

KILÓMETROS DE SOLIDARIDAD



Save the Children

Guía didáctica. Edición 2021-22 de la carrera escolar Kilómetros de Solidaridad.



18ª Edición
Kilómetros
de Solidaridad



Esta guía se basa
en los ODS

DOSSIER

Os presentamos la guía didáctica de la 18ª edición de Kilómetros de Solidaridad. Una herramienta pedagógica para trabajar en el aula junto a tus alumnos y alumnas, que te facilitará la sensibilización y el trabajo de educación en valores y hará que la carrera se convierta en un proyecto educativo y solidario más completo.



Edición:

Nieves García, Marisol Paniagua
y Sara Adrián

Colaboración:

Marisa Ortega del Val

Arte y maquetación:

Germán Gullón (VALBHY)

1. PRESENTACIÓN

¡Bienvenidos/as y gracias por participar en Kilómetros de Solidaridad! Esta guía didáctica os ayudará a dar un enfoque participativo, de convivencia y solidario a vuestra carrera.

Primero, encontraréis un poco de historia de la carrera solidaria de Save the Children, ya que nuestro proyecto escolar cumple dieciocho años; a continuación, aterrizaremos con información sobre la zona donde llegará toda vuestra ayuda y la de todos los centros educativos participantes: Cuerno de África. Una región donde el conflicto y el cambio climático, sumado a la crisis sanitaria por la COVID-19, han provocado una devastadora hambruna, especialmente en los niños y niñas, en la cual profundizaremos contándoos por qué estamos viviendo una situación de emergencia como nunca antes se ha visto. Millones de niños y niñas sufren falta de alimentos, lo que supone altos índices de desnutrición en menores de cinco años.

Esta guía viene acompañada de propuestas de actividades didácticas para trabajar en el aula adaptadas a las diferentes etapas educativas; cada una de ellas irá centrada en un ODS (Objetivo de Desarrollo Sostenible) distinto para que podáis trabajar con vuestros alumnos y alumnas las diferentes temáticas que tratan.

Asimismo, dispondréis de material audiovisual que podréis encontrar en la web y que ayudará a que vuestro alumnado se sensibilice y aprenda sobre la realidad que viven otros niños y niñas como ellos.

Esperamos que os sea de utilidad.



Más información en
savethechildren.es/desnutricion-coles

2. NUESTRA CARRERA SOLIDARIA SE HACE MAYOR, KILÓMETROS DE SOLIDARIDAD CUMPLE 18 AÑOS

Desde que se inició el proyecto en 2004, cada curso cientos de centros educativos se han sumado para correr por la defensa de los Derechos de la Infancia, y Kilómetros de Solidaridad no ha dejado de crecer. Cada año que pasaba se sumaban más alumnos, profesores y familias que han convertido nuestra carrera, la carrera de todos y todas vosotras, en la carrera solidaria escolar más longeva y con mayor número de niños y niñas participantes de todo el país.

Daba igual si cada vez eran más apretados los currículos, o si vivíamos una severa crisis que dificultaba realizar el día a día con normalidad. Kilómetros de Solidaridad tenía su hueco en el calendario escolar porque la solidaridad siempre ha sido un valor que se trabaja en los colegios y va cobrando fuerza con los años, y porque el profesorado no se olvida de que hay contenidos como la convivencia, el compromiso o la ciudadanía que deben estar siempre presentes.

Hemos preparado esta edición con más ilusión y esperanza que nunca porque sabemos que no venimos de unos tiempos fáciles y, aunque nos queda un poco más de esfuerzo por hacer, nos merecemos recuperar el reunirnos, las celebraciones y los días especiales, muchos de ellos teniendo la carrera solidaria un protagonismo especial.

Gracias por celebrar junto a nosotros la mayoría de edad de Kilómetros de Solidaridad.

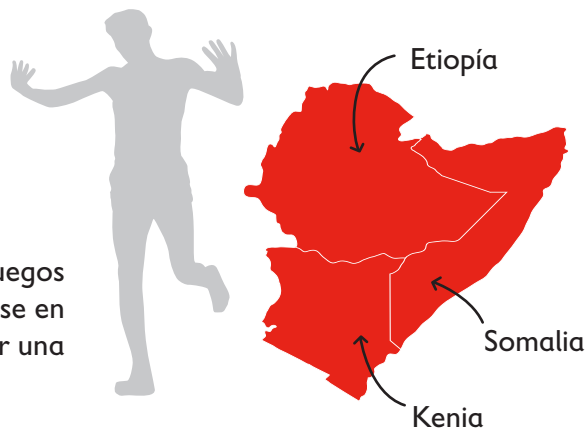


savethechildren.es/kilometros-cumple18

3. ¿QUÉ SABES DEL CUERNO DE ÁFRICA?

Etiopía es una potencia mundial...

en atletismo: Abebe Bikila, en 1960 en los Juegos Olímpicos de Roma, ganó la maratón, convirtiéndose en el primer atleta etíope y el primer africano en ganar una medalla de oro en los Juegos Olímpicos.



A mediados de los años 70...

fueron descubiertos en la región de Afar, Etiopía, los restos de un homínido *Australopithecus afarensis* de hace más de tres millones de años, la famosa Lucy.

Se dice de Somalia...

que es una nación de poetas; han desarrollado una tradición oral de poesía y narración de cuentos, que se ha transmitido oralmente a lo largo de las generaciones.



La keniana Wangari Maathai...

fue la primera mujer africana en ganar el premio Nobel de la Paz.

Estos son solo algunos datos sobre la región a donde irá destinada la ayuda que consigáis con la realización de la carrera. A continuación, os contamos aspectos geográficos, climáticos y sociales para que podáis entender mejor por qué es necesario todo nuestro apoyo a los niños y niñas que viven allí.

¿DÓNDE ESTÁ EL CUERNO DE ÁFRICA?

La parte oriental del continente africano, debido a su característica forma, es conocida como Cuerno de África; Eritrea, Etiopía, Somalia, Yibuti, Kenia, Sudán, Sudán del Sur y Uganda son los países integrantes de esta región. La situación geográfica de esta área ha hecho que su importancia estratégica sea muy grande, pues pasan por sus costas gran parte de las rutas marítimas comerciales y petrolíferas. Todo esto genera conflictos y alta inestabilidad sociopolítica en algunas zonas.



¿CUÁNTAS PERSONAS VIVEN ALLÍ?

Etiopía es el segundo país más poblado de África con alrededor de cien millones de habitantes, solo por detrás de Nigeria; estas cifras suponen, además, el 80% de la población del Cuerno de África, una región muy extensa donde la densidad de población es muy baja.

