sobre las cosas que niñas y niños dijeron que necesitaban llevar cuando van al baño.
- Pide a los niños que traten de saltar desde su punto de partida hasta la letrina en el tapete recogiendo las piedras en el camino.
- Los niños no deben llegar al baño hasta que hayan logrado detenerse y recoger todas las cosas que necesitan para mantenerse seguros y limpios cuando van a al baño.

El viaje a los baños limpios Peques

- Lidera el juego arrojando las piedras a los distintos elementos que se requieren para usar el baño de manera segura y mantenerlo limpio. Dile a las niñas y los niños a qué objeto le estás lanzando la piedra y cómo usarías ese objeto apropiadamente. Algunos ejemplos son:
 - Papel higiénico: Lo usaría para limpiarme, limpiando del frente hacia atrás.
 - Zapatos: Los usaría en mis pies para estar a salvo de los gérmenes en el piso.
- Invítalos a que te den sus ideas de respuesta también.

Conclusión sugerida (10 minutos)

Gracias por participar hoy. ¡Vamos a darnos una ronda de aplausos! Recuerden que ustedes pueden ayudar a sus amigos y familiares a mantenerse saludables cuando usan el baño responsablemente y comparten lo que aprendieron hoy. La próxima sesión hablaremos sobre la conservación del agua, pero ahora tengo una misión para ustedes: antes de que nos encontremos la próxima vez, ayuden a su comunidad revisando si los baños están limpios. Si ven baños que no están limpios o caños que no estén bien cerrados, hagan lo que puedan para arreglarlos.

Cierre (10 minutos)

Canta la “Canción del servicio” demostrando todos los movimientos a medida que cierran la sesión.

RECURSO COMPLEMENTARIO

Elmo también tiene que hacer el viaje al baño. Mientras un grupo juega la actividad con el tapete, invita a niñas y niños a ayudar a Elmo a encontrar el baño usando la hoja de actividades #8 que aparece en la página 81.

Preguntas y notas

- ¿Qué pueden hacer para que los niños disfruten más cada uno de estos juegos?

- ¿Cuál es la mejor manera de orientar a niñas y niños para que reaccionen bien cuando vean que otra persona no practica las opciones saludables debatidas en esta lección? (Por ejemplo, invítale a que no frunzan el ceño o salgan corriendo cuando vean personas que no hacen elecciones saludables, pero les hablen sobre las elecciones saludables cuando sea apropiado.)



Sesión 9

Conservar el agua

Logros de aprendizaje

Al final de la sesión, los niños:

- Sabrán sobre la importancia usar el agua de manera responsable.
- Evitarán la contaminación de fuentes de agua.
- Participarán en el mantenimiento de un ambiente saludable en la escuela, cuidando las fuentes de agua, los baños y lavamanos.

Materiales

- Guía para educadores y facilitadores
- Cuento “Elmo y Clara: Guardianes del agua”
- Videos de la sesión 9
- Tapete de actividades

Introducción sugerida (10 minutos)

iHola a todos! ¿Recuerdan la “Promesa de los Superagentes Saludables”? Comencemos cantándola. [Canten juntos la “Promesa de los Superagentes Saludables”] iBuen trabajo!

¿Quién cumplió su misión e hizo algo para ayudar a cuidar un baño desde nuestra última sesión de LIMPIOS & FELICES? ¿Hicieron algunas de las cosas que hablamos para usar el baño correctamente?

iMuy bien! Vamos a colorear sus certificados de Superagentes Saludables. [Pasa los certificados de Superagentes Saludables y recógelos pasados 5 minutos]

Hoy aprenderemos sobre cómo usar el agua responsablemente. Usar el agua con responsabilidad significa usarla sólo cuando la necesitamos, evitar que se desperdicie y encontrar maneras de usar menos agua para las cosas que hacemos todo el tiempo.

¿Alguien tiene alguna idea de cómo ahorrar agua? [Permite que los niños respondan] iExcelentes ideas! ¿Quién puede decírnos por qué el agua es

importante y preciosa? ¿Qué pasaría si no tuviéramos agua limpia? [Permite que los niños respondan]

Ahora, veamos unos videos.

Actividades (50 minutos)

Videos (15 minutos)

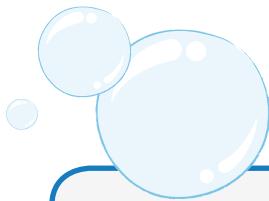
- Presenta los videos “Birdman conserva el agua”, “Conservar el agua”, “Cerrar la llave” y la canción “Cuidando el planeta”. Después de los videos, pregunta a niñas y niños qué les gustó más. Luego pregúntales qué enseñan los videos sobre la importancia de cuidar el agua.

Cuento (15 minutos)

- Lee de la página 10 del cuento “Elmo y Clara: Guardianes del agua,” haciendo las preguntas sugeridas para cada página.
- Despues de leer el cuento, realiza la actividad de la página 10, que invita a niñas y niños a identificar todas las cosas para las que necesitan agua limpia en su cotidianidad.

Tapete de actividades (20 minutos)

- Pide a niñas y niños que formen grupos de hasta 5 jugadores y orienta a cada grupo para que juegue “Economicemos agua” en el tapete de actividades. Si el juego es demasiado fácil, orienta a cada grupo para que juegue a “Economicemos agua Plus” o si es muy desafiante prueben a jugar “Economicemos el agua Peques”. Explica que el juego nos ayudará a hablar sobre las distintas maneras de conservar y proteger el agua.



Economicemos agua

- Pide a los niños que se paren sobre imágenes de actividades que impliquen usar agua (como lavar verduras o cepillarse los dientes).
- Pide a cada niña y niño que dramatice la actividad correspondiente a esa imagen y vea si los otros niños pueden adivinar lo que están haciendo
- Despues de adivinar, hazles preguntas como:
 - ¿Por qué necesitamos usar agua para esta actividad?
 - ¿Cómo se puede ahorrar agua mientras se hace esa actividad?
 - ¿De qué maneras podemos ser cuidadosos con el agua mientras hacemos esta actividad?
- Termina el juego aplaudiendo por haber encontrado maneras de ahorrar agua.

Economicemos agua Plus

- Pregunta a las niñas y los niños: “Enumera algunas actividades que usan mucha agua”. Las posibles respuestas incluyen lavar los alimentos, bañarse, cepillarse los dientes y lavarse las manos.
- Luego, pídeles que actúen esas actividades sin usar palabras o sonidos.

Economicemos agua Peques

- Conduce el juego formulándole las preguntas a todo el grupo, en vez de sólo a cada jugador.

Conclusión sugerida (10 minutos)

Muchas gracias por participar hoy. ¡Vamos a darnos un gran aplauso! Recuerden que ustedes pueden ayudar a sus amigos y familiares a ahorrar y conservar el agua compartiendo lo que aprendieron hoy. La próxima sesión vamos a hablar sobre un tema muy importante: las fuentes de agua segura. Pero antes tengo una misión para ustedes, su misión es contarle a alguien de su familia o a un amigo sobre la manera en la que podemos conservar el agua. También quiero que piensen en la diferencia entre el agua que es segura para beber y el agua que no lo es.

RECURSO COMPLEMENTARIO

Invita a niñas y niños a preservar el agua tomando acciones sencillas cada día. Utiliza el bingo del agua que aparece en la hoja de actividades #9 que aparece en la página 82 para incentivarles a practicar en casa lo que han aprendido.

Preguntas y notas

- Piensa en dos cosas que puedes hacer para empoderar a niñas y niños para que se aseguren de que el agua se use responsablemente en la escuela. Trata de pensar una cosa que funcione bien para niñas y niños pequeños y una cosa que funcione bien para los niños más grandes.

- ¿De qué maneras divertidas se puede ayudar a niñas y niños a recordar que cierren siempre las llaves cuando no estén usando el agua?



Sesión 10

Beber agua segura

Logros de aprendizaje

Al final de la sesión, niñas y niños podrán:

- Diferenciar el agua segura del agua no segura.
- Identificar el agua segura para beber.
- Enseñar a sus pares comportamientos relativos al agua segura.

Materiales

- Guía para educadores y facilitadores
- Cuento “Elmo y Clara: Guardianes del agua”
- Videos de la sesión 10
- Tapete de actividades

Introducción sugerida (10 minutos)

Hola a todos! Vamos a cantar juntos la “Promesa de los superagentes saludables [Canten juntos] ¡Muy bien!

¿Quién cumplió su misión y pensó en maneras de conservar el agua? ¿Qué formas pensaron? [Da tiempo para que respondan] ¿Se las enseñaron a alguien? [De nuevo, da tiempo para que respondan]

¡Muy bien! Vamos a colorear sus certificados de Superagentes Saludables. [Pasa los certificados de Superagentes Saludables y recógelos pasados 5 minutos]

Hoy vamos a aprender todo sobre el agua segura. Hablaremos de cómo saber si el agua es segura para beber y cómo guardarla para que se mantenga limpia. Algunas fuentes de agua pueden ser seguras para beber y otras no. Es importante siempre beber agua segura porque los gérmenes en el agua sucia pueden enfermarnos. ¿Quién puede decirnos dónde podemos encontrar agua segura? [Permite que los niños respondan] Así es, el agua segura es agua que ha sido hervida y guardada en un recipiente limpio y cubierto.

