

MANUAL DE JUEGO

EDUCACIÓN BÁSICA





MANUAL DE JUEGO

EDUCACIÓN BÁSICA

¿CÓMO JUGAR?

Ecoluche se juega similar al luche tradicional, para avanzar es necesario responder las preguntas que se presentan a continuación. Es muy, muy importante que seamos sincero/as al responder, ya que es una instancia para reflexionar sobre nuestras acciones y cómo éstas impactan en el planeta. Dependiendo de la respuesta a la pregunta, se avanza, se queda en el lugar o se retrocede. Para jugar Ecoluche, es necesario que una persona lea las preguntas mientras los/las demás jugadores y/o jugadoras avanzan en el tablero, siempre saltando en un pie. Estamos jugando con nuestro equilibrio y el equilibrio de la Tierra.

¿QUIÉNES PUEDEN JUGAR?

En Ecoluche pueden jugar muchas personas, pero es necesario al menos, tener un moderador, quien deberá entregar las instrucciones del juego, leer las preguntas y retroalimentar las respuestas de acuerdo a las indicaciones presentadas en cada pregunta.



¿DÓNDE JUGAR?

Ecoluche se puede jugar en cualquier lugar, solamente es necesario dibujar un tablero que permita avanzar y que tenga la forma que desees, o que pueda acomodarse al espacio que tienes. Si la casa tiene patio, se puede dibujar con tiza en el suelo y en departamentos puedes construir uno con cinta adhesiva (“pegote” o masking tape) pegada en el suelo. Puedes elaborar un recorrido similar a los luches o bien probar nuevas formas como un camino recto, pero con casillas muy pequeñas o un recorrido caracol, partiendo en el medio. También puede imprimir los casilleros de ecoluche y pegarlos en el piso de tu casa o departamento.

Este juego se vincula con los Objetivos de Desarrollo Sostenible establecidos por la Organización de Naciones Unidas. Si quieres saber de qué se tratan, al final hay una explicación.

Ahora que ya conoces las reglas y sabes cómo construir tu tablero, te invitamos a jugar para saber quién es el más sustentable de tu casa.

A continuación, van las preguntas y el fundamento de porqué se avanza en cada caso. Al final encontrarás una imagen que tiene sólo las preguntas para hacer el juego más expedito. Luego de jugar puedes volver acá y buscar antecedentes acerca de porqué es importante tener unos u otros comportamientos.

Se recomienda jugar con niñas y niños desde los 6 años.

¿QUÉ SON LOS OBJETIVOS DEL DESARROLLO SUSTENTABLE?

El 25 de septiembre de 2015, muchos países se reunieron y, preocupados por la situación que afectaba a la Tierra, plantearon algunos objetivos globales para “erradicar la pobreza, proteger el planeta y asegurar la prosperidad de todas y todos sus habitantes”¹, estos son los ODS, los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

Los ODS son 17 y se relacionan con diferentes elementos de la sustentabilidad, entre ellos, los que buscan: el fin de la pobreza (ODS 1), hambre cero (ODS 2), educación de calidad (ODS 4), agua limpia (ODS 6), reducción de las desigualdades (ODS 10), producción y consumo responsable (ODS 12) y la acción por el clima (ODS 13).

Por cada Objetivo de Desarrollo Sostenible existen metas específicas que deben ser alcanzadas en los próximos 15 años. Para alcanzarlas es muy importante que todas y todos hagan su parte, no tan sólo los gobiernos y las empresas, sino que además, la sociedad civil y la ciudadanía en general; esto es, personas como tú o como yo.



¿Estás listo?

¡A JUGAR!

1

¿Tus duchas demoran menos de 5 minutos?

SI NO

SI - Avanza 1 espacio / NO - Te quedas en el lugar

¿Sabías que cada minuto de ducha gasta un promedio 20 litros de agua?, es decir, una ducha de 10 minutos consume 200² litros de agua, lo que equivale a beber 8 vasos de agua diarios durante 100 días. Además, el Objetivo de Desarrollo Sostenible 6, busca “Garantizar la disponibilidad y gestión sostenible del agua y el saneamiento para todos”. Es por este motivo que, cuidar el agua es un acto sustentable.

¿Apagas las luces de la casa que no estás utilizando?

SI NO

SI - Avanza 1 espacio / NO - Retrocede 1 espacio

El consumo eléctrico de todos los hogares de Chile representa una cantidad importante del gasto total de energía en nuestro país (un 17%), cuando no apagamos las luces de nuestras casas estamos desperdiciando energía. El Objetivo de Desarrollo Sostenible 7 busca “Garantizar el acceso a una energía accesible, segura, sostenible y moderna para todos”.