¿CUÁL ES SU CLIMA?

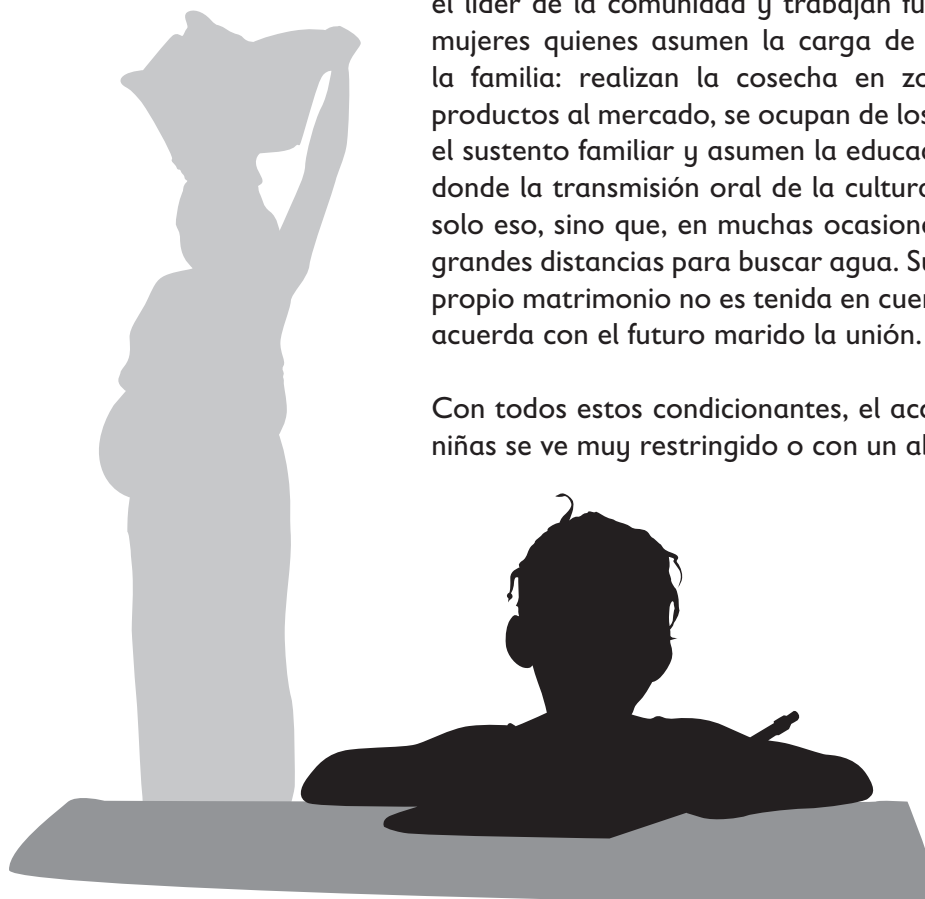
El clima de estos países, en su mayoría tropical y árido, condiciona gran parte de su vida, pues al ser la mayoría de la superficie desértica con muy pocas lluvias, la poca agricultura que tienen y la ganadería, se ve afectada enormemente por las épocas de sequía. Por comparar las precipitaciones con las de España, los únicos lugares similares serían Almería y Las Palmas.



¿CÓMO SE ORGANIZA LA SOCIEDAD?

La sociedad está dividida en grupos étnicos que se organizan, a su vez, en clanes patriarcales; hay incluso grupos que siguen siendo nómadas, desplazándose con sus rebaños en busca de agua y alimentos. Los hombres desempeñan el papel de responder ante el líder de la comunidad y trabajan fuera de casa, pero son las mujeres quienes asumen la carga de los cuidados del hogar y la familia: realizan la cosecha en zonas agrícolas, llevan los productos al mercado, se ocupan de los animales que tienen para el sustento familiar y asumen la educación y crianza de los hijos, donde la transmisión oral de la cultura es fundamental. Pero no solo eso, sino que, en muchas ocasiones, tienen que desplazarse grandes distancias para buscar agua. Su opinión al respecto de su propio matrimonio no es tenida en cuenta, pues es el padre quien acuerda con el futuro marido la unión.

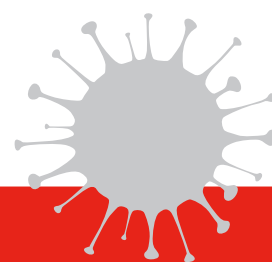
Con todos estos condicionantes, el acceso a la educación de las niñas se ve muy restringido o con un abandono temprano.



¿POR QUÉ NOS NECESITAN EN CUERNO DE ÁFRICA?

A pesar de ser una zona con un gran potencial humano, millones de niños y niñas no pueden ni soñar con un futuro en el que puedan llegar a ser profesores, médicos, poetas, científicos o atletas porque las consecuencias de la desnutrición son catastróficas.

La pobreza extrema que viven debido a las hambrunas provocadas por las sequías cíclicas, los conflictos y ahora, todo ello, elevado por la pandemia de la COVID-19, los sitúa entre los países más pobres en el Índice de Desarrollo Humano. En esta región, se estima que trece millones de personas necesitan ayuda humanitaria urgente.



4. ESTAMOS ANTE LA MAYOR CRISIS MUNDIAL DE HAMBRE DEL SIGLO XXI



En el mundo hay

5,7 millones

de niños y niñas menores de 5 años que mueren de hambre

¿POR QUÉ NO SOLO ES SUFICIENTE TENER ALIMENTOS PARA SOBREVIVIR?

- 1 Asegurarse de que los niños y niñas tengan suficientes alimentos nutritivos para comer es vital para prevenir daños a largo plazo. El hambre es la forma en que el cuerpo indica que se está quedando sin comida y necesita energía.
- 2 Un hambre constante y frecuente puede conducir a la desnutrición, que es el resultado de una ingesta insuficiente de alimentos nutritivos y enfermedades infecciosas de forma repetida.
- 3 La desnutrición se muestra en aspectos como ser demasiado bajo para la edad, extremadamente delgado para la altura y deficiencia de vitaminas y minerales. También pueden tener edema nutricional, caracterizado por pies, cara y extremidades hinchadas.
- 4 La desnutrición aguda grave es una de las principales causas de muerte en los niños menores de cinco años, y su prevención y tratamiento son fundamentales para la supervivencia y el desarrollo infantil. Estas muertes pueden ser el resultado directo de la desnutrición en sí, así como el resultado indirecto de enfermedades infantiles como la diarrea y la neumonía, las cuales los niños y niñas desnutridos no son capaces de superar.