Ahora vamos a ver unos videos.

Actividades (50 minutos)

Videos (10 minutos)

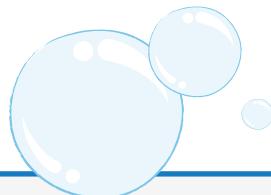
- Presenta el video “Beber agua segura” y la “Canción del agua segura”. Después de los videos, pregunta a niñas y niños qué les gustó más. Luego pregúntales qué enseñan los videos sobre cómo saber si el agua es segura para beber.

Cuento (20 minutos)

- Lee las página 11 a 14 del cuento “Elmo y Clara: Guardianes del agua,” haciendo las preguntas sugeridas.
- Después de leer el cuento, realiza la actividad de la página 14 que invita a niñas y niños a compartir las maneras en que mantienen el agua segura en sus hogares.

Tapete de actividades (20 minutos)

- Pide a niñas y niños que formen grupos de hasta 5 jugadores y orienta a cada grupo para que juegue “La caza del agua segura” en el tapete de actividades. Si el juego es demasiado fácil, orienta a cada grupo para que juegue a “La caza del agua segura Plus” o, si es muy desafiante, prueben a jugar “La caza del agua segura Peques”. Explica que el juego nos ayudará a conocer las diferencias entre el agua segura y el agua no segura para beber.



La Caza de Agua Segura

- Pide a los jugadores que se paren en imágenes de lugares de donde pueden obtener agua.
- Pide a cada niña o niño que describa la imagen sobre la cual está parado/a.
- Haz preguntas a todo el grupo, incluso a los observadores. Por ejemplo:
 - ¿Cómo saben que el agua es segura o no segura?
 - ¿Por qué creen eso?
 - ¿Beberían agua de ese lugar?
- Asegúrate de que tanto las niñas como los niños tengan la oportunidad de responder.
- Finaliza el juego aplaudiendo cada fuente de agua segura.

La Caza de Agua Segura Plus

- Pide a las niñas y niños que hagan una lista de cosas que pueden hacer que el agua segura se vuelva sucia y no segura.
- Pide a los niños que se paren en imágenes de lugares que puedan tener muchos gérmenes.
- Pide a las niñas y niños que enumeren formas de purificar el agua no segura (por ejemplo: hirviéndola, clorándola, comprando agua embotellada, etc.).

La Caza de Agua Segura Peques

- Antes de comenzar el juego, revisen como grupo cuáles son las fuentes de agua segura e inseguras.
- Pregunta a los niños: “¿De dónde saca tu familia agua?” Pídeles que encuentren una imagen en el tapete de la fuente de donde su familia obtiene agua, y que se pongan de pie sobre esa imagen.
- Pregunta: “¿Crees que es una fuente de agua segura?” Discutan diferentes maneras de hacer que el agua sea segura para beber.

Conclusión (5 minutos)

Muchas gracias por participar hoy. ¿Qué fue lo que más disfrutaron? ¿Qué aprendimos? [Permite que participen. Cuando finalicen, reconoce su labor].

Recuerden que ustedes pueden ayudar a sus amigos y familiares a mantenerse sanos compartiendo lo que aprendimos hoy. La próxima vez hablaremos sobre el manejo seguro del agua. Mientras tanto, tengo una misión para ustedes: ¿pueden contar cuántas fuentes de agua segura tienen en su entorno?

Cierre (10 minutos)

Canta la “Canción del agua segura” con las niñas y los niños haciendo todos los movimientos para cerrar la sesión.

RECURSO COMPLEMENTARIO

Mientras cada equipo tiene su turno en el tapete de actividades, invita a los demás niños y niñas a que decoren la botella de agua segura de Elmo con sus diseños favoritos usando la hoja de actividades #10 que aparece en la página 83.

Preguntas y notas para la capacitación

- ¿Cómo podrías adaptar el juego *La caza de agua segura* a otro tema vinculado con la salud?

- ¿Cómo podrías manejar el hecho de que muchas niñas y niños consuman agua no segura en sus hogares, de manera que no les dé vergüenza debatirlo y comprendan su importancia?



Sesión II

Manejar el agua responsablemente

Logros de aprendizaje

Al final de la sesión, las niñas y niños:

- Explicarán y practicarán la manera correcta de recolectar, transportar, almacenar y servir agua segura.
- Evitarán contaminar las fuentes de agua.

Materiales

- Guía para educadores y facilitadores
- Cuento “Elmo y Clara: Guardianes del agua”
- Videos de la sesión 11
- Juego Escaleras y Toboganes

Introducción sugerida (10 minutos)

iHola a todos! Vamos a cantar juntos la “Promesa de los Superagentes Saludables”. [Canten la “Promesa de los Superagentes Saludables”] iMuy bien!

¿Quienes de ustedes contaron las fuentes de agua segura que hay a su alrededor? ¿Cuáles encontraron? [Permite que respondan]. iMuy bien! Vamos a colorear sus certificados de Superagentes Saludables. [Pasa los certificados de Superagentes Saludables y recógelos pasados 5 minutos]

Hoy vamos a hablar sobre cómo debemos transportar, tratar y guardar el agua para que se mantenga segura. Hay distintas formas de tratar el agua para que quede libre de gérmenes que puedan enfermarnos, pero después de tratarla debemos también cuidarnos de que el agua se guarde en recipientes limpios y cerrados de manera que no se contamine. ¿Alguno de ustedes quiere contarnos cómo cuidan el agua en sus casas para que se mantenga segura? [Permite que respondan]

Muy bien. Vamos a leer un poco más de “Elmo y Clara: Guardianes del agua” y a jugar un juego muy especial llamado “Escaleras y Toboganes.” ¿Lo conocen?

Actividades (90 minutos)

Video (10 minutos)

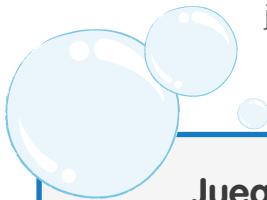
- Presenta el video “Agua segura”. Después de verlo, pregunta a niñas y niños qué les gustó más. Luego pregúntales qué enseña el video sobre cómo tratar el agua para que sea segura para beber.

Cuento (20 minutos)

- Lee las páginas 5 a 19 del cuento “Elmo y Clara: Guardianes del agua” haciendo las preguntas sugeridas para cada página.

Juego Escaleras y Toboganes (60 minutos)

- Pide a niñas niños que miren con atención el tablero y describan los dibujos que ven. Haz que los niños formen 5 grupos y orienta a cada grupo en el juego.



Juego Escaleras y Toboganes

Para empezar

- Necesitarán un dado y 5 fichas. Pueden usar un cubo de cartón o madera con números en los costados en lugar de un dado y botones, chapas o piedras como fichas.
- Cada equipo tendrá una ficha y designará a uno de sus miembros para que lance el dado y mueva la ficha (pueden rotarse este papel).
- Cada jugador designado lanzará un dado. El jugador designado con el número más alto empieza primero, seguido por quien esté a su derecha y así sucesivamente.

Jugando

- Por turnos, los jugadores lanzan el dado y mueven la cantidad de espacios que corresponda por el tablero.
- Todos los jugadores intentarán llegar hasta la casilla 40. ¡Quién llegue primero a la casilla 40 ganará!
- Si un jugador cae sobre un dibujo, él/ella o alguien de su equipo debe describir lo que sucede en el dibujo y decir si es un comportamiento correcto o incorrecto.
- Si la ficha cae en una casilla con una escalera, el jugador o alguien de su equipo deberá contestar las siguientes preguntas. Si las respuestas son correctas, podrán mover su ficha hasta la casilla que está en la parte superior de la escalera. Si las respuestas son incorrectas, la ficha deberá quedarse en la misma casilla.
 - ¿Qué están haciendo los niños en el dibujo?
 - ¿Están haciendo lo correcto?
 - ¿Qué es saludable de lo que están haciendo?
 - ¿Por qué es una buena idea para ti y tus amigos hacer lo que hacen los niños del dibujo?

- Cuando la ficha de un jugador cae sobre el dibujo de un tobogán, el jugador o alguien de su equipo debe responder las preguntas que se encuentran más abajo. Si las respuestas son correctas, la ficha puede quedarse en la misma casilla. Si las respuestas son incorrectas, deberán mover la ficha hasta la casilla que está en la parte inferior del tobogán.
 - ¿Qué están haciendo los niños en el dibujo?
 - ¿Están haciendo lo correcto?
 - ¿Qué es lo que están haciendo mal?
 - ¿Qué harán tú y tus amigos en cambio?

Juego Escaleras y Toboganes Peques

- Jueguen como se describió anteriormente, excepto que, si el niño o la niña da la respuesta equivocada la primera vez, invita a todo el grupo a conversar sobre lo que está sucediendo en la imagen y pide a el o la jugadora a que contesten de nuevo la pregunta.
- Cuando se trabaja con estudiantes jóvenes, la retroalimentación positiva es muy útil, incluso cuando los niños dan una respuesta equivocada. Un “choca esos cinco” puede ayudar mucho. Las niñas y los niños también pueden intercambiar unas palabras de estímulo entre sí al final del juego, ayudándoles a sentir que todo el mundo es un ganador.

