

Ma'wê kaapiya'jakxtha'w kwe'sx
fxi'zenxi's û'skiwe'wejxaate
Pedagogía, vida y territorio

Tercero



Ûusyakh û'skiwe'jna
Corazonar enraizadoz con el territorio



**EN EL MARCO DEL CONTRATO 048-2020
FIRMADO CON SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
Y CULTURA DEL DEPARTAMENTO DEL CAUCA**

Auto aprendizaje en Territorio, Familia y Comunidad.
Plan de prevención territorial en educación

**Guías Didácticas
Pedagogías para el cuidado de la vida y el territorio**

Territorio y sociedad
Comunidad y Naturaleza
Matemática y Producción
Comunicación y lenguaje
Grado Tercero

Úusyakh úskiwe'jna.

Corazonar enraizados en el territorio.

Asociación de Cabildos Indígenas Nasa ÇxhãÇxha
Consejo de Educación

Representante legal
Asociación de Cabildos Indígenas Nasa ÇxhãÇxha
Sonia Hurtado Dicue

Coordinador Político
Consejo de educación
José Hildo Pete Vivas

Coordinadora Pedagógica
Consejo de educación
Natalia Caicedo

Coordinadora Administrativa
Consejo de educación
Nidia Narváez Puyo

Asesor General
Jorge Tamayo

Elaboración de contenidos pedagógicos
Laura Nataly Pérez Bello
Lina Esmeralda Córdoba Ávila
Félix Antonio Cucha Yonda
María Rubiela Castro Tumbo

Con el apoyo de
Equipo CIIT
Equipo de Artes
Equipo de Lenguas
Equipo Evaluador

Equipo Administrativo
Equipo Sociocultural
Equipo de educación inclusiva

Comunicaciones y Producción de material educativo
Néstor Andrés García García – Diseño e ilustración
Diana Cecilia Duque Muñoz – Pauta editorial y
diagramación

Carrera 3 6-23 Belalcázar, Páez, Cauca
asociaciondecabildosnasa@tierradentro.co
educacion.asocabildos@tierradentro.co

Hecho en Páez, Cauca, Colombia. Mayo 2020

ISBN EN TRÁMITE



Con el propósito de afianzar los Planes de Vida de los resguardos para la defensa y cuidado de la vida, la Asociación de Cabildos Nasa ÇxhãÇxha a través del Consejo de Educación, asume la necesidad de desarrollar acciones para consolidar un Plan Educativo Territorial que permita retomar lecciones aprendidas en la construcción de nuestros procesos educativos para desde allí visionar la educación para la libertad, la vida y la dignidad de nuestras comunidades en sus territorios. Desde este punto de vista, la situación de emergencia que vive el mundo la interpretamos como un elemento de amenaza que afecta nuestra cotidianidad, pero a su vez como una oportunidad que pone a prueba nuestra capacidad organizativa y fuerza cultural. Somos conscientes que la realidad actual desborda todo ejercicio de planeación; no obstante, asumimos el reto de planear desde el corazón de la tierra y el diálogo de saberes para comprender y proponer alternativas de prevención, contención y atención. Todo ello entendiendo que la educación en el sentido pleno de la palabra es una estrategia de resistencia.

Tenemos la certeza de que es el territorio el que nos orienta y es en él donde sembramos la vida. Por lo tanto, TIERRA, AGUA, FUEGO y VIENTO son y seguirán siendo los espíritus que abren y orientan nuestros caminos de permanencia. Desde este contexto nos preguntamos sobre las acciones que debemos potenciar para generar hábitos permanentes de prevención, contención y atención. Al respecto, ¿Qué saberes y pedagogías orientan la Naturaleza y nuestras comunidades para abrazar y proteger la vida y la alegría de nuestras comunidades?, ¿Cómo generar procesos escolares fuera del aula de clases?, ¿Hacia dónde reorientamos nuestros procesos PEC?

Teniendo en cuenta los aportes de las comunidades y los Consejos de la Asociación de Cabildos Nasa ÇxhãÇxha, asumimos las acciones de prevención, contención y atención como dinámicas de trabajo permanente, más allá de los tiempos contemplados por la institucionalidad; todo ello en el marco del cuidado de la vida de las comunidades en nuestros territorios.





Tabla de contenido

Tabla de contenido.....	3
Presentación	5
¿Qué necesitas para cumplir estos retos?	9
¿Quiénes te pueden ayudar para cumplir estos retos?.....	9
Reto uno. Juntos nos cuidamos	11
Paso 1	11
Paso 2	14
Paso 3	15
Paso 4	15
Reto dos. Cuentas cuando cuidas	16
Paso 1	16
Paso 2	17
Paso 3	18
Paso 4	18
Paso 5	19
Paso 6	19
Reto tres. Mapas de agua	21
Paso 1	21
Paso 2	31
Paso 3	33
Paso 4	35
Reto cuatro. Lo que guardo en el tumbado	36



Paso 1.....	37
Paso 2	38
Paso 3	40
Reto cinco. Guardianes del territorio	46
Paso 1	46
Paso 2	48
Paso 3	49
Paso 4	50
Paso 5	53
Reto seis. Alimentación sin medidas	57
Paso 1	57
Paso 2	58
Paso 3	58
Paso 4	59
Paso 5	59
Paso 6	61
Para saber más	64
Para conversar con tu familia y tu maestro (a)	69
Diccionario	70
Referencias	71



Presentación

La educación es un derecho establecido en la Constitución Política de Colombia. En cumplimiento de ese mandato, cabe resaltar además que la Constitución Política de Colombia reconoce el país como pluriétnico y multicultural, oficializa las lenguas de los grupos étnicos en sus territorios, institucionaliza la participación de las comunidades en la dirección y administración de la educación y establece el derecho que tienen a una formación que respete y desarrolle su identidad cultural.

Mediante el Convenio 169 de 1989 de la OIT, incorporado a la Legislación Nacional por la Ley 21 de 1991, el Estado Colombiano se obliga a hacer efectivo el Derecho a la Educación Pública en los territorios indígenas, en concertación con las Autoridades Tradicionales Indígenas, a reconocer sus instituciones propias, trasladar de manera paulatina la responsabilidad de la realización de esos programas y financiar los programas que estos creen desde sus espacios propios.

La Declaración de las Naciones Unidas sobre Derechos de los Pueblos Indígenas reconoce el derecho de los pueblos indígenas a la libre determinación, autonomía o al autogobierno en las cuestiones relacionadas con sus asuntos internos.

De igual manera el artículo 14 de esta declaración consagra que los pueblos indígenas tienen derecho a establecer y controlar sus sistemas e instituciones docentes que impartan educación en sus propios idiomas, en consonancia con sus métodos culturales de enseñanza y aprendizaje. Que Las personas indígenas, en particular los niños indígenas, tienen derecho a todos los niveles y formas de educación del Estado sin discriminación. Y que los Estados adoptarán medidas eficaces, junto con los pueblos indígenas, para que las personas indígenas, en particular los niños, incluidos los que viven fuera de sus comunidades, tengan acceso, cuando sea posible, a la educación en su propia cultura y en su propio idioma.

Los pueblos indígenas en ejercicio de derecho a la libre determinación y la autonomía desarrollan el SEIP a través de los componentes Político-Organizativo, Pedagógico y Administrativo.



El Sistema Educativo Indígena Propio - SEIP se concibe como un proceso integral, que se constituye en política pública para la educación propia de los pueblos indígenas que involucra el conjunto de derechos, normas, instituciones, procedimientos y acciones que garantizan el derecho fundamental a la educación indígena propia afirmados en la Constitución Política de 1991 y los tratados internacionales como el Convenio 169 de la OIT, la Declaración de Naciones Unidas de los Derechos de los Pueblos indígenas, entre otros.

Pedagogías para el cuidado de la vida y el territorio cuenta entre sus componentes con guías para los grados 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 y 11 de la Básica Primaria, Secundaria, y Educación Media en los componente y áreas PEC de Territorio y sociedad, Comunidad y Naturaleza, Matemática y Producción, Comunicación y lenguaje.

Tenemos la certeza de que es el territorio el que nos orienta y es en él donde sembramos la vida. Por lo tanto, TIERRA, AGUA, FUEGO y VIENTO son y seguirán siendo los espíritus que abren y orientan nuestros caminos de permanencia. Desde este contexto nos preguntamos sobre las acciones que debemos potenciar para generar hábitos permanentes de prevención, contención y atención. Al respecto, ¿Qué saberes y pedagogías orientan la Naturaleza y nuestras comunidades para abrazar y proteger la vida y la alegría de nuestras comunidades?, ¿Cómo generar procesos escolares fuera del aula de clases?, ¿Hacia dónde reorientamos nuestros procesos PEC?

Teniendo en cuenta los aportes de las comunidades y los Consejos de la Asociación de Cabildos Nasa Çxhãçxa, asumimos las acciones de prevención, contención y atención como dinámicas de trabajo permanente, más allá de los tiempos contemplados por la institucionalidad; todo ello en el marco del cuidado de la vida de las comunidades en nuestros territorios.

Dispone también de un manual de implementación que ofrece indicaciones generales y pedagógicas sobre el modelo y, de guías para los docentes por cada área y grado, en las que encuentran orientaciones disciplinares y didácticas que apoyan su trabajo en el aula.