¿LA DESNUTRICIÓN SE CURA?

La consecuencia de una desnutrición crónica es retraso del crecimiento, que es la incapacidad para crecer física y cognitivamente, y suele durar **toda la vida**.

A corto plazo, los niños con desnutrición aguda grave necesitan un tratamiento urgente que les salve la vida. Con la creación de **alimentos terapéuticos** listos para usar (**Plumpy Nut**), el panorama ha mejorado considerablemente.

Este tratamiento de la desnutrición aguda grave es la última oportunidad para salvar la vida de miles de niños, pero no sustituye la promoción del acceso equitativo a alimentos nutritivos, el fin de la pobreza y el apoyo a otras intervenciones que pueden prevenir la desnutrición antes de que comience.

Los trabajadores de salud comunitarios detectan de forma temprana casos de desnutrición aguda grave gracias a la **medición de la circunferencia del brazo superior con el MUAC**, y prestan atención médica.

Estas intervenciones conducen a:

- mejores tasas de supervivencia y al tratamiento de muchos más niños,
- que las propias comunidades con poca ayuda gestionen los tratamientos
- y que resulte más económico que el tratamiento hospitalario.



Poner fin a la desnutrición aguda es un desafío social y político. La prevención y las soluciones a largo plazo requieren el compromiso de la comunidad internacional y local para promover cambios sostenibles relacionados con el acceso a los servicios de salud, prácticas de alimentación y aporte de agua y saneamiento.

En el caso de las niñas, encontramos que el progreso para garantizar el acceso a la salud y los derechos sexuales y reproductivos se encuentra en riesgo debido al aumento de ataques organizados contra los derechos de las mujeres y las niñas. Cuarenta y siete millones de mujeres y niñas perderán acceso a los métodos anticonceptivos modernos, y esto ocasionará siete millones más de embarazos no deseados. Muchos de estos embarazos serán de alto riesgo en adolescentes.

PLUMPY NUT

Plumpy nut es una pasta enriquecida con micronutrientes de alta energía que se usa para tratar a niños menores de cinco años con desnutrición aguda severa. No necesitan cocinarse ni prepararse antes del consumo, lo que los convierte en una solución práctica donde las instalaciones para cocinar y el combustible son limitados. Permiten que los niños sean tratados en sus propios hogares y comunidades.

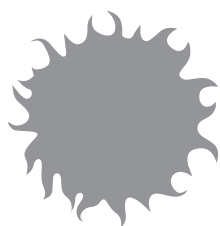


5. HOY LA SUPERVIVENCIA INFANTIL ESTÁ EN RIESGO COMO NUNCA ANTES HEMOS VISTO

¿POR QUÉ HAY MÁS HAMBRE AHORA QUE ANTES?

Después de un año desde que se iniciara la crisis sanitaria por la COVID-19 **continuamos viviendo conflictos y consecuencias de crisis climáticas**. Niños y niñas de todo el mundo se enfrentan a su propia crisis, la cual les afecta mucho más directamente. Mientras que la mayor parte de la población está vacunándose contra el coronavirus para recuperar su vida normal, millones de niños y niñas mueren de hambre. Los niveles de hambruna ya alcanzaban cifras récord antes de la pandemia y hoy en día amenazan con un aumento exponencial.

Dos de los principales impulsores que causan esta tendencia son el cambio climático y los conflictos, sumándose en este último año el virus COVID-19. Estos problemas globales requieren de un gran compromiso por parte de los líderes mundiales para poder combatirlo eficazmente.



1. Cambio climático

El aumento de temperatura provoca más intensidad y frecuencia de los fenómenos meteorológicos extremos (tormentas, incendios, inundaciones, sequías...). Estos desastres naturales se han triplicado en los últimos años.



Las inundaciones destruyen cultivos, al igual que las altas temperaturas. Muchísimas personas, en algunas de las regiones más pobres del mundo dependen de la agricultura para sobrevivir y la falta de lluvias impacta en la producción correcta de sus alimentos y empeora su valor nutricional.



Los países del Cuerno de África solían experimentar un año de sequía grave, cada diez años, pero solo en la última década han experimentado al menos tres.

Los países del Cuerno de África

han experimentado al menos tres sequías graves en la última década.

2. Conflicto

Más del 60% de las personas más hambrientas del mundo viven en zonas de conflicto, y las peores crisis alimentarias son provocadas por ellos.

El conflicto desarraiga familias, destruye economías, arruina la infraestructura y obstaculiza la producción agrícola. En la actualidad, **82,4 millones de personas se han desplazado de sus hogares**, más que en cualquier otro momento de la historia.

Los niños que viven en una zona de conflicto tienen más del doble de probabilidades de sufrir desnutrición que los niños que viven en un entorno pacífico, y cuatro de cada cinco niños con retraso en el crecimiento viven hoy en países afectados por guerras.



Más de 82,4 millones de personas
se han desplazado de sus hogares



3. Covid-19

La ayuda humanitaria también se verá afectada por las consecuencias de la COVID-19; se estima que llegue a duplicarse el número de personas con hambre grave hasta cientos de millones.

Debido al cierre de fábricas los precios de los alimentos se dispararon y el precio de la comida era inasequible para millones de personas. Los retrasos en la temporada agrícola y las restricciones para poder acudir a trabajar han dado como resultado cosechas por debajo del promedio en muchos países y regiones.

Se han perdido cientos de millones de puestos de trabajo debido a cuarentenas, restricciones de viaje y otras medidas de bloqueo. Se espera que las pérdidas de ingresos supondrán un impacto devastador para las comunidades más pobres y vulnerables.

Igualmente, debido a los impactos económicos de la pandemia, se prevé que las cifras de matrimonios infantiles asciendan de manera drástica. Esto significa que 2,5 millones adicionales de niñas estarán en riesgo de contraer matrimonio forzoso en los próximos cinco años.

El cierre de escuelas debido a esta crisis sanitaria mundial ha tenido un gran impacto en el acceso de muchos niños a suficientes alimentos. A principios del 2021, 370 millones de niños tenían como fuente principal de su nutrición diaria la comida escolar. Hoy se han perdido el 40% de esos programas de alimentación en colegios.

Este duro golpe en las escuelas y en la educación, como siempre, ha repercutido peligrosamente en las niñas: ha aumentado el riesgo de violencia, de inseguridad alimentaria y financiera, y se prevé hasta un millón adicional de embarazos en las adolescentes.