Conclusión (10 minutos)

Muchas gracias por participar hoy. ¡Vamos a darnos un gran aplauso!

Recuerden que ustedes pueden ayudar a sus amigos y familiares a mantenerse sanos compartiendo lo que aprendimos hoy. La próxima sesión será nuestra última sesión de LIMPIOS & FELICES. Nos divertiremos y hablaremos de todas las cosas que aprendimos juntos. Mientras tanto, tengo una misión para ustedes: Hagan algo que los ayude a cuidar una fuente de agua, baños o los lavatorios o a mantener limpio su hogar.

Cierre (10 minutos)

Canta la “Canción del agua segura” con las niñas y los niños haciendo todos los movimientos para cerrar la sesión.

RECURSO COMPLEMENTARIO

Las niñas y niños pueden crear su propia lista Guarda-Aguas o utilizar la de Clara y Elmo que se encuentra en la hoja de actividades #II que aparece en la página 84 de esta guía.

Preguntas y notas

- Piensa en dos cosas puedes hacer para empoderar a los niños para que se aseguren de que el agua se colecte y se use responsablemente en la escuela. Trata de pensar una cosa que funcione bien para los niños pequeños y una cosa que funcione bien para los niños más grandes.

- ¿De qué maneras divertidas se puede ayudar a niñas y niños a recordar que mantengan tapados los recipientes de agua (por ejemplo, referirse a la tapa como el “sombrero” del balde)?

- ¿Crees que hay algún desafío para usar el juego *Escaleras y Toboganes* con tus estudiantes? ¿Cómo podrías resolverlo?



Sesión 12

Conclusión y celebración

Logros de aprendizaje

Al final de la sesión, los niños podrán:

- Enseñar a otros en su escuela y su comunidad a cuidar las fuentes de agua y la infraestructura sanitaria.
- Describir lo que aprendieron y celebrar el hecho de ser “Superagentes saludables”.

Materiales

- Guía para educadores y facilitadores
- Cuento “Elmo y Clara: Guardianes del agua”
- Calcomanía de Guardianes del Agua
- Videos de la sesión 12
- Juego Escaleras y Toboganes

Introducción sugerida (10 minutos)

iHola a todas y todos! Comencemos cantando juntos, como siempre, nuestra “Promesa de los Superagentes Saludables.” [Canten la “Promesa de los Superagentes Saludables”] iExcelente!

¿Alguien hizo algo para cuidar una fuente de agua, los baños o los caños o para mantener limpio su hogar ¿Qué hicieron? [Permite que respondan]

iMuy bien! Vamos a colorear sus certificados de Superagentes Saludables. [Pasa los certificados de Superagentes Saludables y recógelos pasados 5 minutos]

Hoy hablaremos de todas las cosas que hemos aprendido y celebraremos como Superagentes y como Guardianes y Guardianas del agua. Hemos aprendido tantas cosas juntos. ¿Qué es algo que recuerden que hemos aprendido juntos? [Permite que los estudiantes respondan, busca que todos participen] Realmente disfruté aprendiendo sobre todas esas cosas junto a ustedes.

Aunque hoy sea la última sesión del programa, eso no significa que debamos dejar de usar el baño de forma segura, de lavarnos las manos con agua limpia y jabón, de tratar de ahorrar agua o de decirle a nuestra familia y amigos sobre cómo hacerlo.

Vamos a ver en qué terminó la aventura de Elmo y Clara.

Actividades (80 minutos)

Video (5 minutos)

Presenta el video “Promoción de la salud”. Después de verlo, pregunta a niñas y niños cómo han ayudado a otras personas a saber cómo cuidar su salud.

Cuento (15 minutos)

Lee las páginas 20 y 21 del cuento “Elmo y Clara: Guardianes del agua,” haciendo las preguntas sugeridas para esta página.

Juego Escaleras y Toboganes (60 minutos)

Jueguen nuevamente a Escaleras y Toboganes, siguiendo las instrucciones provistas en la sesión anterior.

Conclusión (5 minutos)

Gracias por participar en este programa, niñas y niños. ¿Qué fue lo que más disfrutaron? ¿qué fue lo que menos les gustó? ¿qué les gustaría volver a hacer? ¿qué aprendimos? [Permite que participen. Cuando finalicen, reconoce su labor]. ¡Vamos a darnos un aplauso muy fuerte! Recuerden que ustedes pueden ayudar a sus amigos y familiares a mantenerse sanos compartiendo lo que aprendieron hoy y en todas nuestras reuniones de LIMPIOS & FELICES. No olviden seguir cuidando su comunidad, los baños y los lavamanos y sigan enseñándole a sus amigos y familiares sobre cómo mantenerse saludables y seguros.

Ahora les tengo una sorpresa: no sólo se pueden llevar sus certificados a casa, sino que también van a recibir su calcomanía de “Guardianes del Agua”.

Cierre (20 minutos)

- Llama a las niñas y niños uno por uno y entrégales los certificados y sus calcomanías.
- Canten junto la “Canción del lavado de manos” y la “Canción del agua segura” demostrando todos los movimientos.

RECURSO COMPLEMENTARIO

Haz que la celebración sea aún más divertida ayudando a niñas y niños a crear las divertidas coronas que aparecen en la página 85 de esta guía.

Preguntas y notas para la capacitación

- ¿Cuál es la mejor manera de manejar situaciones en las que un/a niño/a se moleste o entristezca porque coloreó menos gérmenes en su certificado que otro/a?

- ¿Qué tema no se abordó en el programa LIMPIOS & FELICES que creas que es importante? Trata de pensar dos maneras de agregar el tema al programa.

- ¿Qué disfrutaste del programa? ¿Qué le cambiarías?

Una actividad en familia con LIMPIOS & FELICES

Es común que madres, padres y otros cuidadores expresen curiosidad por lo que están aprendiendo las niñas y los niños en la escuela con LIMPIOS & FELICES. Sin lugar a dudas el aprendizaje que ellos puedan tener en el salón de clase va a ser mucho más permanente si se refuerza con prácticas positivas en sus casas, de ahí que valga la pena abrir espacios para que los adultos conozcan el programa y se familiaricen con sus mensajes claves.

A continuación, te ofrecemos algunas sugerencias para que presentes LIMPIOS & FELICES a las madres, padres u otros cuidadores de tus estudiantes y, si existe el espacio, para que los incorpores a la implementación del programa.

Presentando LIMPIOS & FELICES a una audiencia adulta

A la hora de presentar el programa, hay algunos elementos de LIMPIOS & FELICES que pueden ser del interés de tu audiencia:

- LIMPIOS & FELICES busca cultivar en niñas y niños la capacidad para tomar buenas decisiones que protejan su salud y la de sus familias. Por ello se les estimula para que comparten todo lo que aprenden en cada sesión del programa con amigos y familiares.
- El programa busca ayudar a niñas y niños a entender la relación entre las heces, la basura, el agua estancada y la mala salud o la enfermedad. En el programa las niñas y los niños aprenden sobre los gérmenes y cómo eliminarlos para evitar enfermedades.
- El programa resalta 10 comportamientos clave:
 1. Siempre lavarse las manos con agua y jabón antes de comer o manipular alimentos y después de usar el baño, tocar basura o tocar animales.
 2. Beber sólo agua segura. El agua segura es la que cumple con 3 características: viene del caño, ha sido hervida y ha sido almacenada en contenedores limpios y con tapadera.
 3. Usar el baño de manera segura y responsable, usando papel higiénico para limpiarse, depositando la basura en el tacho y dejando el baño limpio para la siguiente persona.
 4. Practicar rutinas diarias de higiene personal que mantengan su cuerpo saludable. Éstas incluyen asearse diariamente y bañarse al menos una vez por semana, cepillarse los dientes después de cada comida y peinarse.

5. Cuidar su entorno asegurando que los desperdicios se pongan en su lugar.
 6. Consumir sólo alimentos que se preparen y manipulen de manera segura.
 7. Lavar siempre frutas y verduras antes de consumirlas.
 8. Cuidar el agua como un recurso preciado y evitar contaminarla o desperdiciarla.
 9. Usar zapatos en todo momento cuando estén fuera de casa y especialmente cuando vayan al baño.
 10. Ser ejemplos de buenas prácticas en materia de agua, higiene y saneamiento y compartir las con los demás.
- Si bien el programa se adelanta en la escuela, todos los miembros de la familia pueden ayudar al aprendizaje de niñas y niños asegurándose de que tengan las condiciones necesarias para practicar los comportamientos que están aprendiendo.

Asegúrate de generar el espacio para que todos los asistentes pueden hacer preguntas y resolver cualquier inquietud que tengan frente al programa y la participación de sus hijas e hijos en él.

Demostración

Involucra a los cuidadores en una sesión de **LIMPIOS & FELICES**. Según el tiempo que tengas disponible puedes hacer una demostración en 3 partes:

- 1. Videos:** Muéstralos una selección de tus videos favoritos del programa. Si no tienes una preferencia, los segmentos documentales “Gérmenes brillantes”, “Agua segura”, y el video “Promoción de la salud” son un buen comienzo.
- 2. Actividad:** ¡Hazlos moverse! Escoge una de las actividades preferidas de tus estudiantes e invita a los adultos a participar. “La caza de gérmenes plus” en la sesión 3 o “Zapato, zapatito” en la sesión 7 son unas de las favoritas. Si tienes un grupo pequeño, desafíalos a un juego de “Escaleras y Toboganes”.
- 3. Canción:** Enséñales una de las canciones del programa y entrégales una copia de la letra para que practiquen en casa con sus hijas o hijos.