Esta propuesta es una oportunidad educativa para que muchos jóvenes puedan continuar sus estudios de básica secundaria y ampliar sus posibilidades de vida digna, productiva y responsable, como ciudadanos colombianos.



Para los niños, las niñas y sus familias

Cuando nosotros no estamos preparados, a nuestro territorio llegan bichitos que quieren entrar y hacernos daño, a las personas, a los animales, a las plantas y a todo lo que tiene vida. Por eso queremos invitarte para que te unas a nuestro equipo y nos ayudes a cuidarnos entre todos.

¿Estás listo?

Te vamos a contar un secreto...



Si estás leyendo esta guía, ya eres parte del equipo responsable del reto **Cuidado de la vida y el territorio**, aquí encontraras unos retos con los que debes cumplir para ayudarnos con el trabajo y salvar la vida. Pero antes, te vamos a contar lo que está pasando.

Por estos días nos han dicho que **TODOS** debemos quedarnos en la casa, las escuelas se han cerrado, los niños, niñas, abuelitos y personas enfermas tienen prohibido salir al pueblo y por todas las carreteras hay puestos de control que no dejan pasar a mucha gente ni para un lado ni para otro.



Todos dicen que debemos cuidarnos de un bichito que es tan pequeño, tan pequeño, que no lo podemos ver; pero que si se nos mete en la boca, en la nariz o en los ojos, nos puede hacer enfermar y hacernos daño. Se llama Coronavirus.

Dicen que antes de que nos haga daño le podemos ganar. ¡Si! así no lo veamos, le podemos ganar. Dicen que para ganarle debemos quedarnos en casa porque si no encuentra a nadie afuera a quien hacer daño, va perdiendo su fuerza y se irá. Por eso cuando los adultos necesitan salir se cubren la boca, la nariz y los ojos, para no dejarlo entrar, y como todos nos tocamos la cara a cada rato pues las manos debemos lavar, para que si intenta subirse, lo podamos sacar.

Pero un momento .NO ES EL ÚNICO BICHITO. Hay otros más grandes, de los cuales nos tenemos que cuidar, unos se esconden y otros andan por ahí sueltos. Por eso no sólo basta con quedarnos en casa. Lo que te vamos a **encargar** nos va a ayudar a cuidarnos juntos y a cuidar nuestro territorio. A partir de este momentos te vas a convertir en un



Investigador o investigadora



Alista tus cosas y a trabajar. Por ahora enviamos seis retos para ti. Tienes todo el mes de mayo para cumplirlas.

Pon tu nombre para empezar: _____



¿Qué necesitas para cumplir estos retos?

1. De lunes a viernes debes sacar por lo menos dos horas para cumplir con los retos del mes.
2. Debes tener un cuaderno para ir escribiendo lo que te pase día a día, mientras cumples con los retos.

¿Quiénes te pueden ayudar para cumplir estos retos?

1. Puedes pedir ayuda a tu familia ya que la mayor parte del tiempo estarás en la casa.
2. Tus amigos y vecinos también te pueden ayudar, debemos encontrar la manera de conversar con uno o dos.
3. Tu profesor o profesora de la escuela irá algún día de la semana a casa para ayudarte con algunas cosas que no entiendas.



Dale un nombre a nuestro trabajo

Queremos que le des nombre al trabajo del cual te invitamos a ser parte, te regalamos algunas palabras que siempre tuvimos en la mente mientras elaboramos esta guía pedagógica para que puedas ponerle un título. Adelante.

Qué nombre le das a esta guía.

Itxi

Cuidado

Vida

Fxinzeya`

Üu

Yat

Yaay penxwää

Territorio



Alimento

Jxpayatxn





Reto uno. Juntos nos cuidamos

Lo que debes investigar durante este reto: Si nos quedamos en casa para cuidarnos ¿Quién cuida nuestra casa?

Lo que necesitas para lograrlo: Escuchar la voz de la naturaleza y comunicar para cuidar, sintiendo amor por el territorio.

Paso 1. Elige al personaje que más te guste y lee su historia.

Los estudiantes Jhoan Sebastián y Yú ema

Cuando Sebastián y Yú ema llegaron a la escuela, la profesora les contó que debían regresar a sus casas y que no habría más clase por un tiempo, que todos debían quedarse en la casa y ayudar a los papás en los oficios. Sebastián y Yú ema brincaron de felicidad ¡VACACIONES!



La abuelita Doña Florinda

El sábado doña Florinda salió a vender sus quesos en la galería, se subió a la chiva como siempre, pero llegando a la entrada de Belalcázar la chiva se detuvo. Había retén de la guardia. Duraron mucho tiempo ahí. Había mucha gente esperando ir a comprar y otros más esperando ir a vender. Al entrar al pueblo doña Florinda vendió los quesos y esperó a que la chiva diera la vuelta para regresarse a casa.





Coordinador de guardia

Jugamos, y vivimos en una minga, pero con la disciplina del cuidado. A veces las personas piensan que estamos en paro, pero queremos que sepan que es por prevención. Les explicamos y buscamos que todos lo entendamos. Hemos hecho equipo con otras personas que no trabajábamos antes, estamos uniéndonos todos como uno solo. Aprendemos juntos.



Leidy la profe de Tercero

Nos reunimos en la casa del cabildo, y empezamos a rayar jabón REY. Luego escogimos las plantas: pino, eucalipto, sábila, hortiga de montaña, corteza de palo de cacho de venado, ruda y romero. Lavamos cada una de esas plantas y luego las molimos cada una por separado. En un fondo echamos el jabón hasta que hirviera, y mientras hervía pusimos las plantas. Lo pasamos por varios coladores. Se coló tres veces. Empezamos a pasar a unos recipientes y a mover para que empezara a enfriar, Hasta que por fin quedó de color café y olía riquísimo.



Los Mayores médicos tradicionales

El covid -19 es una candelilla, es un espíritu negativo *Eewe wala*, la enfermedad hay que ahuyentarla por la tierra hacia abajo, para seguir juntos. Las enfermedades se pueden controlar si nos ayudamos con las plantas medicinales y los alimentos propios. Para trabajar desde la espiritualidad se debe tener la mente y el corazón despiertos.



Andrés el guardia en la plaza de Mercado

Nos pidieron que ayudáramos en la galería para ordenar a la gente para que entrara por grupos y que tuvieran un tiempo corto para estar adentro. No se podían quedar hablando. Mucha gente no hizo caso y se enojó, pero con el pasar de los días la cuarentena ha seguido y ya en el pueblo no se mira tanta gente. Por las tardes el pueblo está solito y se escucha más duro el río y hasta el viento.



Marina la Gobernadora suplente

Lo primero que se hace es encomendarse a los espíritus mayores para que nos protejan. Después nos desplazamos a los puntos de control para verificar que se hayan hecho los turnos asignados a las comunidades. En las horas de la noche se hace el desplazamiento al punto de control en Guadalejo para acompañar a los compañeros que están allá, y finalmente nos regresamos a la casa para descansar un poco y al día siguiente volver a comenzar.





Paso 2. Conoces algún otro personaje que debería estar aquí?

Necesitamos conocer a todos los que nos pueden ayudar a **cuidarnos**. Habla con él o ella y pídele que te cuente ¿cómo es un día en la vida de tu personaje? Escribe lo que te cuente y dibuja a tu personaje. Si no conoces a nadie, inventa al personaje y su historia.

Blank writing area with 15 horizontal lines for text.



Paso 3: Después de conocer esos personajes que nos pueden ayudar, averigua

- Una forma de cuidarte a ti mismo

- Una forma de cuidar a la familia

- Una forma de cuidar al territorio

Paso 4: Escoge una de las tres formas de cuidado y busca una manera creativa de comunicársela a los niños de primero.

Ayudas para cumplir con tu reto: Puedes hacerlo con música, con dibujo, con una representación, un collage, una cartelera, Recuerda que los niños de primero aún no saben leer ni escribir el abecedario. **SE MUY CREATIVO.**



Reto dos. Cuentas cuando cuidas

Lo que debes investigar durante este reto: ¿Cómo hago prevención desde mi territorio?

Lo que necesitas para lograrlo: Tener relaciones armoniosas con los demás y con la naturaleza.

Paso 1. Haz un recorrido por tu casa, el trabajadero de tu familia o un lugar cercano. Ubica qué plantas medicinales hay en tu entorno o vereda y agrupalas según se parezcan por la forma de sus hojas, color tamaño y otras características que consideres según lo que ves, hueles o saboreas. Dibuja los grupos de plantas que armaste.

A large, empty rounded rectangle with a thin green border, intended for the student to draw the groups of medicinal plants they identified during the challenge.



Paso 2. Clasifica las plantas medicinales por otras características. Cuenta la cantidad de matas que hay de cada planta en el lugar y escribe los datos en la siguiente tabla de datos.

Nombre de la planta	Dibujo	Cantidad en números	¿Qué clase de plantas es?		¿Para qué la usamos?	
			Fría	Caliente	Medicina	Armonizar



Paso 3. Consulta con cinco familias vecinas ¿cuáles son las cinco plantas medicinales que más usan? Y escribe los nombres de las plantas, una en cada casilla.