El 40%
de los programas
de desnutrición se
han perdido hoy en
los colegios

6. NO EXISTE UNA VACUNA PARA EL HAMBRE, PERO HAY UNA SOLUCIÓN SI ACTUAMOS AHORA

NUESTRA RESPUESTA

Nuestra respuesta a las crisis alimentarias tiene como objetivo salvar vidas y prevenir el hambre generalizada a corto plazo, al tiempo que aplicamos soluciones a largo plazo y sistemas más resilientes para futuras crisis. Nuestro trabajo se estructura en torno a estos tres pilares fundamentales:



Mantener los servicios esenciales de salud y nutrición

- Acceso gratuito para toda la población a los servicios esenciales de salud y nutrición como, por ejemplo, el tratamiento de la desnutrición y los programas de vacunación.
- Protección y apoyo a los trabajadores comunitarios de la salud.



Proteger, promover y apoyar la lactancia materna y la alimentación complementaria para bebés y los niños más pequeños

- El inicio temprano, la lactancia materna exclusiva y la lactancia materna continua después de los seis meses, y la alimentación complementaria salvan vidas y protegen contra muchas infecciones.



Proteger la capacidad de las familias para acceder a alimentos nutritivos, incluso a los medios de subsistencia

- Acciones rápidas para proteger la seguridad alimentaria y los medios de vida (agricultura y ganadería).
- Garantizar el acceso a alimentos sanos y nutritivos apoyando a las familias y comunidades más afectadas.
- Apoyo a los ingresos y las medidas de protección social para evitar que las familias pasen hambre, como, por ejemplo, transferencias en efectivo o formación a las madres sobre hábitos de alimentación nutritiva.



Proteger a las más vulnerables, las niñas: desde Save the Children ejecutamos programas y campañas para abordar el creciente riesgo de violencia de género contra las niñas

- Incluido el matrimonio forzado, apoyando los derechos de las niñas a la educación, la salud y el empoderamiento para que puedan participar en la toma de decisiones desde su ámbito más próximo al más global.





PROPUESTAS DIDÁCTICAS

La educación en valores y derechos es un soporte educativo primordial en las acciones diarias y cotidianas de los centros escolares, pues los valores guían el comportamiento y construyen la propia personalidad, por lo que consideramos que deben trabajarse las experiencias positivas en torno a los valores desde el nacimiento, siendo parte imprescindible del proceso educativo.

La siguiente **propuesta didáctica de actividades** os ayuda, en este sentido, a adaptar los valores humanos al currículo escolar a través de experiencias educativas y a transmitir a vuestro alumnado la situación que viven miles de niños y niñas en el Cuerno de África, zona a la cual irá destinada la ayuda que obtengáis por la **carrera solidaria**.

Además, este año estamos de celebración, Kilómetros de Solidaridad se hace mayor de edad, por lo que en algunas actividades os invitamos a que las compartáis en redes con el hashtag #KilometrosCumple18 para que llegue a más gente y los chicos y chicas puedan conseguir más patrocinadores para sus kilómetros solidarios.

Hemos combinado los Objetivos de Desarrollo Sostenibles, la educación en valores y los Derechos de la Infancia para confluir en las siguientes “temáticas clave”:

1. Hambre Cero y justicia
2. Salud y bienestar
3. Educación y desarrollo
4. Igualdad de género
5. Solidaridad y participación
6. Ciudadanía global y derechos

Para cada una de las “temáticas clave” os presentamos una actividad didáctica apoyada en la realidad social que trabajamos desde Save the Children en el Cuerno de África y con propuestas de adaptación dirigidas a cada etapa educativa: infantil, primaria y secundaria.



La propuesta didáctica combina los siguientes objetivos

- Facilitar la reconstrucción del proceso personal de valores.
- Favorecer la participación en planes de acción en favor de las personas y el planeta.
- Promover un aprendizaje activo donde tomar parte de la realidad social y mundial.

Los contenidos

Los contenidos de cada una de las temáticas claves parten de valores propios de una sociedad plural donde el respeto mutuo, la responsabilidad, la igualdad, el diálogo, la solidaridad y la resolución pacífica de los conflictos son elementos transversales que preparan al alumnado para la ciudadanía global y participativa. Los Objetivos de Desarrollo Sostenibles como plan de acción mundial en favor de las personas, del planeta y la prosperidad, deben ser una guía de las decisiones de los gobiernos y la sociedad, y en nuestro caso, son guía de la comunidad educativa.

Los días mundiales

Por último, destacar la celebración de los días mundiales, pues señalan la importancia de problemas sin resolver y sensibilizan para que actuemos y formemos parte activa de la realidad social y mundial. Algunas de estas actividades pueden completar vuestras programaciones más allá de la celebración de Kilómetros de Solidaridad:

OCTUBRE

- 11. Día internacional de la niña
- 16. Día mundial de la alimentación
- 17. Día mundial de la erradicación de la pobreza

NOVIEMBRE

- 20. Día de los Derechos de la Infancia
- 25. Día internacional de la eliminación de la violencia contra la mujer

DICIEMBRE

- 10. Día de los Derechos Humanos

ENERO

- 30. Día de la paz

MARZO

- 8. Día de la mujer
- 22. Día mundial del agua

ABRIL

- 6. Día internacional del deporte para el desarrollo y la paz
- 7. Día mundial de la salud
- 22. Día internacional de la Tierra

MAYO

- 25. Día de África

JUNIO

- 5. Día mundial del Medioambiente





Hambre Cero y justicia

«LOS COLORES DEL HAMBRE»

EXPLICACIÓN

El profesor/a lee las siguientes frases para mostrar a sus alumnos que la palabra «hambre» tiene colores y olores diferentes:

- Paco es malagueño, le gusta el olor a mar y cuando tiene hambre corre a su casa a por un bocadillo.
- Cocorina es una gallina, le gusta el olor a pueblo y cuando tiene hambre busca los granos de maíz.
- Sahra es de Somalia, le gusta sentarse junto a su madre a escuchar historias y cuando tiene hambre muchas veces no tiene comida.

Pondremos color a la justicia, evidenciando la escasez de alimentos básicos en las poblaciones con menos recursos; para ello, sacamos los lapiceros de colores, reflexionamos dibujando y actuamos en las redes sociales a través del hashtag *#KilometrosCumple18*

3-6 EDUCACIÓN INFANTIL

El profesor/a prepara un pictograma-mural con las frases de Paco, Cocorina y Sahra, que lleva por título «Damos color a la Justicia». Busca diseños para las palabras dibujables (Paco, mar, bocadillo, gallina, pueblo, maíz, Sahra, mujer contando historias, plato vacío, etc.)