Puedes terminar la demostración compartiéndoles alguna de las hojas de actividades que las niñas y los niños llevarán a casa, como “El bingo del agua” o “La lista guarda-aguas”.

Usando el calendario

Explícale a las y los cuidadores que también pueden ser promotores de buenos comportamientos en el manejo del agua, la higiene y el saneamiento, practicando en casa lo que las niñas y los niños han aprendido con el programa. Una buena manera de hacerlo es usando el calendario familiar que les será entregado.

Demuestra a los cuidadores cómo pueden usar la imagen que aparece en la parte inferior del calendario para identificar buenas conductas que suceden en la comunidad en la que viven Elmo y Clara. Algunas de las preguntas que puedes hacer son:

- ¿Qué está haciendo esta persona?
- ¿Qué necesita para poder hacerlo bien?
- ¿Podemos intentar hacerlo en casa? ¿Qué pasos podemos tomar para hacer esta práctica regularmente?

También pueden usar el calendario para registrar fechas importantes y coordinar actividades familiares acordes con el plan de trabajo que se ha establecido en la escuela (por ejemplo, participar en actividades de limpieza comunitaria o celebraciones especiales). Cuéntales cuál es la planeación que has hecho para el programa en tu escuela e invítalos a participar.

Incluso cuando no estén hablando del programa pueden estimular a las niñas y los niños a imaginarse y contar historias sobre lo que están haciendo todas las personas que aparecen en el dibujo.

Al finalizar, invita a las y los cuidadores a reflexionar sobre cómo pueden modelar buenos comportamientos y apoyar el aprendizaje de las niñas y los niños en LIMPIOS & FELICES.

¿Quieres hacer más?

Contacta a la promotora o promotor de Aporta en tu comunidad para hacer talleres de formación para cuidadores que profundicen sobre las medidas que puedan tomar en casa para mejorar sus prácticas de manejo de agua, higiene y saneamiento.

Plan alternativo cuando el tiempo es restringido

A veces, los exámenes y otros eventos del calendario escolar hacen que sea difícil implementar el programa **LIMPIOS & FELICES** en su totalidad. Las y los docentes pueden tener demasiadas obligaciones para implementar todo el programa y las escuelas pueden carecer de espacio suficiente para hacer las actividades. Aun así, las niñas y niños pueden participar de actividades de aprendizaje que los ayudarán a mejorar su conocimiento y sus comportamientos relativos al agua, el saneamiento y la higiene.

Más abajo les presentamos un programa condensado que puede implementarse cuando los exámenes u otros eventos no permitan impartir las 12 sesiones del programa en su totalidad. Si creen que pueden completar las 12 sesiones, los alentamos a que lo hagan.

Cronograma reducido

Usando los materiales de **LIMPIOS & FELICES**, te recomendamos que comiences el programa con las siguientes sesiones:

- Sesión 1: ¡Bienvenidos a **LIMPIOS & FELICES!**
- Sesión 3: Alejar a los gérmenes y mantenernos limpios
- Sesión 4: Lavar nuestras manos con agua limpia y jabón
- Sesión 7: Cuidar la seguridad de los alimentos
- Sesión 8: Usar los baños con responsabilidad
- Sesión 10: Beber agua segura
- Sesión 11: Manejar el agua responsablemente

En paralelo, te recomendamos que apoyes a las niñas y niños que demuestren interés, en la planeación e implementación de su propio proyecto relacionado con el agua, el saneamiento, la higiene y la promoción de la salud. En la siguiente sección encontrarás información adicional para ayudar a las niñas y niños a elegir, planear e implementar su propio proyecto **LIMPIOS & FELICES**.

Proyectos LIMPIOS & FELICES liderados por niñas y niños

Sabemos que las niñas y los niños pueden liderar cambios importantes y positivos en su hogar, escuela y comunidad. Los proyectos sobre agua, saneamiento e higiene liderados por las niñas y los niños deben reconocer su capacidad para ser fuentes de inspiración de cambios positivos de comportamiento.

Algunas ideas de proyectos liderados por niñas y niños incluyen:

- Hacer la coreografía de un baile o una obra de teatro relacionada con el agua, el saneamiento y la higiene.
- Escribir una carta a un líder de la comunidad sobre la necesidad de mejorar los servicios de agua, saneamiento e higiene.
- Limpiar un patio u otro espacio compartido.
- Pintar un mural que represente una comunidad limpia y sana.

Para alcanzar sus objetivos de aprendizaje, los proyectos liderados por las niñas y los niños deberán:

- ✓ Fomentar el trabajo en equipo entre niñas y niños, trabajando en pares o en pequeños grupos.
- ✓ Enseñar e inspirar a otras niñas, niños y adultos.
- ✓ Producir un cambio positivo en cuanto al agua, el saneamiento y la higiene en el hogar, la escuela o la comunidad.
- ✓ Aumentar el sentido de responsabilidad cívica en las niñas y los niños.

Si bien las niñas y niños deben diseñar sus propios proyectos, tú desempeñarás un papel importante, ya que inspirarás sus ideas y los ayudarás a planear, implementar y presentar el proyecto.

Pasos para apoyar los proyectos de las niñas y los niños

Te recomendamos que tengas reuniones cada semana o cada dos semanas con las niñas y los niños que quieran hacer un proyecto. Cada conversación puede durar entre 10 y 20 minutos, según cuántas niñas y niños participen y la naturaleza de sus proyectos. Esta lista puede servirte para organizar estas conversaciones:

1. Introducción y selección del proyecto

- Comparte con las niñas y niños lo que significa escoger, planear e implementar su propia actividad o proyecto.
- Repasa lo que aprendieron usando los materiales del **LIMPIOS & FELICES**.
- Ayuda a las niñas y niños a formar parejas o equipos pequeños.
- Ayuda a las niñas y niños a elegir un proyecto sobre agua, saneamiento e higiene que les gustaría llevar a cabo en el hogar, la casa o la comunidad.
- **Al final de esta reunión, las niñas y niños deben seleccionar sus proyectos sobre agua, saneamiento e higiene.**

2. Planificación

- Trabaja con cada grupo para definir la meta de su proyecto.
- Ayúdale a definir quién se beneficiará con su proyecto.
- Definan los pasos o el proceso que les permitirá implementar su proyecto.
- Ayúdale a encontrar cuáles serán los materiales o recursos que necesitarán.
- **Al final de esta reunión, las niñas y niños deberán comprender los pasos que deberán seguir para comenzar su proyecto sobre agua, saneamiento e higiene.**

3. Implementación

- Conversa con cada grupo para asegurarte de que tienen lo que necesitan para implementar su proyecto.
- Trabajar con cada grupo para asegurarte de que tienen el tiempo y el espacio para implementar su proyecto.
- Trabajar con cada grupo para asegurarte de que todas las personas necesarias (por ejemplo: padres, maestros, miembros de la comunidad, etc.) tengan conocimiento del proyecto.
- **Al final de esta reunión, debes tener la seguridad de que las niñas y los niños están listos para implementar sus proyectos LIMPIOS & FELICES.**

4. Revisión y correcciones

- Discute el progreso del proyecto con cada grupo.
- Trabaja con cada grupo para identificar lo que está funcionando bien.
- Trabaja con cada grupo para identificar lo que no está funcionando bien.
- Trabajar con cada grupo para identificar soluciones a cualquier desafío o problema.
- **Al final de esta reunión, las niñas y los niños deben tener un plan para corregir al menos uno de los desafíos o problemas que están enfrentando con sus proyectos.**

5. Comunicación

- Trabaja con cada grupo para decidir cómo les gustaría compartir su proyecto (por ejemplo: una actuación en la escuela o en la comunidad, una visita de la clase al sitio del proyecto, un espacio para contarle sobre el proyecto a sus profesores y compañeros de clase, etc.).
- Trabaja con cada grupo para determinar los materiales o recursos que necesitan para compartir su proyecto con otros.
- Ayuda a cada grupo a seleccionar un buen momento para compartir su proyecto.
- **Al final de esta reunión, los niños deben tener un plan para presentar sus proyectos de agua, higiene y saneamiento a otros.**