Familia 1	Familia 2	Familia 3	Familia 4	Familia 5

Paso 4. Organiza los datos en la siguiente tabla.

Nombre Plantas	Cantidad



Paso 5. Agrupa y clasifica. ¿Las personas también nos podemos agrupar por características que compartimos? Dibuja algunos conjuntos de personas según una característica en común: tamaño, edad, género, entre otros.



Personas altas

Paso 6. Elabora un problema de suma y un problema de resta con la siguiente situación.

En la Asociación de Cabildos Nasa Çxhä Çxha Debemos entregar un kit a cada docente que contenga tapabocas, gel, y pares de guantes si tenemos 400 docentes

Tenemos:

- 10.000 tapabocas



- 3.000 geles antibacteriales
- 2.800 pares de guantes

¿Cómo distribuimos estas unidades?

¿Cuántos quedarían faltando o sobrando?

Elabora otras preguntas.

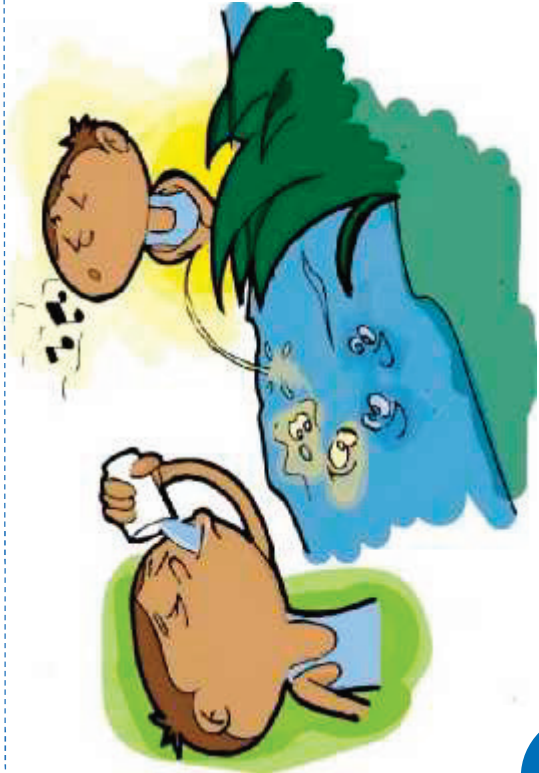
Problema de suma o adición

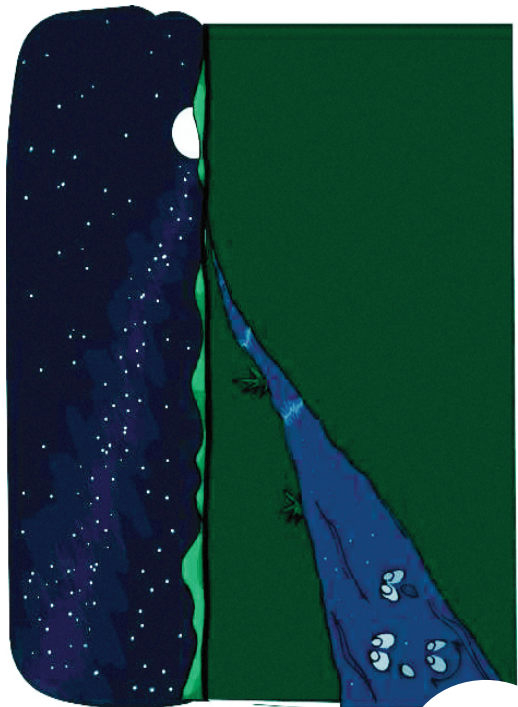
Resuelve

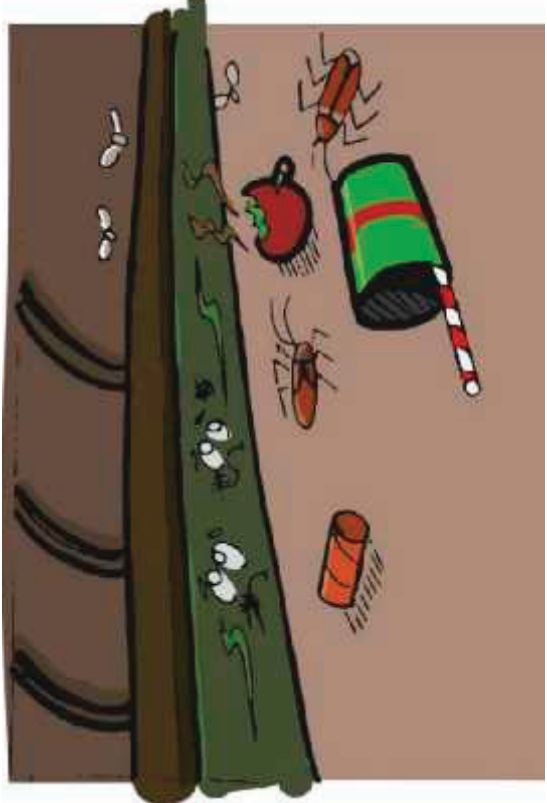
Problema de resta o sustracción

Resuelve







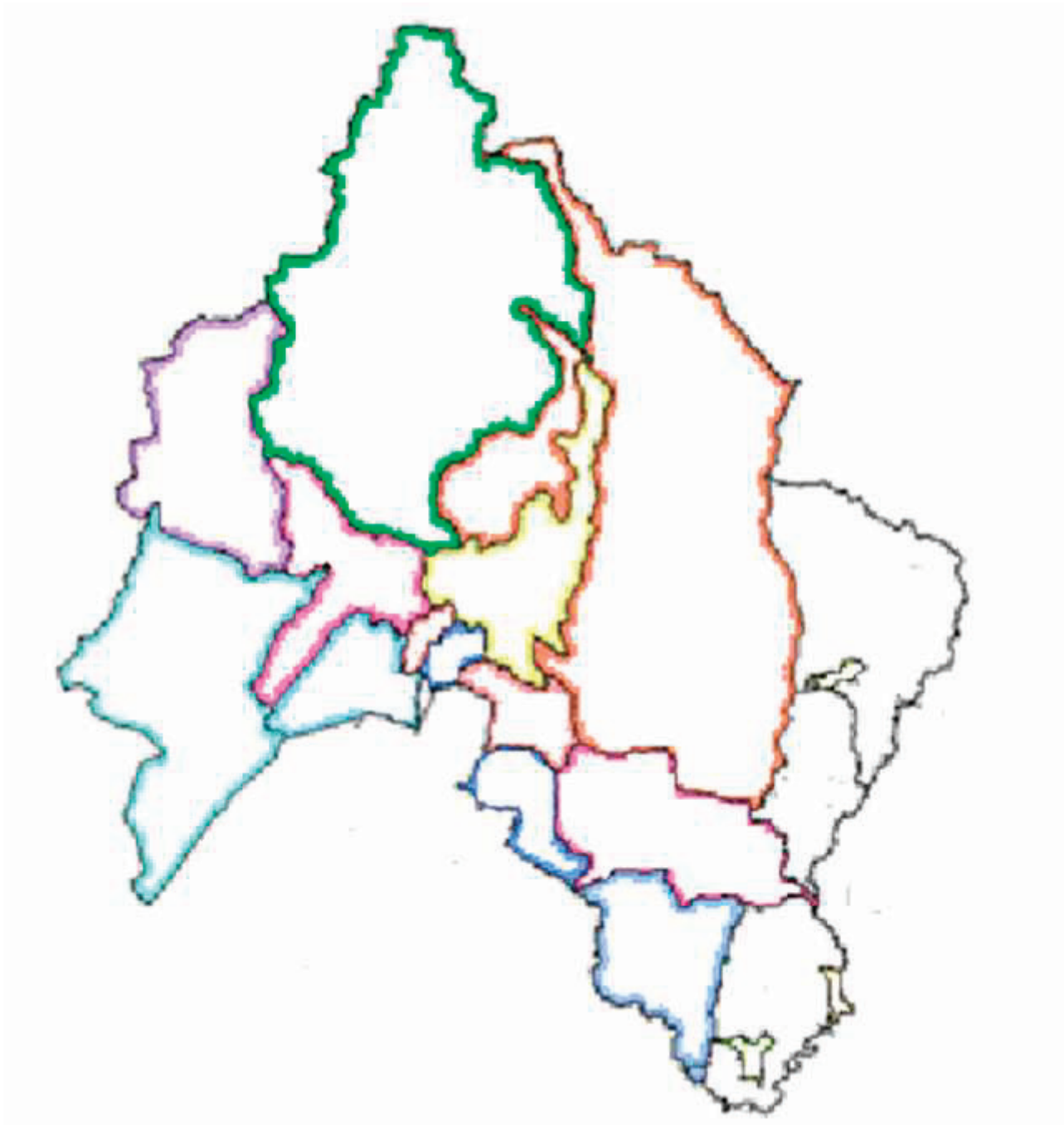


Paso 2. Con ayuda de tu familia o personas cercanas en tu comunidad te proponemos delinear en la sombra que aparece en la próxima página el mapa de Paéz y ubicar en el mapa lo siguiente.