Los niños y niñas dan color a las palabras dibujadas del mural con pinturas, pegatinas, pintura de dedos, papeles... Se realizan fotos para subir a las redes sociales y lo expondrán a la comunidad educativa (o si es posible, local) para mostrar la creación grupal y nuestro apoyo a las poblaciones con menos recursos.

6-12 EDUCACIÓN PRIMARIA

El profesor/a reparte un folio a cada participante (ANEXO I); el folio tiene cuadrículas amplias donde niñas y niños, después de leer las frases, dibujan y dan color de forma individual a Paco, Cocorina, Sahra, el mar, el pueblo...

Una vez hechos los dibujos individuales, se organiza a la clase en pequeños grupos para recortar los dibujos y completar la decoración de un mural-collage colectivo con lo realizado. El centro escolar puede promover una exposición de murales con las creaciones de las aulas en un espacio adecuado del centro, abrirlo a la comunidad escolar, familiar y municipal, e incluso grabar un vídeo breve con las composiciones para subir a las redes sociales oportunas acompañado del hashtag *#KilometrosCumple18*.

+12 EDUCACIÓN SECUNDARIA

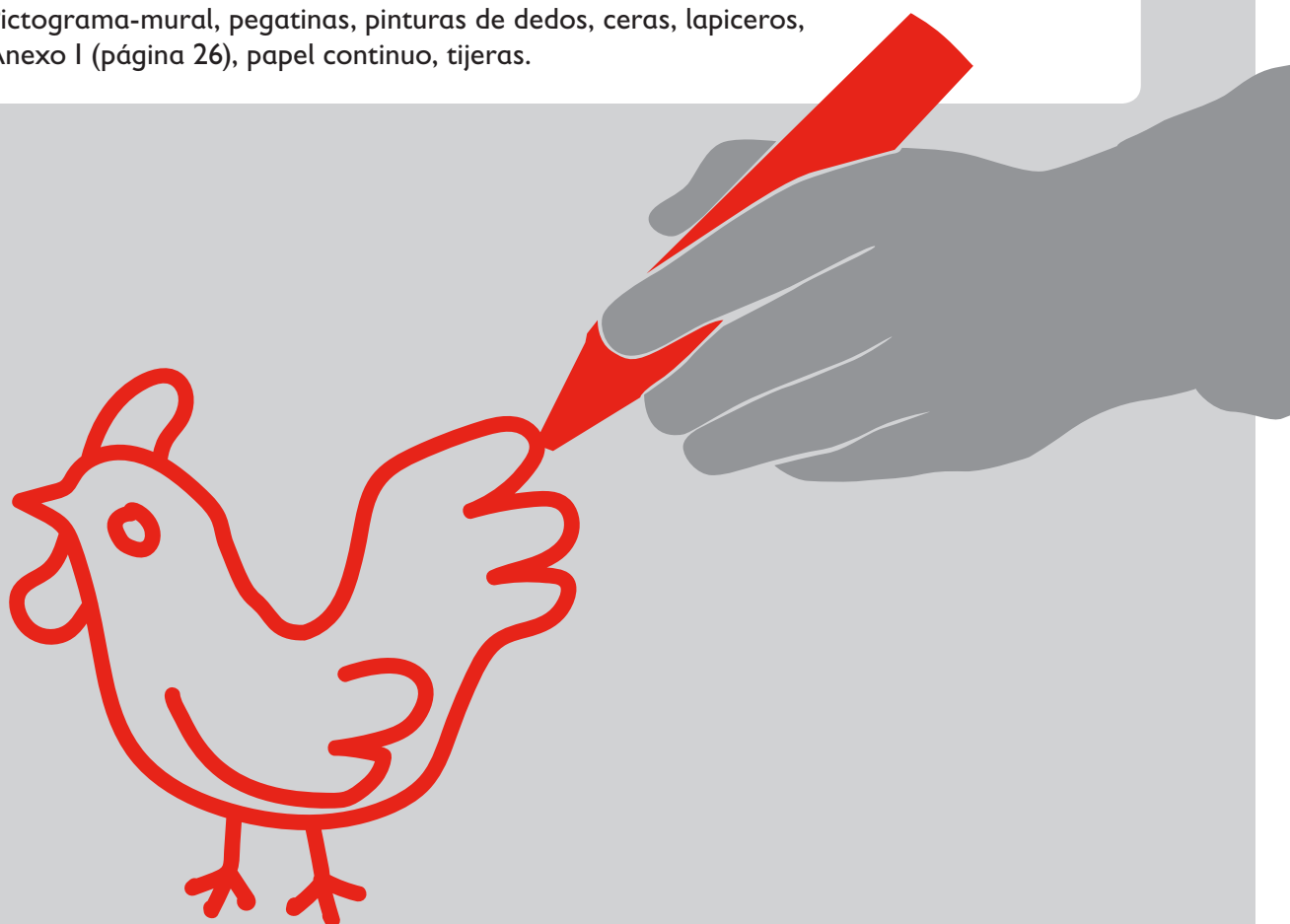
El profesor/a divide a los alumnos en 5 grupos; cada uno se organiza para expresar las frases de Paco, Cocorina y Sahra con dibujos. Los diferentes grupos tienen como objetivo hacer un vídeo de viñetas al que poner voz y explicar la necesidad de justicia, y que llevará por título «Damos color a la justicia». El centro escolar puede realizar una visualización de vídeos para toda la comunidad escolar y/o municipal y subirlo a las redes sociales del centro escolar con el hashtag #KilometrosCumple18 y enviarlo a Save the Children para su difusión.

AL FINALIZAR

Preguntamos al grupo si consideran que debemos correr en Carrera Solidaria para apoyar a que otros niños y niñas puedan mejorar su vida y su salud.

NECESITAS...

Pictograma-mural, pegatinas, pinturas de dedos, ceras, lapiceros, Anexo I (página 26), papel continuo, tijeras.





Salud y bienestar

«AMASIO DE PALABRAS SALUDABLES»

EXPLICACIÓN

Tenemos una misión que desempeñar: *«hacer amig@s de la salud a todas las personas del mundo»*. Sabemos que un sistema sanitario fuerte protege a las personas enfermas y a la población general de situaciones inesperadas como hemos vivido en la pandemia por la Covid-19. Los países del Cuerno de África necesitan mucha ayuda del propio país y del exterior para solucionar su bienestar y prevenir la desnutrición provocada por las sequías cíclicas, los conflictos, y ahora la pandemia.

Las palabras pueden ser nuestras compañeras en la misión de hacer amig@s para la salud de todas y todos.