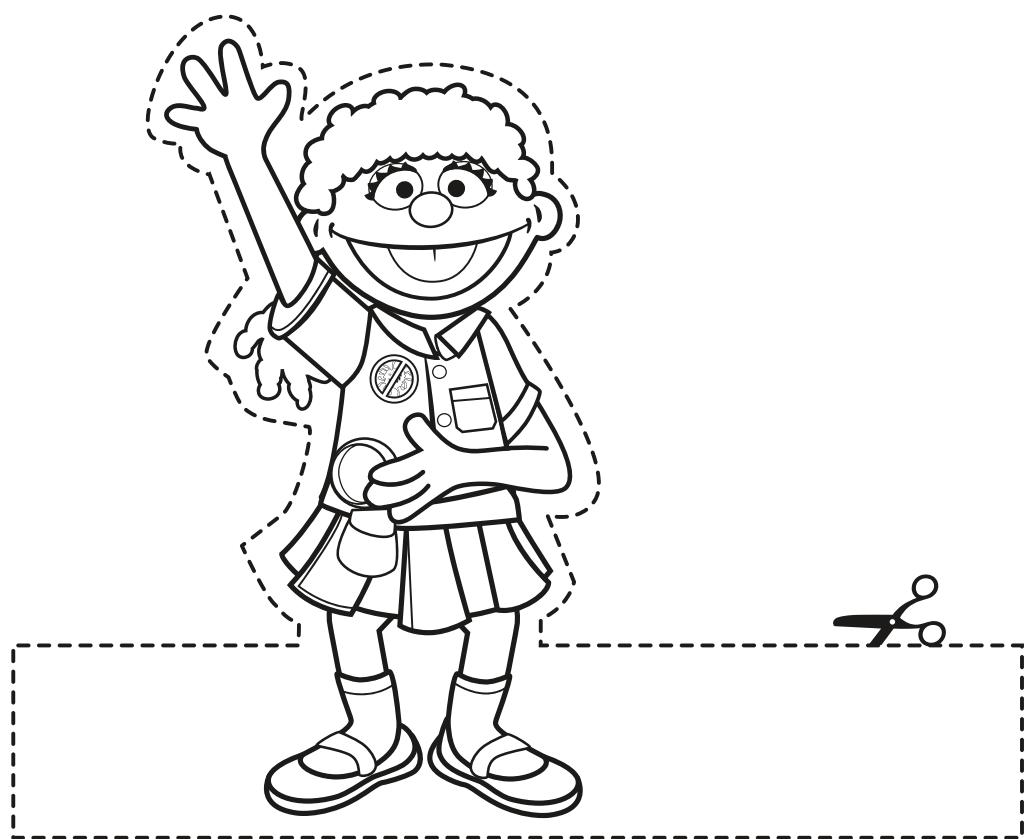
Preguntas y notas

- ¿Qué desafíos puede presentar un proyecto a largo plazo como éste? ¿Cómo se pueden superar esos desafíos?

- ¿Qué otros proyectos se te ocurren?

- ¿Qué tipo de celebración sería gratificante para los niños de tu escuela?

1. Colorea a Elmo y Clara
2. Adulto: Corta por la línea punteada.
3. ¡Unan con cinta o pegamento los extremos para formar sus títeres de dedo!



IDEA PARA GRANDES:

Inviten a niñas y niños a crear una historia y actuarla con sus títeres

Hoja de actividades 2

El laberinto de Clara

Usa un lápiz de color o tu dedo para ayudar a Clara a encontrar el camino a Elmo. ¡Sigue las pistas de su rutina de higiene personal!



Hoja de actividades 3

El descubrimiento de Clara

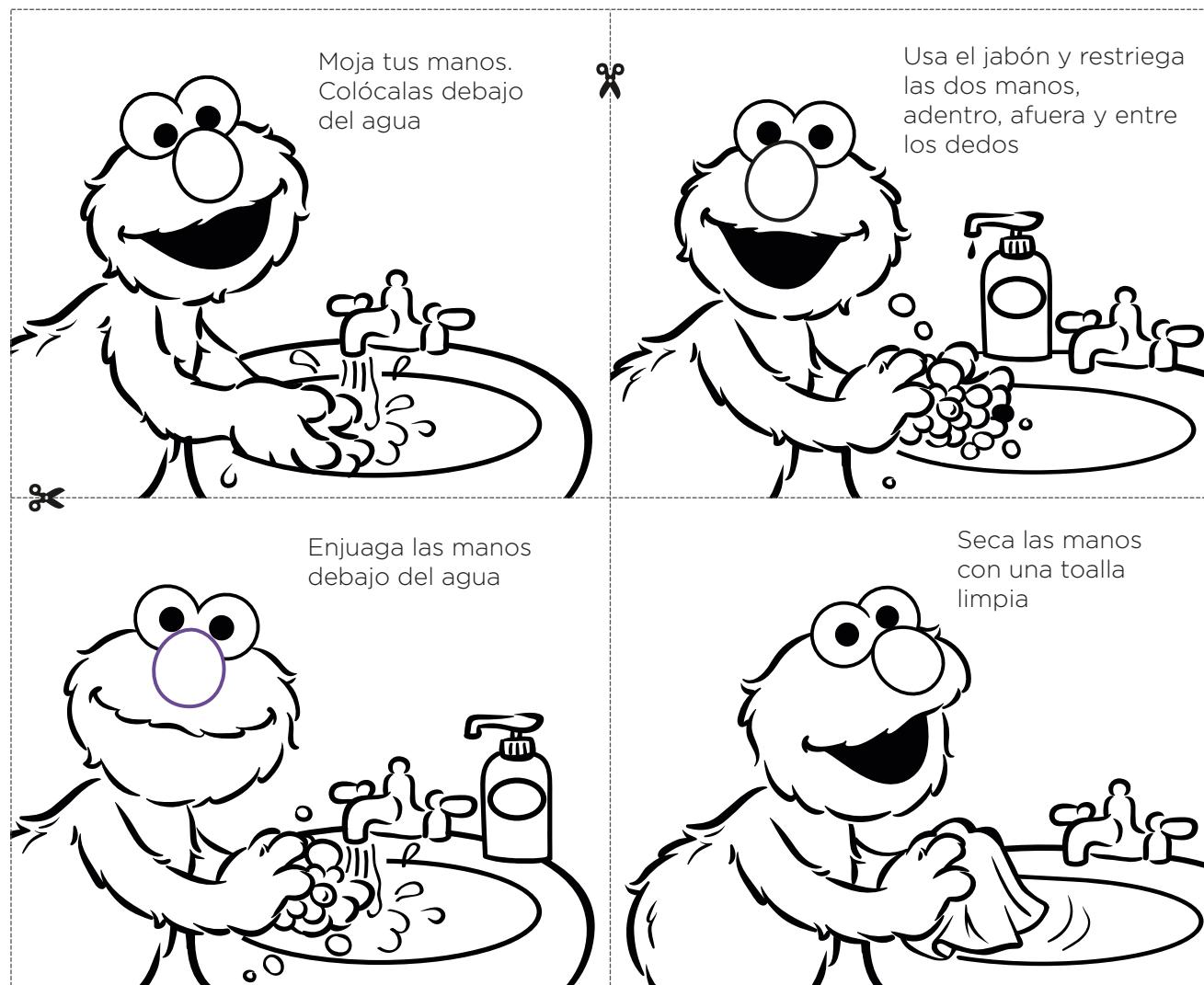
Conecta los puntos y colorea la imagen. ¿Qué descubrió Clara con su microscopio?



IDEA PARA GRANDES:

Este es el e. Coli, una bacteria que viene de la popó y puede causarnos mucho malestar si entra en contacto con nuestra comida o el agua. Habla con niñas sobre cómo pueden prevenir que el e. Coli entre a sus cuerpos.

Ayuda a Elmo a lavarse las manos correctamente. Colorea las imágenes, recórtalas y ponlas en el orden correcto para que sus manos queden libres de gérmenes.

**IDEA PARA GRANDES:**

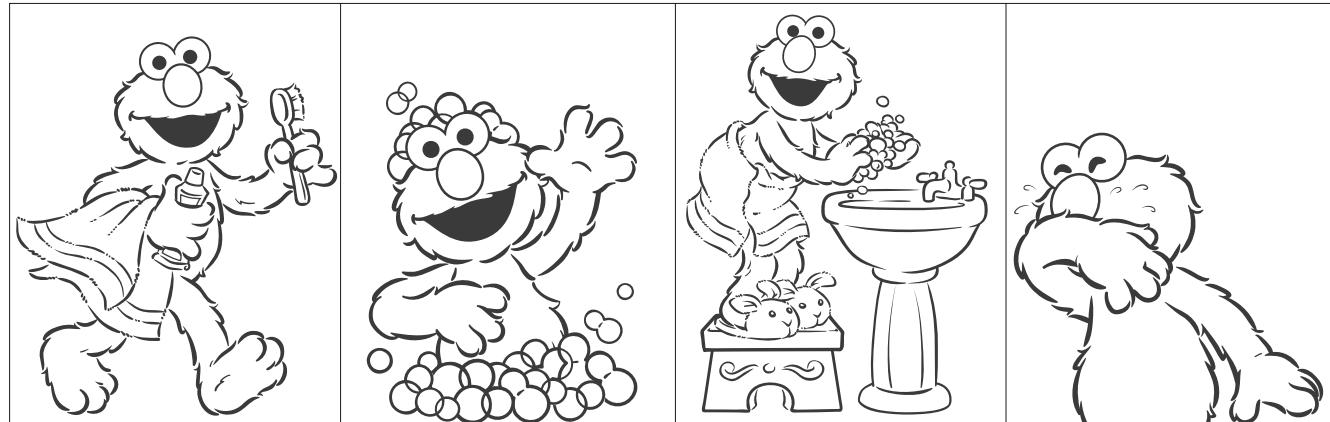
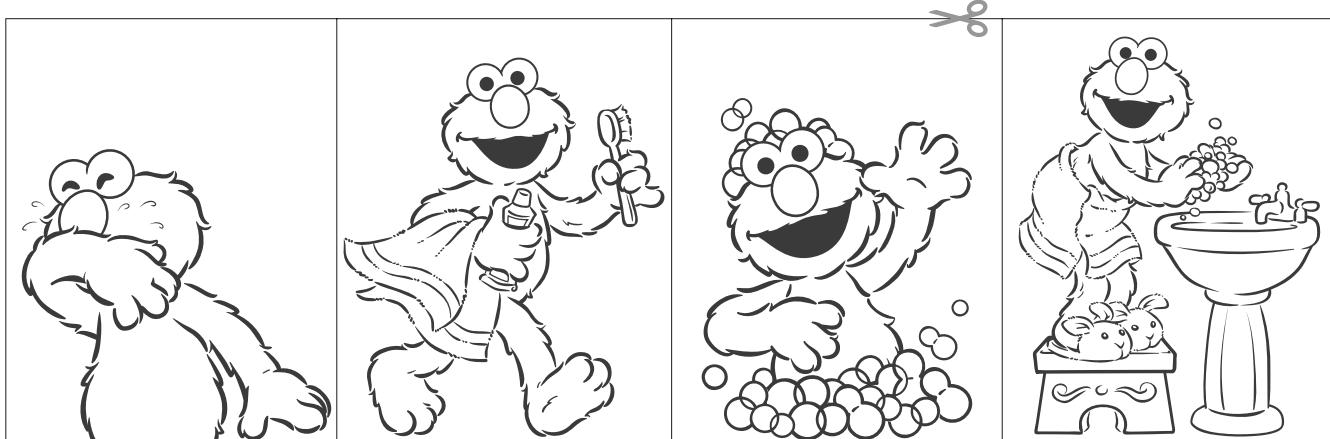
Invita a niñas y niños a describir lo que está pasando en cada imagen. Imiten las acciones de Elmo hasta descubrir la secuencia correcta