- Dónde queda el Norte, Sur, Oriente, Occidente.
- Dónde queda tu resguardo, tu vereda y tu casa. Señálalos coloreando y dibujando.
- Ubica y dibuja en el mapa las fuentes de agua presentes en su territorio. (ríos, quebradas, ojos de agua) Ponles su nombre
- Identifica y dibuja en el mapa las plantas y animales que se encuentran cerca de las fuentes de agua.
- ¿Cuáles plantas son las plantas usadas para hacer nacer, para conservar y para purificar las fuentes de agua? Averigua y nómbralas



Mapa de Nxadx Kiwe - Mapa de Páez





Con el **mapa** que elaboramos vamos a recorrer un camino hacia la memoria para encontrar respuestas **o más preguntas**. Necesitarás de tu familia o vecinos mayores que tú para cumplir con este reto.

Paso 3. Conversa con tus mayores. Aquí tienes algunas preguntas que te ayudaran para saber más

¿Cómo era hace 30 años el lugar donde vivo?

¿Cuántas lagunas hay o había dentro del territorio o el lugar donde vivo?

¿Hay páramos cerca de donde vivo? Nómbralos



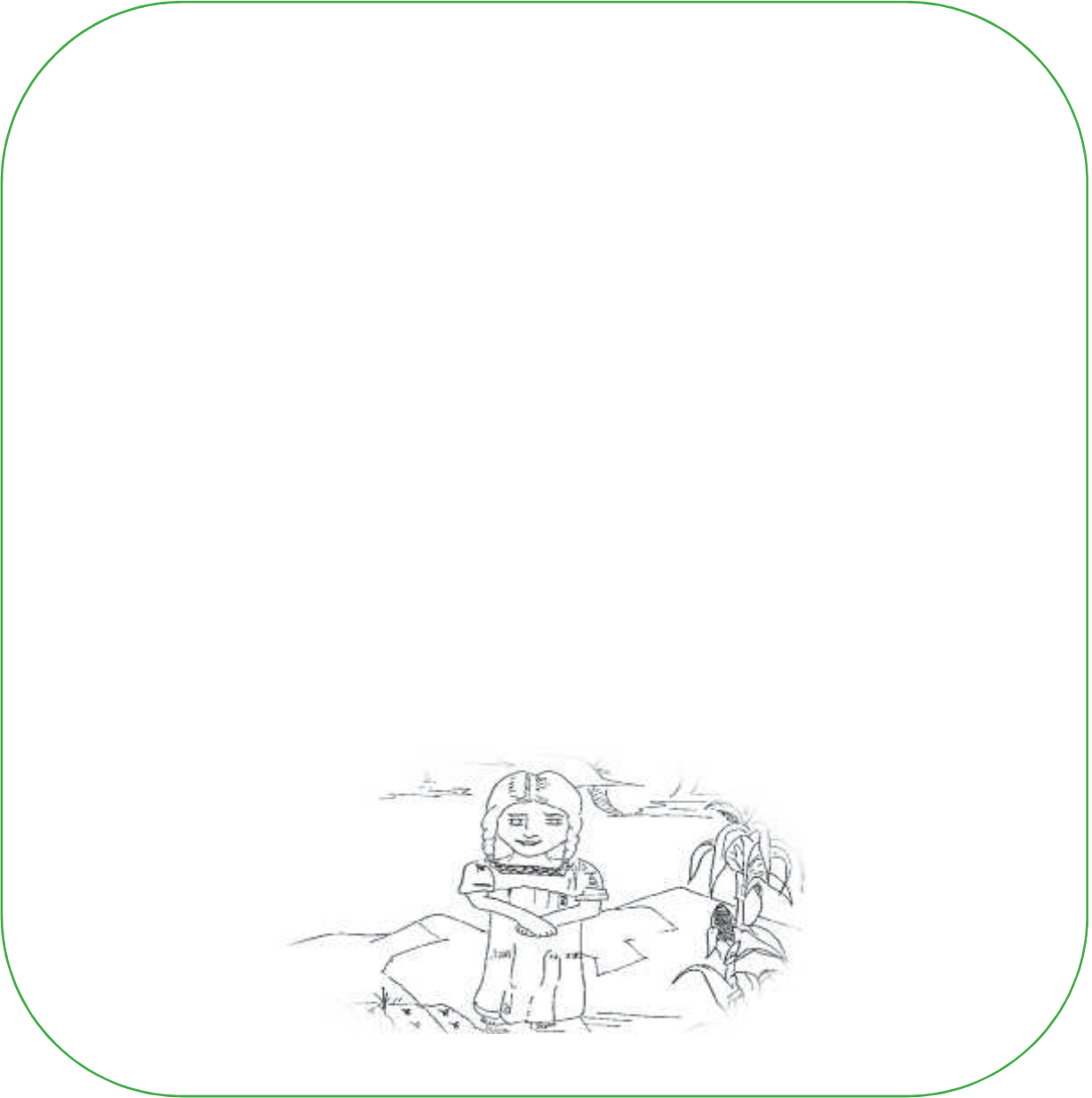
¿Algún día se puede acabar el agua? ¿por qué?

¿Si llueve mucho y se crecen los ríos nos debemos preocupar? ¿Por qué?

¿Hay ojos de agua cerca al lugar donde vivo? ¿Cómo se llaman en lengua? ¿Cuántos hay?



Paso 4: Dibuja tu casa, las personas que viven allí, los animales, las plantas y dibújate a ti mismo. Queremos reconocer tu entorno.





Reto cuatro. Lo que guardo en el tumbado

Lo que debes investigar durante este reto: ¿Qué necesito para seguir viviendo?

Lo que necesitas para lograrlo: Sentir, escuchar, hablar y narrar la vida



Colorea el dibujo. Ponle color al camino que estas por empezar y sigue los pasos.



Debes saber que...

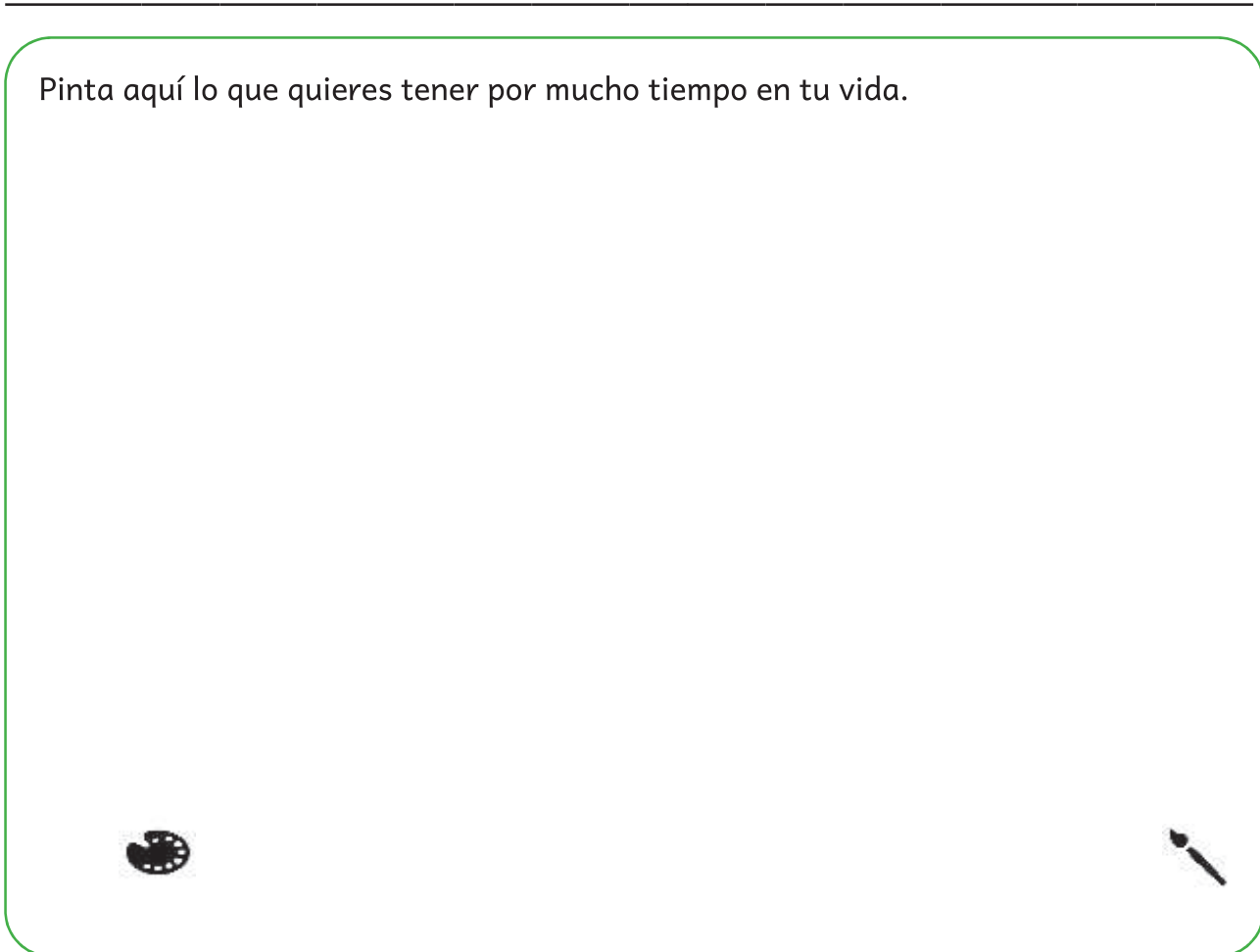
En nuestras casas siempre guardamos algo por si lo necesitamos más adelante. Por eso en la mayoría de las casas tenemos un tumbado, techo, o en un lugar especial donde guardar.