3-6 EDUCACIÓN INFANTIL

El profesor/a pone música relajada en el aula y coloca palabras saludables para la vida en un recipiente (agua limpia, bosques, lavado de manos, mares, fruta, cariño, bosques, sol, peces, medicinas, pájaros, árboles, médicos, vitaminas, ríos, abrazos...). Informa al grupo de que tienen la misión de **enviar con el baile y el movimiento palabras saludables para las personas del mundo**; va nombrando las palabras de una en una e invita a niños y niñas a expresarse con el movimiento corporal, les invita a alargar su movimiento para hacerlo llegar a todas las personas. Una vez finalizada la expresión corporal del «amasijo de palabras», el profesor/a reparte a cada participante una cartulina dura tipo carnet donde cada uno pone la huella de su mano como amigo y repartidor de salud. La profesora propone llevarlo al entorno familiar e invitar a sus mayores a dejar las huellas de sus dedos en el carnet y hacer un colectivo de huellas de amigos de la salud para dejarlo en un espacio del aula y tenerlo presente.

6-12 EDUCACIÓN PRIMARIA

El profesor/a propone por parejas **buscar un puñado de palabras amigas de la salud** y escribirlas en una cartulina colectiva. Se realiza una ronda donde cada pareja explica al grupo por qué ha elegido esas palabras, generando intercambio y escucha. Para finalizar, el grupo deja la huella de su mano o dedo en la cartulina colectiva, como señal de refuerzo en el compromiso de ser amigos de la salud para todos. Dejamos nuestros murales de cartulina en un lugar del centro escolar donde tengamos presente que la salud y el bienestar es fundamental en nuestros entornos.

+12

EDUCACIÓN SECUNDARIA

El profesor/a pide cinco voluntarios de clase, les invita a buscar un lugar del aula y quedarse quietos en el lugar elegido. Explica al resto de la clase que los compañeros repartidos por el aula son países del Cuerno de África (Somalia, Etiopía, Kenia...) y tienen la misión de hacerles amigos de la salud para todos. La profesora invita a los participantes del aula a escribir individualmente en pólitos palabras necesarias para la salud y pegarlas por el cuerpo de los compañeros que representan cada país. Pasados los minutos oportunos, cada voluntario recoge las palabras que ha recogido y las lee. Al final de la lectura de las palabras, los países expresan como se han sentido y comienza una ronda de opinión sobre la necesidad de salud y bienestar para todas las personas del mundo.

Para cerrar la actividad cada participante del aula elige una palabra clave y necesaria para hacer amigos de la salud a todas las personas del mundo y se expresa en una ronda rápida. Se piden voluntarios para, con esas palabras, hacer un decálogo de amigos de la salud para todas las personas del mundo y enviarlo al periódico, revista o radio local o comarcal.

NECESITAS...

Música, folios, cartulinas, bolígrafos, rotuladores, pinturas, pólitos.



Love



Educación y desarrollo

«DESCUBRIMOS EL SECRETO»

EXPLICACIÓN

Nura ha descubierto el secreto... ¡ahora ya sabe que la educación es un derecho de la infancia indispensable! En él descansa la igualdad, la paz, la estabilidad de los pueblos, el desarrollo humano y papel activo de las personas en la sociedad.

Nura va a la escuela, allí está segura en compañía de otros niños y niñas, descubre cada día algo nuevo, la profesora enseña muchas cosas para la vida, cuenta cuentos y canta canciones... sabe que la escuela es un lugar amable, un lugar con magia.

3-6 EDUCACIÓN INFANTIL

Nura nos invita a jugar al **escondite de cuentos** porque dice que los cuentos nos descubren el secreto de aprender. El profesor/a invita a niños y niñas a elegir un cuento que les guste y que lo presenten al resto de compañeros y compañeras. El profesor/a pone música y pide a cada participante el cuento elegido, les dice que busquen una posición cómoda y se tapen los ojos. Esconde de forma rápida los cuentos por el aula y al terminar invita a que todos a la vez vuelvan a encontrar el cuento elegido. Se puede repetir el escondite tantas veces como motivado esté el grupo. Para finalizar realizamos una foto de todos los cuentos elegidos y subiremos a las redes del centro con el hashtag *#KilometrosCumple18*

6-12 EDUCACIÓN PRIMARIA

Comienza la historia... los pájaros le hablan a Nura y le cuentan lo importante que es la educación. El profesor/a invita a los participantes a decorar un pájaro en cartulina y crear un mensaje para Nura sobre el derecho a la educación para todas las niñas y niños del mundo. Recortan el pájaro y el mensaje y lo unen haciendo dos caras visibles, lo cuelgan de un hilo y entre todos crean un **carrusel de pájaros por la educación** en el centro escolar y/o en cada aula. Se puede subir a redes una foto del carrusel con el hashtag *#KilometrosCumple18*

+12

EDUCACIÓN SECUNDARIA

El Cuerno de África, y sobre todo Somalia, es un país de poetas; a través de las generaciones, la tradición oral ha sido una forma de aprendizaje. Os invitamos a soñar bonito por la educación para todos y todas y a **crear poesías** individuales o de grupo, favoreciendo una muestra de poesía escolar por la educación para todos en el centro escolar y/o municipio. Buscad palabras que promuevan la educación para todas las personas y dotadlas de la creación poética, podéis dar vida a lo aparentemente inerte, describir con detalle poético...

Recopilad las poesías creadas y subidlas a las redes sociales con el hashtag *#KilometrosCumple18*

NECESITAS...

Cuentos, pinturas, cartulinas, lapiceros, hilo, maderitas o palos para carrusel, bolígrafos, folios.





Igualdad de género

«CUIDAR NO TIENE GÉNERO»

EXPLICACIÓN

«Las mujeres han asumido en la organización de la sociedad los cuidados del hogar y la familia, además dependiendo del lugar donde vivan, realizan la cosecha en zonas agrícolas, llevan productos al mercado, se ocupan de los animales para el sustento familiar, asumen la educación y la crianza de los hijos, en muchas ocasiones realizan grandes desplazamientos para buscar agua...

Las mujeres asumen grandes tareas de cuidado y mantenimiento de la estructura social en silencio, pero su opinión no es tomada en cuenta, su opinión no es escuchada ni en su propia vida. En muchos matrimonios el padre y el futuro marido acuerdan la unión, sin conocer su aprobación. Esta actitud hacia lo femenino es un condicionante para el desarrollo de las niñas, muchas abandonan temprano la escuela...»

Para la mejora de todas las sociedades es de vital importancia la valoración de la mujer, su acceso a la educación y la participación en la sociedad.