Memoria del cuidado personal

Nosotros tambien podemos ayudar a cuidar a los demás. Cuando estamos enfermos podemos evitar que nuestros gérmenes enfermen a otras personas.

IDEA PARA GRANDES:

Coloreen, recorten y pongan bocaabajo estas tarjetas de memoria y traten de hacer pares. Así recordarán las cosas que podemos hacer para prevenir que los gérmenes entren a nuestro cuerpo o se pasen a los demás.



Hoja de actividades 6

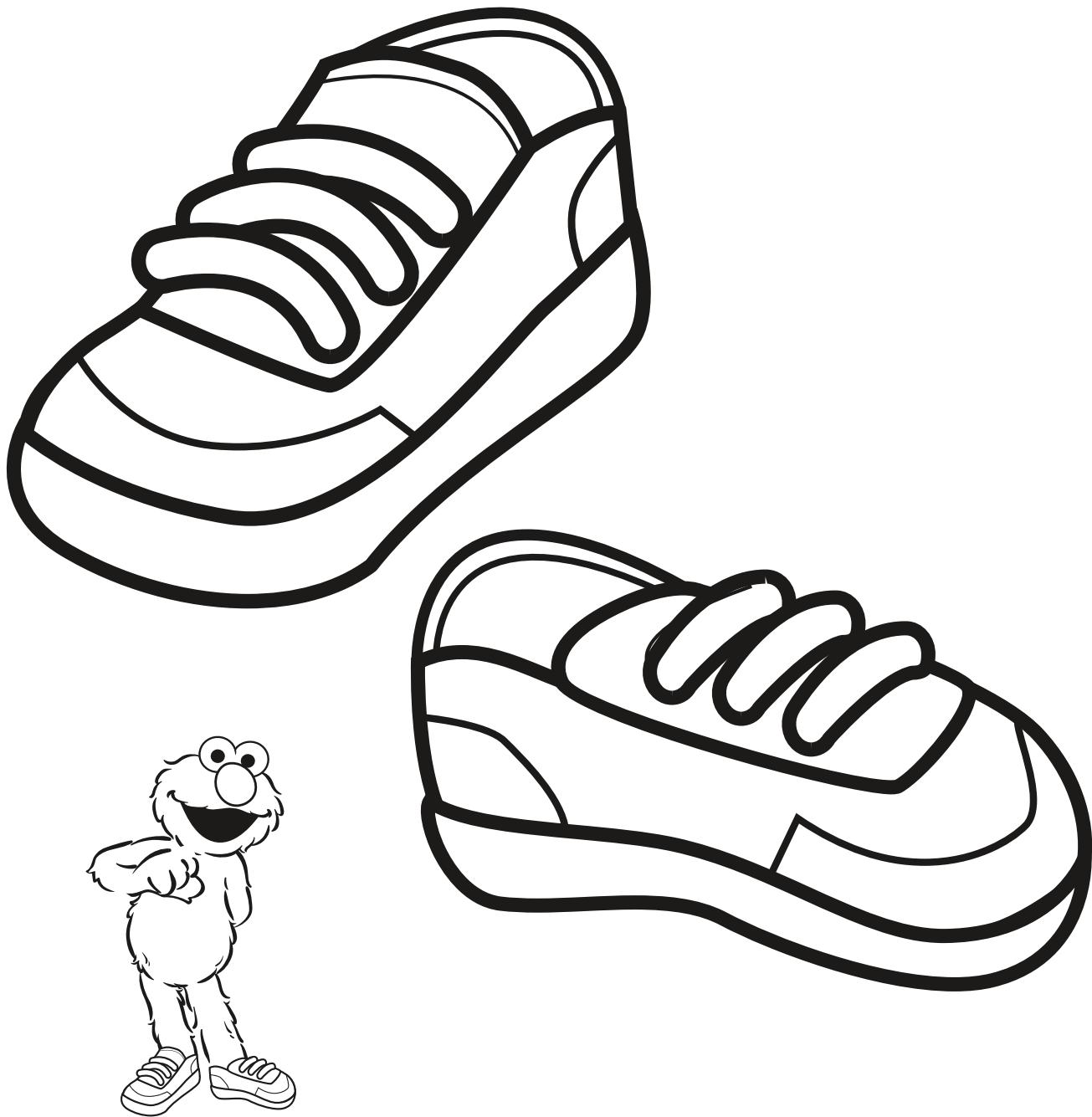
La merienda más limpia

Elmo y Clara tienen mucha hambre y están listos para comerse una deliciosa y superlimpia merienda. Ayúdalos uniendo los puntos de la cubierta de malla que mantiene su comida segura y libre de moscas.



Protectores de pies superpoderosos

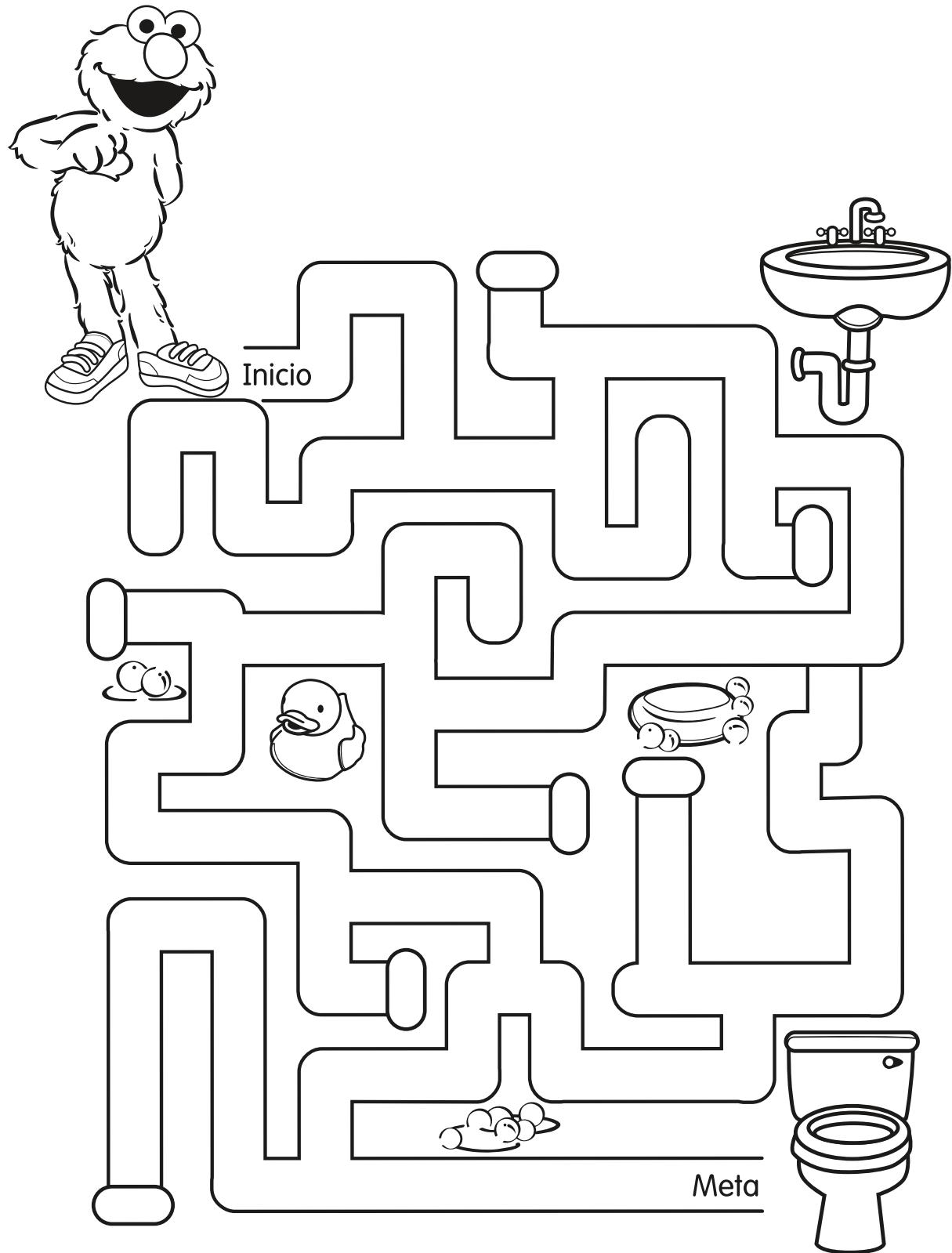
Los zapatos de Elmo son uno de sus objetos favoritos porque le ayudan a estar sano y libre de gérmenes. Ponle a los zapatos de Elmo tus colores favoritos para que sean aún más especiales.