Semillas, plantas, ropa, ollas, juguetes, cuadernos, libros, fotos, instrumentos, lanas, sombreros, jigras y muchas otras cosas que queremos tener por mucho tiempo, para otro

Paso 1. Piensa en una de ellas que quieres mucho y que quieres tener por mucho tiempo.

Escribe su nombre:

Pinta aquí lo que quieres tener por mucho tiempo en tu vida.





Paso 2. Ahora, recuerda, siente, imagina y cuéntanos:

¿Desde hace cuánto tiempo tienes eso que quieres tener mucho tiempo en tu vida?

¿De dónde sacaste eso que quieres tener mucho tiempo en tu vida? **¿Alguien te lo regaló?**

¿Qué sientes cuando piensas en lo que quieres tener mucho tiempo en tu vida?

¿Por qué quieres tanto eso que quieres tener mucho tiempo en tu vida?



Te cuento.

Andrés siempre quiso hacer música, pero nunca tuvo con qué. Siempre vivió en medio de las montañas y la única música que escuchaba era el sonido de los animales. Un día, cuando tenía 10 años a él y a sus papás les tocó irse a vivir a la ciudad. Pero él no quería dejar la música. Un vecino abuelo, hizo una flauta con carrizo y se la regaló. Él nunca la había visto ni mucho menos la sabía tocar, pero siempre la tuvo con él. Pasaron los años y se hizo mayor, pero siempre que quería recordar la música, miraba su flauta y escuchaba los cantos de la montaña. Cuando ya estaba bien mayor, volvió a la montaña y se encontró un abuelo que le enseñó a tocar. Ahora hace música con la flauta y canta con los pájaros que lo escuchan y lo acompañan.

Paso 3. Pídeles a dos personas de tu familia que imaginen, sientan y piensen para que te respondan estas preguntas:

Persona 1

¿A quién le preguntaste? _____

¿Qué es lo que necesitarían para vivir por mucho tiempo?

¿Dónde lo consiguen?



¿Cómo lo cuidarían para que les dure mucho tiempo?

Intenta dibujar su respuesta.

Persona 2

¿A quién le preguntaste? _____

¿Qué es lo que necesitarían para vivir por mucho tiempo?



¿Dónde lo consiguen?

¿Cómo lo cuidarían para que les dure mucho tiempo?

Intenta dibujar su respuesta.

A large, empty rounded rectangular area with a green border, intended for the student to draw their answer.



Un regalo. Para seguir conversando y compartiendo en familia.

The´ u´y wājxji´psa

La abuelita con granos²



En la región de Tierradentro había una abuelita muy vieja que nadie cuidaba:

solo la acompañaba un perro blanco.

Una tarde iban pasando unas niñas cargando leña y la abuelita,

que estaba a la orilla del camino, les preguntó:

² Tomado de: Kutx yuwe = palabra y tul nasa / docentes de la comunidad nasa de San José de Tierradentro. – 1a. ed. – Bogotá. Ministerio de Educación Nacional, 2015. Narrado Por: Eva Arcelia Mumucué, Escrito Y Traducido Por: Carlos Alberto Pacho, Juan Carlos Pacho. Adaptado Por Natalia Caicedo



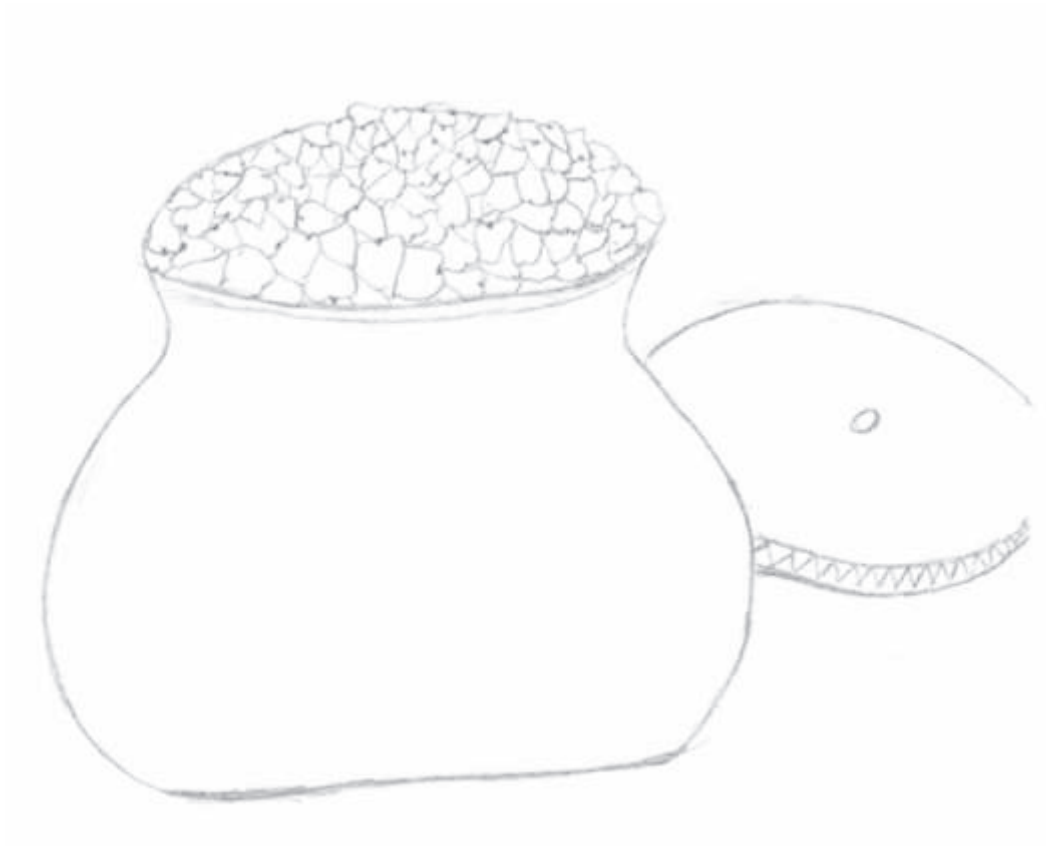
«¿Ustedes son de por aquí?». Las niñas muy asustadas asintieron con la cabeza. «Entonces les voy a pedir un favor muy grande», dijo la abuela con tono amable. «¿Qué sería?», respondieron las niñas. «¿Pueden lavarme los granos que cubren mi cuerpo?»



dijo la abuela con tono apesadumbrado.
Aunque con dudas, las niñas siguieron a la pobre anciana hasta su casa.
Al llegar, la abuelita se quitó toda la ropa y las niñas quedaron aterrorizadas al verle tantos granos en el cuerpo.



«Ahora quiero que me laven bien, para que me pueda curar», les dijo la abuela. Luego trajo una olla con plantas y se las entregó a las niñas. Las pequeñas, temblorosas, se pusieron a lavarla parte por parte con mucho cuidado. Cuando creyeron que habían terminado, la abuela les indicó que taparan la olla, se la llevaran a casa y la abrieran hasta el otro día.



Las niñas, obedientes, siguieron el consejo de la abuela y, cuando destaparon la olla al amanecer, ¡qué sorpresa, estaba llena de granitos de maíz!




Reto cinco. Guardianes del territorio

Lo que debes investigar durante este reto: ¿Cómo cuido mi territorio?

Lo que necesitas para lograrlo: Amar la naturaleza, cuidarla y respetarla desde las enseñanzas de nuestra familia.