3-6 EDUCACIÓN INFANTIL

El profesor/a habla a los niños y a las niñas de Amir y Paka, que viven en Etiopía y tienen dos hijos de 2 y 3 años que aún no van a la escuela. Dicen que **para el cuidado de la vida diaria se tienen que realizar muchas tareas**, señalamos algunas de ellas:

Recoger y ordenar su casa / Lavar la ropa / Realizar la comida / Tender y ordenar la ropa / Hacer la compra en el mercado / Trabajar el huerto / Cuidar de los hijos pequeños / ir a por agua todos los días.

El profesor/a realiza una asamblea donde pregunta a niños y niñas sobre cada una de las tareas indicadas: ¿quién la realiza? ¿Amir o Paka?, con ello podemos identificar el ideario de los participantes en el momento actual respecto a los roles femenino y masculino. Si la profesora ve diferencias en cuanto al cuidado de la vida diaria planteará con preguntas al grupo la importancia de la implicación de ambos sexos en el cuidado de la vida: «¿os gusta que papá cuide de vosotros?, ¿es bueno que todos, papá, mamá y vosotros cuidéis de la casa?, ¿a quién le gusta hacer la comida?»

Para finalizar, cada participante dice lo que más le gusta hacer de las tareas para el cuidado de la vida.

6-12 EDUCACIÓN PRIMARIA

El profesor/a pregunta en el aula a todo el grupo: ¿quién realiza las siguientes tareas de... Recoger y ordenar su casa ... Lavar la ropa ... Realizar la comida ... Tender y ordenar la ropa ...Hacer la compra en el mercado... Trabajar el huerto...Cuidar de los hijos pequeños ... Ir a por agua todos los días?

Se realizan grupos de trabajo de 3 a 5 participantes por grupo y se proporciona a cada uno las siguientes preguntas en un folio: ***¿sabías que las mujeres se han ocupado a lo largo de la historia de las tareas del cuidado de la vida diaria?, ¿sabías que las mujeres tenían tantas tareas?, ¿te parece justo?, ¿consideras que para cambiarlo es muy importante que los hombres valoren y realicen también tareas del cuidado de la vida, pues todas las personas debemos cuidar y todos somos merecedores de cuidado?***

Dejar 10 minutos a cada grupo para la reflexión e intercambio sobre lo planteado y concluir con una frase de apoyo a la igualdad entre mujeres y hombres. Se reparte una cartulina a cada grupo para reflejar su frase y conformar un collage colectivo de centro en favor de la igualdad de género. Difundimos en redes sociales el collage a través de un vídeo y/o fotografía con el hashtag #KilometrosCumple18

+12 EDUCACIÓN SECUNDARIA

El profesor/a lee la explicación de la actividad en el aula y sugiere a cada participante que imagine, por un momento, que **existe un hilo invisible** que une a todas las mujeres más allá del tiempo y el espacio... ¿cómo se llamaría ese hilo?, ¿qué nombre pondrías a ese hilo? Cada participante lo escribe en un papel y se recoge de forma anónima.

Se reflejan todas las respuestas en la pizarra o mural, y por parejas se elige una de las palabras propuestas. Ponen en común las palabras elegidas analizando y explicando el significado de cada una de ellas.

Alumnado voluntario del centro escolar puede realizar un “vademécum” de palabras en favor de la igualdad de género con el significado de cada una de ellas, y encargarse de hacerlo público en espacios del municipio y/o comunidad (bibliotecas, ayuntamiento, residencias, teatro) y/o en redes sociales con el hashtag #KilometrosCumple18

NECESITAS...

Bolígrafos, folios, cartulinas, papel continuo, rotuladores.





Solidaridad y participación

«MEJORA EL MUNDO»

EXPLICACIÓN

La solidaridad siempre ha sido un valor de compromiso y apoyo que genera vínculos por la mejora del mundo. Puede ser mostrada de diferentes maneras e incluso con pequeños gestos. En la solidaridad nuestro ejemplo es fundamental: dialogar, escuchar, ser comprensivos a las diferentes realidades de nuestros entornos y del mundo, tener un sentimiento de unidad y de relación armoniosa con la sociedad, con el resto de los seres vivos y el medioambiente.

Todas las personas somos necesarias para la mejora del mundo. Hay personas que han cambiado el mundo con sus acciones y se han convertido en referente social para el resto, por ejemplo, Malala Yousafzai, la persona más joven comprometida en la necesidad de que las niñas tuvieran acceso a la educación; o Greta Thunberg, activista ambiental de 18 años, líder del activismo contra el cambio climático. Estos son solo dos ejemplos, pero hay muchos otros que puedes buscar y descubrir.

Nos preguntamos: ¿cómo son las personas que mejoran nuestro mundo? Nosotros también podemos mejorarlo.

3-6 EDUCACIÓN INFANTIL

Mejoramos nuestra vida con el buen trato. El profesor/a busca fotografías de niños y niñas en diferentes lugares (por ejemplo, en la web de Save the Children) que van a ser los amigos y amigas del aula y señala el mensaje al grupo: «*Yo necesito buen trato y mis amigos también*» porque todos los niños y niñas del mundo necesitan ser bien tratados. El buen trato es la semilla de las personas solidarias y participativas.

Invita a los participantes a poner nombre a cada amigo y amiga de las fotos que ha buscado la profesora, incidiendo en que el buen trato es para todas y todos (este será nuestro lema durante el año).

6-12 EDUCACIÓN PRIMARIA

El profesor/a propone realizar una lluvia de ideas en el aula sobre las personas que mejoran nuestro mundo cada día y qué hacen para mejorarlo. Propone realizar flores para ellas, flores sencillas adaptadas a las diferentes edades. Estas flores se intercambian con las personas que mejoran nuestro mundo en la familia, barrio, pueblo donde vivimos... con un mensaje **«tú mejoras mi mundo y juntos mejoramos el mundo de otros niños y niñas del Cuerno de África»**.

+12 EDUCACIÓN SECUNDARIA

El profesor/a invita a la clase a visualizar los vídeos de Save the Children colgados en la web sobre la situación de niños y niñas en el Cuerno de África e informa de la necesidad de nuestro apoyo para la mejora de sus derechos. Realiza grupos de trabajo en el aula y anima a crear un objeto o una acción que refleje la necesidad de apoyo en el Cuerno de África (un cuento, marcapáginas, camisetas, teatro en el municipio, vídeo, pintura, baile, poesía, carpeta, bolsa...) y que podrán exponer o compartir el día que realicen la carrera solidaria. Su difusión los ayudará a conseguir patrocinadores para sus kilómetros solidarios y ayudar así a Save the Children en los proyectos que realiza en el contexto.