Hoja de actividades 8

¿Dónde está el baño?

Usa tu dedo o un lápiz de color y ayuda a Elmo a encontrar el camino al baño.



El bingo del agua

Cada cuadrado tiene una acción que puedes hacer para ayudar a conservar el agua. Lleva esta tarjeta de bingo a casa y cada vez que hagas algo para ahorrar agua márcala con un círculo. Sigue haciéndolo hasta que hayas marcado todos los espacios alrededor de Clara.



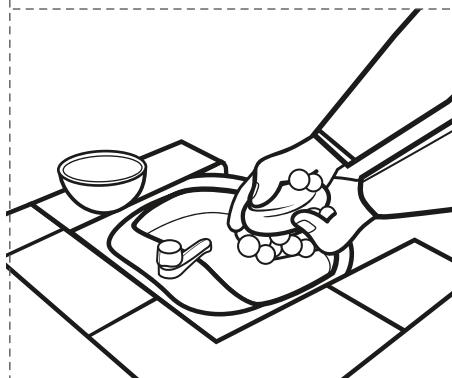
Toma baños cortos



Arroja los desperdicios sólo en el basurero



Usa un vaso con agua segura cuando te lavas los dientes



Cierra el caño mientras te enjabonas las manos



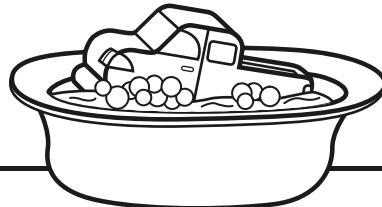
Avísale a un adulto cuando veas que un caño gotea



Revisa los caños de tu casa y escuela para verificar que no goteen



Enséñale a un amigo sobre cómo conservar agua



Lava tus juguetes usando un balde

Decora la botella de agua segura de Elmo

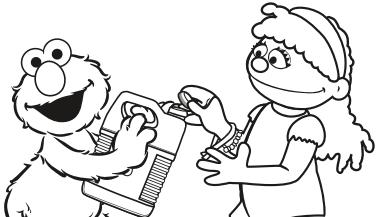
La bebida favorita de Elmo es el agua segura porque sabe que siempre lo va a refrescar y nunca le hará enfermarse. Ayuda a Elmo a decorar su botella de agua segura para que sea tan especial como lo que lleva adentro.



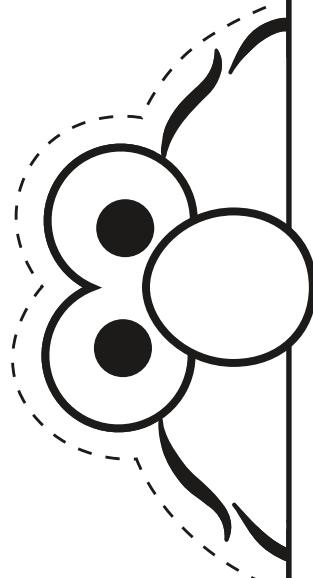
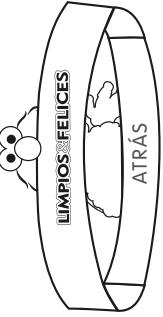
Hoja de actividades II

La lista guarda-aguas

Usa tu lista Guarda-Aguas para registrar las cosas que haces para cuidar el agua y tu salud. Lleva tu lista a casa para que puedas practicar todos los días y haz una carita feliz junto a lo que hayas hecho hoy como Guardián o Guardiana del Agua.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
 Usar el baño responsablemente							
 Lavarse las manos							
 Sólo beber agua segura (hervida)							
 Conservar el agua							
 Almacenar el agua en recipientes limpios y con tapa							

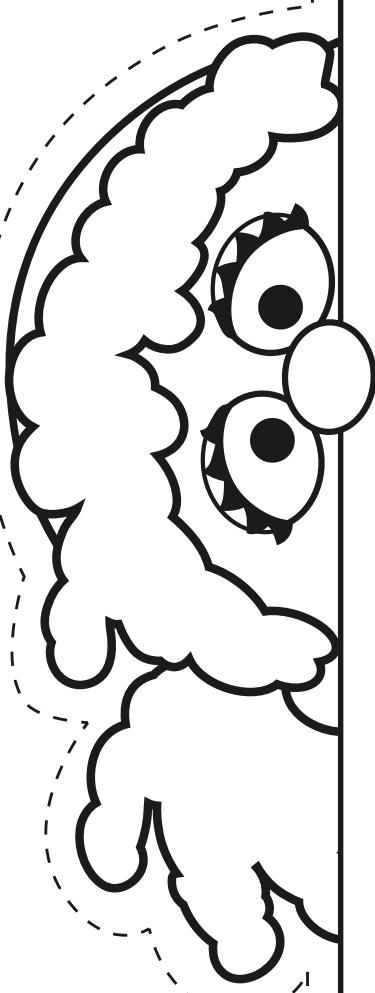
Hoja de actividades |2
¡A celebrar!



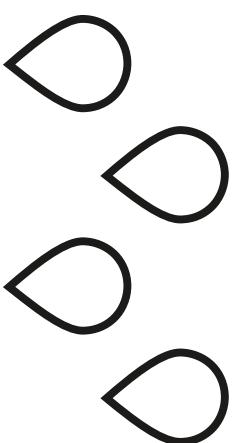
LIMPIOS & FELICES



Colorea tu corona. Con la ayuda de un adulto, recorta las piezas y pégalas por los extremos, asegurándote de que tu corona se ajuste al tamaño de tu cabeza. ¡Ya puedes celebrar!



LIMPIOS & FELICES





MATERIALES SUGERIDOS

- > ½ metro de fieltro rojo
- > ½ metro de fieltro turquesa o verde menta
- > ¼ de metro de fieltro naranja
- > ⅛ de metro de fieltro blanco
- > ⅛ de metro de fieltro negro
- > ⅛ de metro de fieltro rosa
- > Hilo azul claro o verde claro, rojo, rosa, naranja, negro, café y blanco
- > Aguja, máquina de coser o pegamento para tela
- > Fotocopias de los moldes provistos en las siguientes páginas
- > Lápiz o marcador
- > Tijeras



Elabora tus propios títeres

Instrucciones:

1. Fotocopia las páginas siguientes y recorta las piezas de los moldes. Cada pieza tiene indicado cuántas debes crear de cada una y en qué color de fieltro.
2. Sujeta cada pieza al fieltro del color correspondiente y corta las piezas.
3. Si tienes posibilidad de coser los títeres, esto los hará más duraderos. Si no, utiliza pegamento para tela.
4. Toma una de las piezas del cuerpo y pega con hilo del color correspondiente o pegamento transparente las demás piezas que cortaste en el orden indicado. Guíate por la ilustración que acompaña los moldes.