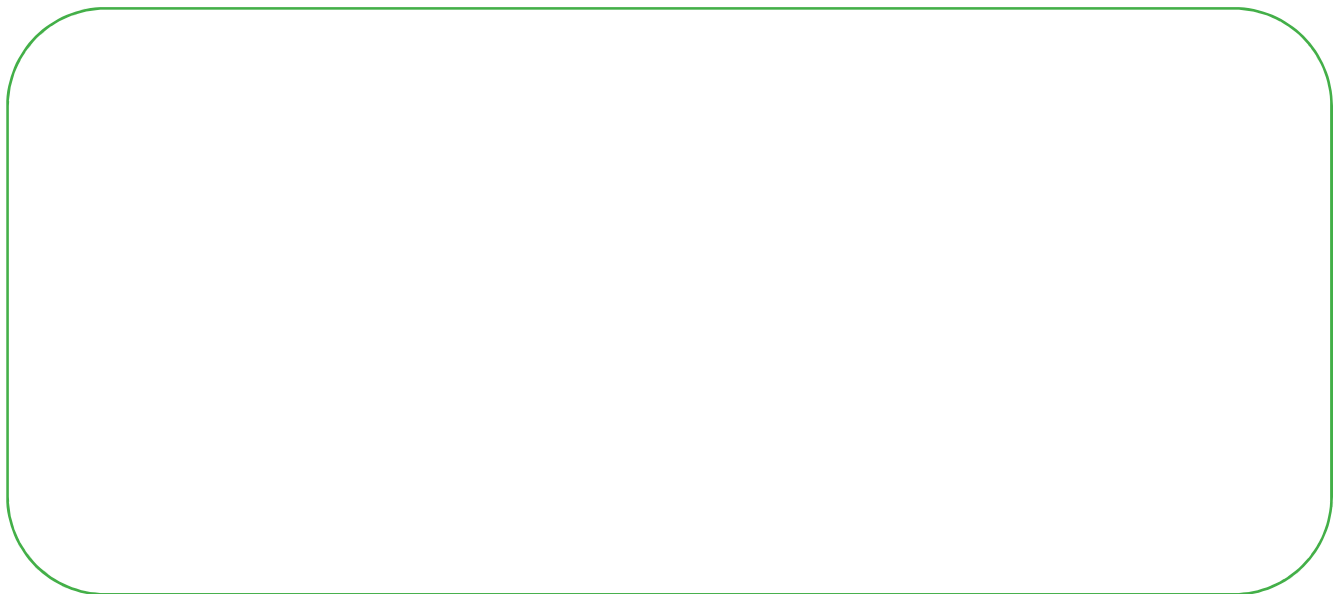
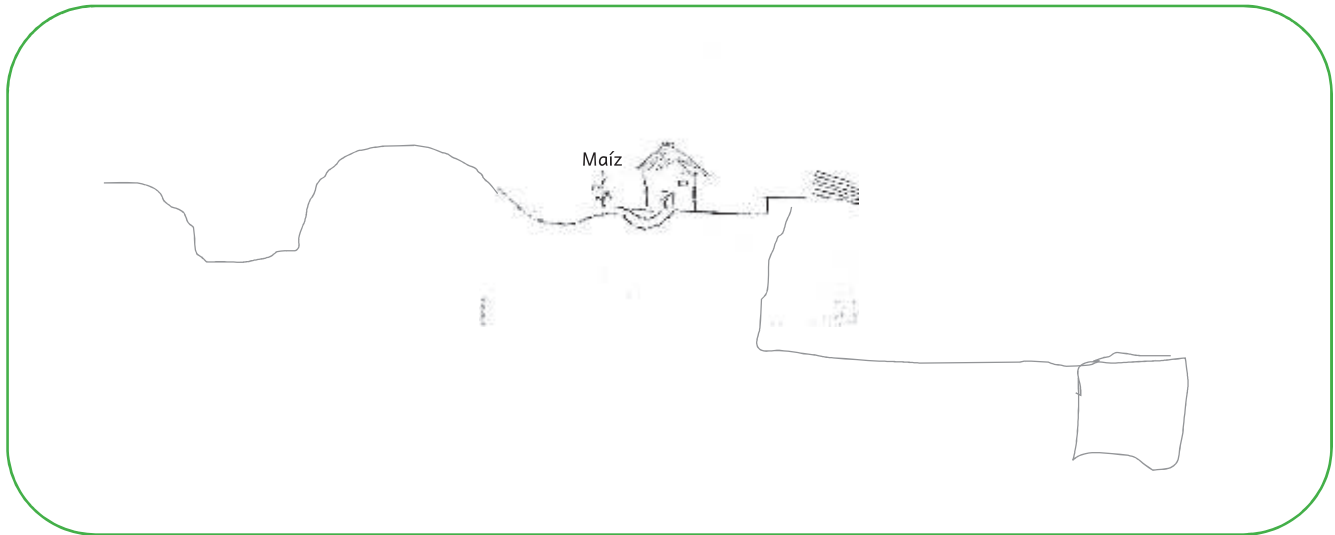
Paso 1. Después del relato La abuela con granos. Imagina de dónde vienen los ingredientes con los que se preparan los alimentos que comes en casa todos los días. Pregúntale a tu familia y cuenta tus respuestas. ¿Dónde se cultiva o produce? Tu familia ¿dónde lo consigue?

Arroz			
Huila- Tienda			
			



Paso 2. ¿Recuerdas el croquis de la reto 3? Intentaremos hacer uno nuevo, pero esta vez lo iremos dibujando paso a paso.

Empezaremos por dibujar el lugar donde preparamos los alimentos, y luego saldremos de la cocina, mientras que vayamos caminando vamos trazando el recorrido en el croquis. Haremos paradas en los lugares donde cultivamos o compramos nuestra comida y donde se encuentran los animales que tenemos. Lo dibujaremos y escribiremos lo que encontramos ahí. Mira el ejemplo.





Paso 3. Una vez trazadas las huellas de tus alimentos. Averigua con tu familia y vecinos **¿Cómo se veía antes este espacio que dibujaste?** Busca fotografías antiguas o en la memoria de tus abuelos e intenta imaginar cómo se veía antes la ruta de tus alimentos.

Aquí te compartimos algunas fotografías antiguas³ para animarte en la búsqueda.



¿Qué cosas han cambiado con el tiempo, en el lugar en el que vives? ¿Qué había y ya no hay? Antes: _____

³ Fotografías tomadas de <https://www.facebook.com/groups/573371176026071/about>



Ahora: _____

¿Qué alimentos se cultivaban antes? y ¿qué alimentos se cultivan ahora?

Antes: _____

Ahora: _____

Paso 4. Cuando miramos al pasado vemos que la siembra es una de las prácticas que no deja de existir, porque sembrar es un acto de amor por la tierra y por la propia vida⁴. Te invitamos a sembrar en tu huerta o tus plantas o semillas y compartir todas las sensaciones del **día de siembra**.

Qué saboreaste. Colorea y escribe.

⁴ Tomado de: Kutx yuwe = palabra y tul nasa / docentes de la comunidad nasa de San José de Tierradentro. – 1a. ed. – Bogotá. Ministerio de Educación Nacional, 2015. Narrado Por: Eva Arcelia Mumucué, Escrito Y Traducido Por: Carlos Alberto Pacho, Juan Carlos Pacho. Adaptado Por Natalia Caicedo



Qué viste. Colorea y escribe

Qué escuchaste. Colorea y escribe.

Qué olores sentiste. Colorea y escribe.



Qué sentiste a través de la piel. Colorea y escribe.

Qué sembraste. Colorea y escribe.

El que siembra ha recibido en sus manos una serie de sensibilidades y saberes que le permiten valorar los elementos esenciales de la vida: las semillas, el agua, el viento, el fuego, las piedras... Quien siembra no está solo, va acompañado de la familia, los animales, la comunidad, los espíritus de la naturaleza. (Palabra y tul Nasa. 2015)



Paso 5. Todos los seres vivos tenemos formas de ser, dependiendo del lugar donde estemos. ¿Reconoces o has visto alguno de los animales del dibujo⁵? Dale color, vida y cuéntanos en qué lugar lo viste, cómo era, cómo se movía, qué hace todo el día, en qué lugares vive, que características tiene ese lugar, y que peligros lo esperan. Imagina cómo es un día en la vida de este animal y cuéntanos. Intenta convertir esta historia en la letra de una canción o un cuento dibujado. Con tu maestro te compartiremos la canción **Colibrí** de Edson Velandia, para que te inspires.

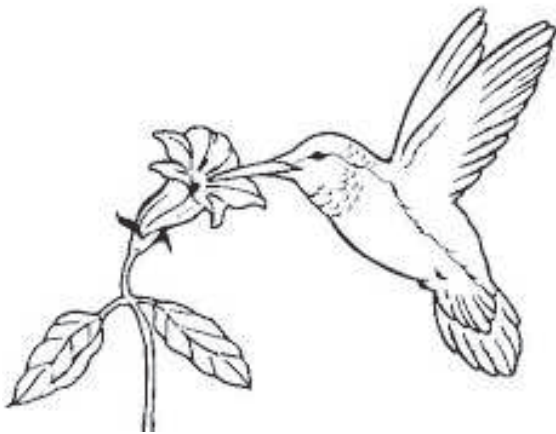
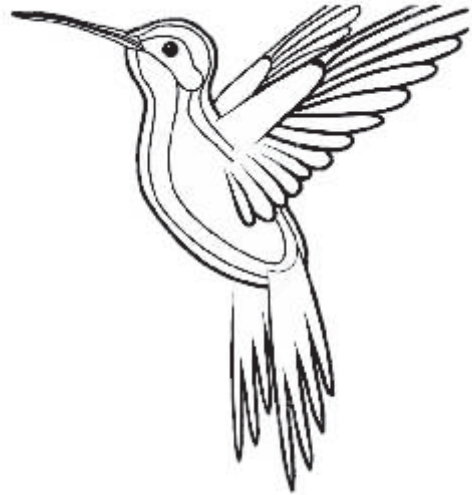


⁵ Ilustración original de Jorge Caballero. 2020.



Regalo. El colibrí como mensajero. Leyenda maya⁶

Cuentan los **mayas** que los Dioses crearon todas las cosas en la Tierra y al hacerlo, a cada animal, a cada árbol y a cada piedra le encargaron un trabajo. Pero cuando ya habían terminado, notaron que no había nadie encargado de llevar sus deseos y pensamientos de un lugar a otro.