NECESITAS...

Papel de colores, papeles reciclados, cartones reciclados, pinturas y materiales específicos.





Ciudadanía global y derechos

«TRABAJAR EN EQUIPO PARA ENTENDER EL BENEFICIO COMÚN»

EXPLICACIÓN

La gestión de los recursos, el consumo responsable y la sostenibilidad serán la clave para asegurar que todas las personas puedan desarrollar una correcta convivencia en un mundo cada vez más globalizado.

Repasando nuestro mundo vemos la existencia de graves desigualdades entre países, en las oportunidades de las personas y en el disfrute de los derechos. La infancia sigue viviendo injusticias y falta de recursos para un desarrollo adecuado. Ante este panorama es necesario un reparto mundial con mayor justicia, terminar con la pobreza, la falta de dignidad y el sufrimiento humano.

Los lugares, las personas, los problemas están totalmente conectados, entender esta conexión es entender que el mundo no es solo un conjunto de países independientes, sino que los cambios y los problemas en una parte del mundo influyen y repercuten sobre todo el sistema entero. **Entender la conexión y el apoyo mutuo es ser capaz de trabajar en equipo para conseguir el beneficio común.**

3-6 EDUCACIÓN INFANTIL

El profesor/a prepara piezas de construcciones a las que ha puesto nombre de países del mundo (entre ellos países del Cuerno de África), prepara una pieza para cada participante. Ante la consigna de «*trabajamos en equipo para construir un mundo para todos*» cada niño va poniendo su pieza hasta hacer una torre ente todos, tras conseguirlo hay un gran aplauso colectivo. El profesor/a lee los países elegidos durante o al final de realizar la torre colectiva e invita a sus alumnos a contar en casa la situación en la que viven los niños y niñas de esos países.

Se puede repetir la actividad varias veces mientras los participantes estén motivados, incidiendo en que, si se van ayudando unos a otros en la construcción, la torre será más alta y resistente, y que entre todos y todas, podemos mejorar la vida de esos niños y niñas del Cuerno de África.

6-12 EDUCACIÓN PRIMARIA

El profesor/a pone en la pizarra digital el siguiente texto: **«Trabajamos en equipo por los derechos de la infancia, la dignidad y la igualdad»** (se puede adaptar la frase según la edad del grupo).

El profesor/a dice a los participantes que saquen pinturas y reparte folios de papel para reciclar, seguidamente da **una misión** a toda la clase: trabajar en equipo y crear letras pintadas entre todos para reproducir en un mural el texto de la pizarra; si se considera oportuno se pone un tiempo límite, según la edad del grupo. ¿Qué ha sucedido?, ¿hemos trabajado en equipo?, ¿hemos realizado el mural? Reflexionamos sobre ello y compartimos las experiencias.

+12 EDUCACIÓN SECUNDARIA

El profesor/a lee a la clase la explicación del comienzo de la actividad, e invita a realizar parejas de trabajo e ir a la sala de ordenadores para buscar frases importantes que reflejen la filosofía del trabajo en equipo por los derechos, la dignidad y la igualdad, recogiendo los autores de cada una de ellas.

Se realiza una puesta en común de frases en el aula y una exposición oral y/o visual de frases en el centro escolar: *«Frases por los Derechos y la Ciudadanía global»*

NECESITAS...

Piezas de construcción, pizarra digital, folios, bolígrafos, papel para reciclar, pinturas, tijeras, papel continuo, ordenadores, paneles de exposición.





Hambre Cero y justicia

ANEXO I

Dibuja a Paco	Dibuja a Cocorina	Dibuja a Sahra
Dibuja el mar	Dibuja un pueblo	Dibuja un bocadillo
Dibuja a la madre de Sahra	Dibuja granos de maíz	Dibuja «no hay comida»

PREGUNTAS FRECUENTES SOBRE LA CARRERA SOLIDARIA



¿Quiénes son los patrocinadores?, ¿tenemos que buscar empresas?

Los patrocinadores son, normalmente, los familiares de los alumnos y alumnas (padre, madre, abuelos...) y su patrocinio puede ser pequeño. Cuantos más patrocinadores mejor sensibilización y mejores aprendizajes.

¿La carrera tiene que ser un día concreto?

No, podéis realizar la carrera el día que mejor encaje en el centro. Puede convertirse en un día festivo y divertido a la vez que solidario.

¿Podemos solicitar más material si tenemos más participantes?

Sí, podéis pedir más material a través del correo electrónico carrera@savethechildren.org o por teléfono. En pocos días lo tendréis en el centro.

Cuando recoja el dinero de los alumnos, ¿cómo lo entrego a Save the Children?

Una vez recogido el dinero de los patrocinadores, el centro ingresa el dinero en la siguiente cuenta:

BANCO SANTANDER
ES55 0049 1837 5620 1024 9000

CAIXABANK
ES34 2100 5731 7302 0034 6675

Se puede hacer por transferencia o ingreso en efectivo.

¿Al realizar el ingreso en efectivo nos pueden poner problemas?

Depende de la oficina de la entidad bancaria. Antes de ir, os recomendamos que visitéis en nuestra web un espacio en el que podréis encontrar algunos consejos y documentos que os pueden ayudar para evitar negativas del banco para el ingreso.



savethechildren.es/recaudacion-coles

¿Podemos ingresar el dinero recaudado en otra entidad bancaria?

Tenemos cuentas en otras entidades bancarias, en este supuesto por favor poneos en contacto con el departamento de Programas en Centros Escolares os facilitaremos otras posibles cuentas bancarias de ingreso y os indicaremos los pasos a seguir.

¿Es importante indicar el nombre del centro que realiza el ingreso?

Sí, es muy importante el nombre y la localidad. De esta manera podremos enviar el diploma de agradecimiento al centro y este se puede hacer extensivo a toda la comunidad educativa del mismo.

Si tenemos alguna duda ¿dónde y con quién podemos resolverla?

Podéis contactar con el Departamento de Programas en Centros Escolares a través de:

Tel.: 91 513 05 00



carrera@savethechildren.org

Kilómetros de Solidaridad es una propuesta educativa que acerca a los escolares la situación de vulnerabilidad de los niños y niñas en países empobrecidos del continente africano con el objeto de obtener fondos para los proyectos de supervivencia infantil que Save the Children realiza y conocer los derechos de la infancia a través de las propuestas didácticas presentadas en esta guía.

SOBREVIVIR
APRENDER
ESTAR PROTEGIDO



Save the Children