Para Elmo:

- Ojos (blancos)
- Nariz (naranja)
- Boca (negra)
- Pupilas (negras)
- Lengua (rosa)

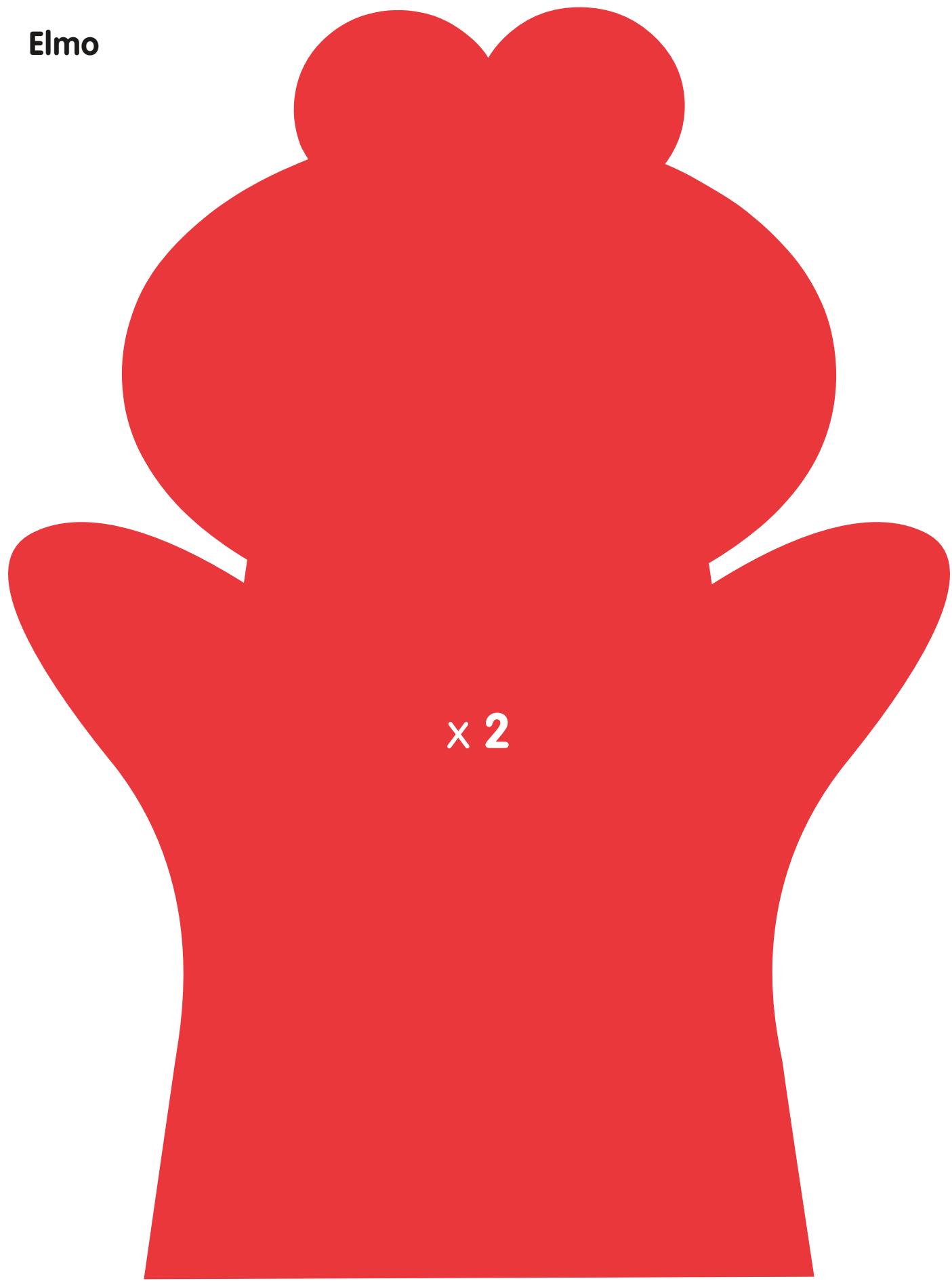
Para Clara:

- Vestido (naranja)
- Ojos (blancos)
- Nariz (naranja)
- Pañoleta (naranja)
- Cabello (café)
- Boca (roja)
- Párpados y lengua (rosa)
- Pestañas y pupilas (negras)

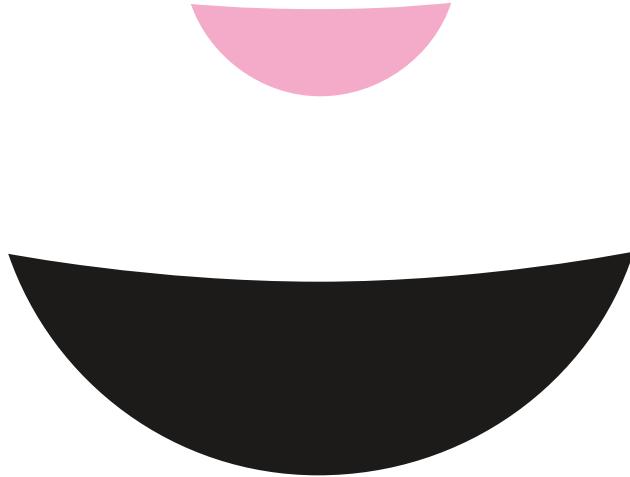
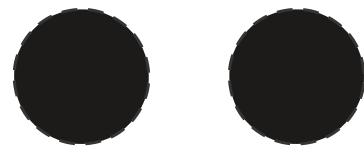
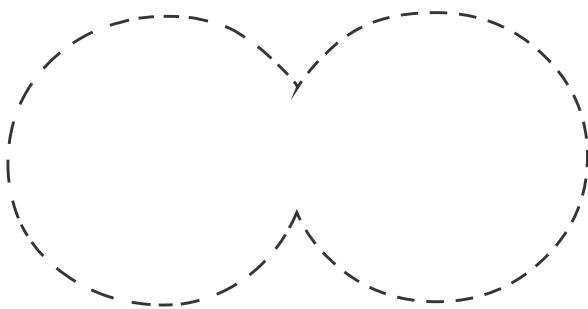
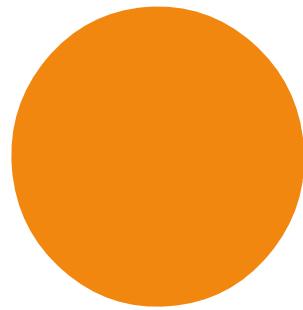
5. Una vez termines toda la parte de adelante, cose o pega al respaldo la otra pieza del cuerpo, cuidando no unir el borde inferior para que puedas introducir tu mano en el títere.

¡Listo! Tienes a Elmo y Clara

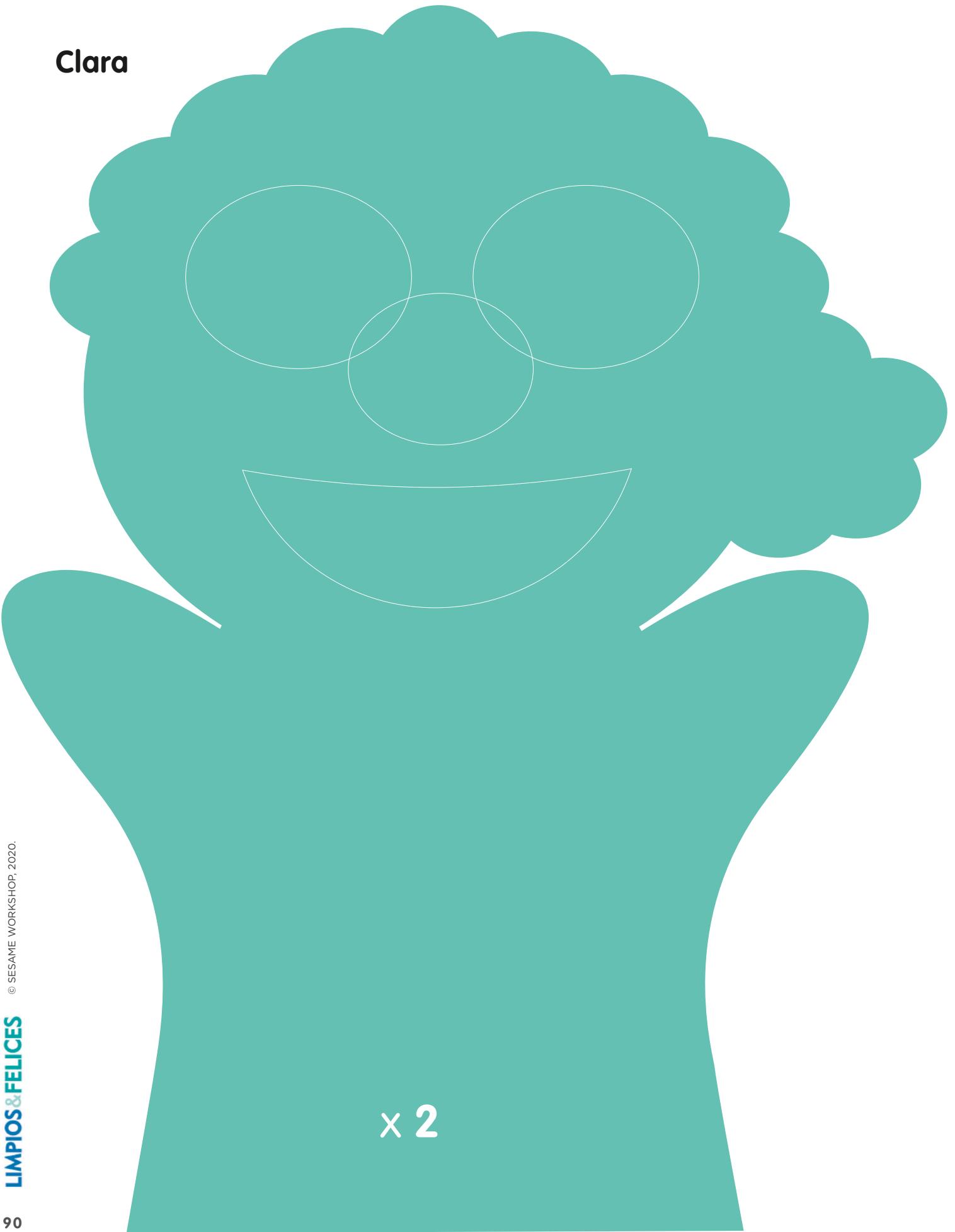
Elmo



Elmo



Clara



Clara



Clara