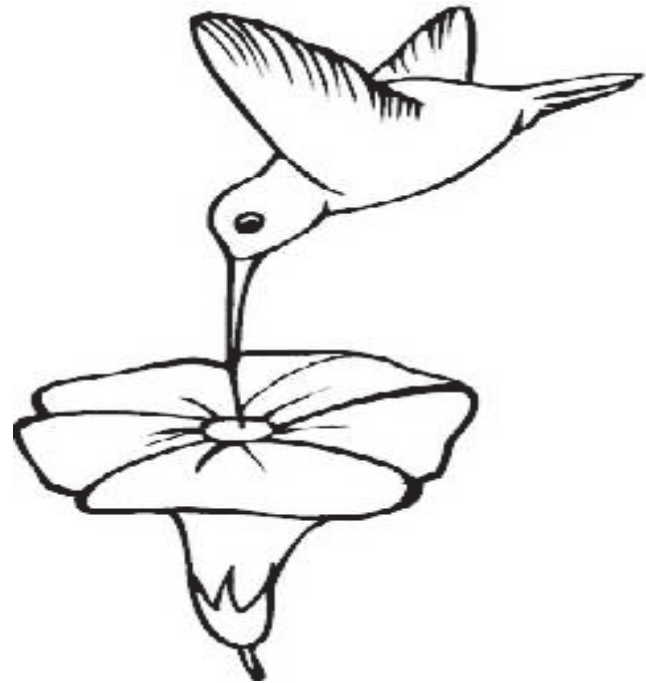


Como ya no tenían barro ni maíz para hacer otro animal, tomaron una **piedra de jade** y con ella tallaron una flecha muy pequeña. Cuando estuvo lista, soplaron sobre ella y la pequeña flecha salió volando. Ya no era más una simple flecha, ahora tenía vida, los dioses habían creado al x ts'unu'um , el

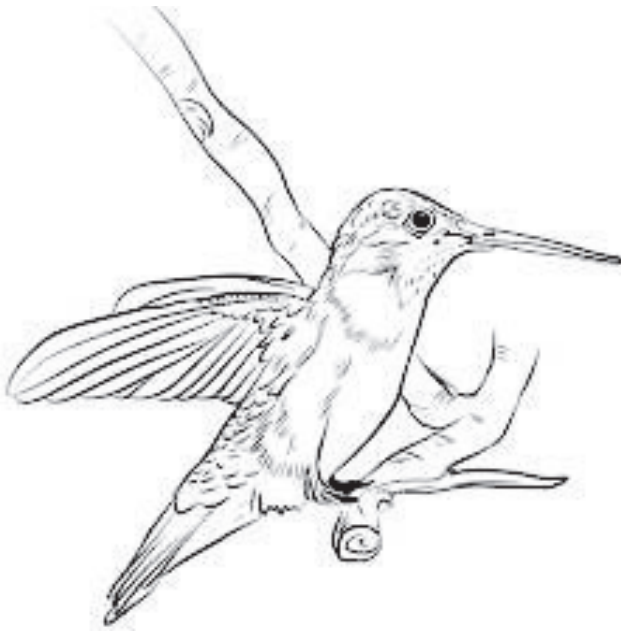
⁶ Tomado de: <https://www.guiainfantil.com/articulos/ocio/leyendas/el-colibri-leyenda-maya-para-ninos/>



Sus plumas eran tan frágiles y tan ligeras, que el colibrí podía acercarse a las flores más delicadas sin mover un solo pétalo, sus plumas brillaban bajo el sol como gotas de lluvia y reflejaban todos los colores.



Entonces **los hombres** trataron de atrapar a esa hermosa ave para adornarse con sus plumas. Los Dioses al verlo, se enojaron y dijeron: 'si alguien lo atrapa, será castigado'. Por eso es que nadie ha visto alguna vez a un colibrí en una jaula, ni tampoco en



Los Dioses también le destinaron un trabajo: el colibrí tendría que llevar de aquí para allá los pensamientos de los hombres. De esta forma, dice la leyenda, que si ves un colibrí es que alguien te manda buenos deseos y amor.



Reto seis. Alimentación sin medidas

Lo que debes investigar durante este reto ¿Cómo cuido mi territorio mientras cuido mi cuerpo?

Lo que necesitas para lograrlo Amar y cuidar tu cuerpo con buena alimentación.

Paso 1. Dibuja, cuenta y enumera las personas que hacen parte de tu familia y viven en tu casa.



Paso 2. Piensa e investiga con la persona que prepara los alimentos.

¿Cómo hace para saber **cuánto** cocinar para todos?

¿Utiliza alguna cosa para medir las **cantidades**? Por ejemplo, como sabe **qué tanta** sal o maíz o frijol poner al mote. Pregunta si utiliza algo para saber **cuánto**

Paso 3. Observa y analiza

Cuando estés ayudando en la cocina a preparar la comida. Toma un plato y un pocillo. Sirve en el pocillo cierta cantidad de agua y luego pásala al plato. Puedes hacerlo con la aromática o la bebida que te den en casa. Observa bien y responde qué pasa.

¿Es la misma **cantidad** de agua? ¿Qué ha pasado?

¿Pasa algún cambio? ¿Cuál?



- Si en tu familia te pidieran preparar aromáticas para todos cómo haces para saber **¿cuánta** agua poner a hervir y cuantas plantas echar?

Paso 4. Pregunta con tus abuelos o abuelas del lugar dónde vives

¿Qué se puede medir? **¿Qué herramientas usa o usaba para medir?** Escribe sus respuestas en este cuadro.

¿Qué se puede medir?	¿Qué herramientas usa o usaba para medir?
Tiempo	El Canto de las aves.

Paso 5. Experimenta. Te invitamos a preparar una vitamina casera para subir las defensas del cuerpo.

Ponle un nombre a esta bebida _____



Necesitaras...

Cantidad	Medida	Producto	Dibujo
1	Puñado	Espinaca fresca	
1	Plato sopero	Mora	
1	Plato sopero	Uva pequeña, bien moradita	
1	Pedazo	Arracacha	
1	Pedazo	Hígado	
	Al gusto	Panela	
8	Vasos	Agua	

¿Cómo se prepara?

Se pone al fogón una olla y se le echan todos los ingredientes: agua, mora, uva, espinaca, hígado, arracacha y panela al gusto. Se deja hervir, hasta que queden 4 vasos, cuando llegemos a esa cantidad, se deja enfriar, se licua y se sirve en un vaso.

Y a disfrutar de esta rica bebida. Después de tomarla nos cuentas.



Paso 6. Resuelve.

- ¿Con qué cantidad de agua empezaste a preparar la vitamina y qué cantidad quedó al final?

Cantidad inicial	Cantidad final

- ¿Para cuántas personas te alcanza la bebida? _____
- Si tuvieras que preparar esta vitamina para 30 personas ¿Qué cantidades de cada producto necesitarías? ¿Cambia la medida? Completa el cuadro.

Cantidad	Medida	Producto	Dibujo
		Espinaca fresca	
		Mora	
		Uva pequeña, bien moradita	
		Arracacha	
		Hígado	
		Panela	
		Agua	



Te cuento.

Esta vitamina sirve para subir de manera eficaz los glóbulos rojos y ayuda al cuerpo a tener muchas defensas contra enfermedad. También, sirve para cuidarse de la anemia, la fiebre, la gripa, el decaimiento, y ayuda al cerebro porque alimenta las neuronas.

Regalo. Te regalamos las imágenes de estas plantas para que sepas que éstas, te pueden ayudar a cuidar tu salud en este tiempo. Pregunta en tu casa alguna preparación alimenticia, medicinal o de higiene con alguna de ellas y comparte la receta indicando las cantidades y medidas que te digan.



Nombre de la Receta: _____



Cantidad	Medida	Producto	Dibujo



Para saber más



Conceptos nuevos.

Conservar: Distintas maneras que existen para impedir el daño que las actividades del ser humano ocasionan a la madre naturaleza, a sus plantas y animales.

Laguna: Guarda agua generalmente dulce, no es tan grande, ni profunda. Al ser poco profundas suelen ser sitios donde crece mucha vegetación y albergan variedad de animales.

Lago: Los lagos son cuerpos de agua, en su mayoría dulces, que pueden ser muy grandes. El agua de los lagos, puede provenir tanto de ríos y rieras, como de aguas subterráneas o la lluvia. Pero no solo tienen una entrada de agua, también tienen salidas en forma de ríos o salidas al mar, por lo que el agua nunca está estancada, sino que hay corriente, aunque muchas veces no se vea.

Ojos de agua: Es un manantial nace en un hueco, o sobre algún pozo.

Páramo: El páramo es un ecosistema de clima frío, con predominio de vegetación tipo matorral como sabana y frailejón. Es muy importante para la producción y conservación del agua.

Khabu maji e. Es un espacio posee el cabildo para trabajar con todos los comuneros no pasa más de 20 hectáreas (en algunos casos).

Parcela Es un espacio muy pequeño que no pasa de 2 a 3 hectáreas donde trabaja la familia.

Huerta o tul Es un espacio de tierra que queda al lado de la casa donde vive cada familia, allí se pueden encontrar muchas especies de plantas alimenticias y medicinales (en algunos casos no siempre está al lado de la casa).



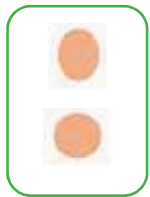
Ortografía

Los signos de puntuación son los signos que se utilizan en la escritura y que nos ayudan en su comprensión. Son el punto, la coma, el punto y la coma, los dos puntos, el signo de interrogación y el signo de exclamación.

Signos de interrogación: ¡? Son signos ortográficos dobles que se utilizan para indicar que un enunciado se transforma en una pregunta. Interrogar, significa, precisamente, preguntar. Se escriben al inicio (¡) y al final de la oración (?)



Punto: En el aprendizaje de la lectura y la escritura indica el fin de una oración. En aquellos lugares donde encuentres puntos, por favor coloréalos con color rojo.



Dos puntos: Indican una aclaración. Están llamando la atención para explicar, dar un ejemplo o un significado. En aquellos lugares donde encuentres dos puntos, por favor coloréalos con color rojo.



Puntos suspensivos: Son tres puntos seguidos que indican que no se ha concluido una frase y que además dejan en espera a quien está leyendo una historia.

En aquellos lugares donde encuentres puntos, por favor coloréalos con color rojo.



Coma: Se utiliza para separar elementos o frases dentro de la oración. En aquellos lugares donde encuentres puntos, por favor coloréalos con color rojo.



Medidas en el pueblo Nasa⁷

El Nasa siempre tuvo sus herramientas de medida, como el plato, o las jigras de distintos tamaños; ahora para comerciar los productos la mayoría mide con la herramienta de afuera que es la balanza romana o el peso. Aquí unos ejemplos de medidas propias.

Término en Nasayuwe	Termino en castellano	Ejemplo
Teeç nxinx	Un grano (de semilla)	Teeçx Kutx nxinx Un grano de maíz
Tee diçh	EL huevo de coca	Tee diçh êsx Un huevo de coca
Tee kuse	Un manojo	Tee kuse kaka Un manojo de papa
Puuz ya' ja	La jigra pequeña	Puuz ya' ja mtus Cargue en la jigra pequeña
Ya' ja çxpil	La jigra mediana	Ya' ja çxpil/te Kutx masx Eché maíz en la jigra mediana
Ya' ja te'de	Jigra expandible	Ya' ja te'dete phethe mak Ponga mexicano en la jigra expandible
Tee tmin ya' ja	La jigra grande	Tee tmin ya' jate Kutx masx Ponga maize n la jigra grande.

⁷ Tomado de Caicedo, N., Guegia, G., Parra, A., Guegia, A., Guegia, C., Calambas, L., Castro, H., Pacho, C., & Diaz, E. (2008). Matemáticas en el mundo Nasa (N. Caicedo & A. Parra Eds.). Bogotá, Colombia: CIIIT.



Recetas para compartir en comunidad

Caldo de arracha y Yota. Para subir defensas.

Ingredientes:

- 1 pollo de campo.
- 4 dientes de ajo
- 4 ramas de tomillo
- 4 ramas de orégano
- 2 libras de arracacha
- 2 libras de yota o (äsx)
- 4 ramas de cilantro
- Sal al gusto
- 1 libra de papa
- 1 zanahoria
- 1 puñado de espinaca.

Preparación.

Primero se arregla el pollo. Se pone la olla con suficiente agua y se echan los aliños como ajo machacado con sal, tomillo y orégano. Se agrega sal al gusto, se pone a hervir con el pollo y luego se hecha la papa, arracacha, zanahoria y yota rayada.

Este caldo sirve para subir defensas y aporta a la parte de fuerza y también cuando tiene debilidad, anemia, anorexia y desnutrición. Pero también sirve para la parte de subir ánimos este caldo mandan a dar también cuando hacen pulso a cualquier persona, cuando tienen bajo apetito y esto ayuda un 100 % a que las personas se recuperen.



Para seguirte cuidando

Te invitamos a recortar el cartel que está en la página siguiente y colocarlo en un lugar visible de la casa. Para que entre todos nos cuidemos.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN COVID 19



PROGRAMA DE SALUD
YAQ'A K'AXAW



Consejo de Organizaciones Comunitarias Indígenas



NACION DE AWASITZA
NAPA CH'AYAN

¿Cómo lavarse las manos?

- 

1 Mójese las manos con agua.

Deposite en la palma de la mano una buena cantidad de jabón.
- 

2 Frótese las palmas de las manos entre sí.

Frótese la palma de la mano derecha contra la parte de arriba de la mano izquierda entrelazando los dedos.
- 

3 Frótese las palmas de las manos entre sí con los dedos entrelazados.

Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, asegurándose los dedos.
- 

4 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y laterales.
- 

5 Enjuague las manos con abundante agua. Séquese las manos con una toalla desechable.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN

- 

1 Frótese la palma de la mano derecha contra la parte de arriba de la mano izquierda entrelazando los dedos.

Recomendaciones
 Tome su Tónico Ajiaco y téngalo con usted siempre. Consuma alimentos ricos en proteínas desde Huevo (Egg), Jamón, o queso, zanahoria, arveja, papaya, de cocido de agua, Jorba lechero y sus derivados.
- 

2 Cúbrase la nariz y la boca al toser o estornudar con la parte interna del codo.

Nota
 Evite el papallo, amaranfo, ranfresa o calabazas crudas, cilantro y semillas de alfalfa y coqui.

- 3** Evite el contacto directo que sea 5 metros, con personas con síntomas de resaca o gripa.



5 METROS

Síntomas

dolor de garganta, tos seca y fiebre 38° o mayor.
 Dificultad para respirar (en casos graves)

Nota
 Si no tiene síntomas respaldados en análisis tapabocas y que es un vehículo para los gérmenes. Si presenta síntomas respiratorios utilice tapabocas y admétilo cada tres horas. Luego deséchelo.



Para conversar con tu familia y tu maestro (a)

Mientras resolvías estos retos tuviste la posibilidad de seguir despertando habilidades conocimientos y saberes:

¿Cuáles habilidades consideras que has desarrollado durante los retos?

¿Cuáles conocimientos y saberes consideras que has logrado durante los retos?

¿Cómo te sentiste mientras resolvías los retos? ¿Quieres seguir siendo un investigador o investigadora?

¿Qué más te gustaría saber?



Diccionario

Signo: Es la imagen mental que nos hacemos de una palabra cuando digo casa me imagino



Croquis: Es un dibujo sencillo en el que se representa una información de un lugar.

Hectárea: La hectárea (ha) es una unidad de medida de superficie que equivale a 10 000 metros cuadrados (m²)

Medir: Acto de comparar una cantidad de algo con una unidad de medida, en donde se establece cuántas veces esta unidad ocupa un lugar dentro de dicha cantidad.

Mapa: Los **mapas** son una representación del planeta Tierra y sirven **para** entender las características de un lugar. Por ejemplo, **para** saber dónde se encuentran los diferentes continentes, mares, ríos y lagos, llamados accidentes geográficos, o los países y sus fronteras.

Piedra de jade: Representa el conocimiento y la buena fortuna, ha sido considerada una piedra sagrada por antiguas culturas, por ejemplo, en la antigua china se utilizaba mucho un jade para hacer altares y rituales, llegándose a encontrar en las tumbas de las personas chinas de clase alta.



Referencias

Borrador de la norma SEIP construida por los delegados indígenas en la CONTCEPI. Año 2019

Secundaria Activa, Ministerio de Educación Nacional. Recuperado de:
https://www.mineducacion.gov.co/1759/w3-article-340094.html?_noredirect=1

<https://www.freepik.es/fotos-vectores-gratis/oregano>

<https://es.dreamstime.com/rama-verde-de-la-menta-t-herb-theme-ejemplo-realista-pintado-mano-aislado-del-dibujo-hierbabuena-o-marcador-planta-bot-nica-dise-image145949928>

<https://thumbs.dreamstime.com/b/sistema-del-vector-de-la-ortiga-coloreada-exhausta-mano-ejemplo-coloreado-exhausto-acci%C3%B3n-151791438.jpg>

<https://thumbs.dreamstime.com/b/ejemplo-de-la-acuarela-las-ramitas-y-flores-del-tomillo-con-trayectorias-recortes-102083284.jpg>

<https://es.dreamstime.com/stock-de-ilustraci%C3%B3n-mora-de-la-acuarela-image55671195>

https://payload.cargocollective.com/1/10/328224/12623445/panela_709.jpg

<https://thumbs.dreamstime.com/z/colibri-o-colibr%C3%A9s-para-el-logotipo-ic%C3%B3n-camiseta-mascota-ejemplo-del-vector-cartel-99122843.jpg>

Ma'wê kaapiya'jakxtha'w kwe'sx
fxi'zenxi's û'skiwe'weixate

Pedagogía, vida y territorio



Secretaría de
Educación y Cultura



CIIT
Centro Indígena de
Investigaciones
Interculturales
de Tierradentro

*Todos los derechos reservados
Se puede reproducir siempre que se cite la fuente*

©