2

3

¿Participas en la directiva de tu curso, en el centro de estudiantes, en talleres o actividades extraprogramáticas de tu colegio?

SI NO

SI - Avanza 1 espacio / NO - Te quedas en el lugar

Para solucionar los problemas que tenemos y para conocer cuáles son las necesidades de los demás, es necesario que participemos en distintos espacios. Para construir un mundo mejor se requiere de la colaboración de todos y del intercambio de opiniones y puntos de vista. En el caso de que exista alguna dificultad en tu colegio o un compañero necesita ayuda, se puede buscar una solución y resolver en conjunto, entre todas y todos.

¿Reciclas algunos de estos elementos: botellas de vidrio o plástico, cajas de cartón, papeles o latas de gaseosas?

SI NO

4

SI - Avanza 1 espacio / NO - Te quedas en el lugar

En Chile se genera un cantidad increíble de basura al año, alrededor de 7.000 millones de kilogramos, lo que equivale a más de un millón de elefantes (un elefante adulto pesa en promedio 6 mil kilogramos). Una persona produce en Chile 456 kilogramos de basura, casi media tonelada, gran parte de estos desechos pueden ser reciclados en diversos puntos de tu ciudad. Te invitamos a que reduzcas este número de desechos y así ayudaremos a nuestro planeta generando menos basura.

El Objetivo de Desarrollo Sostenible 12 propone “Garantizar modalidades de consumo y producción sostenible” y busca reducir la generación de desechos al año 2030, mediante acciones como el reciclaje.

5

¿Lavas tus manos por 20 segundos o cantando dos cumpleaños feliz?

SI NO

SI - Avanza 1 espacio / NO - Retrocede 1 espacio

El lavado de manos con agua y jabón es la forma más eficaz para eliminar los gérmenes y protegernos de enfermedades, cuando no lo hacemos, nuestras manos se transforman en un vehículo que transporta bacterias, gérmenes y virus, como del Covid 19. Cuando nos lavamos las manos estamos cuidando nuestro cuerpo, por lo que estamos fortaleciendo el ODS 3 “salud y bienestar”, que busca garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades.

¿Tienes más de un amigo en el barrio donde vives?

SI NO

6

SI - Avanza 1 espacio / NO - Te quedas en el lugar

El barrio es el lugar donde vivimos y convivimos con otras personas, para que este barrio tenga vida, necesitamos conocer a nuestros vecinos. Así, el barrio existe gracias a las relaciones con otros. Es importante conocer a nuestros amigos del barrio, dado que así demostramos preocupación por otros y juntos podemos enfrentar dificultades, de esta forma, podemos solucionarlas también entre todos y todas.

7

¿Cuándo vas a un lugar cercano a tu casa, lo haces caminando o en bicicleta?

SI NO

SI - Avanza 1 espacio / NO - Te quedas en el lugar

¿Sabías que existe un Objetivo de Desarrollo Sostenible que tiene como propósito que vivamos en Ciudades y comunidades sostenibles? Que es el ODS 11. Para eso necesitamos utilizar un sistema de transporte que contamine muy poco. Uno de los principales motivos para promover el uso de transporte público, como buses, taxis, colectivos o metro, es que genera seis veces menos contaminación por pasajero que el automóvil, mientras que cuando prefieres caminar o ir en bicicleta, la emisión de contaminación es 0.

¿Comes 5 porciones de frutas y verduras a la semana?

SI NO

8

SI - Avanza 1 espacio / NO - Retrocede 1 espacio

Las frutas y las verduras son indispensables para reforzar nuestro sistema inmunológico y mejorar el escudo que nos protege de las enfermedades, por lo cual la Organización Mundial para la Salud (OMS) recomienda consumirlas por lo menos 5 veces a la semana. Cuando comes frutas y verduras, te estás cuidando.

¿Evitas utilizar bombillas o pajitas plásticas desechables para tomar jugos, gaseosas, leche y otro líquido?

SI NO

9

SI - Avanza 1 espacio / NO - Te quedas en el lugar

Una bombilla desechable de plástico demora 15 minutos en ser utilizada, pero demora más de 200 años en descomponerse. Los plásticos como los de las bombillas son de baja calidad, y sólo la mitad de ellos puede ser reciclados, por eso se llaman “plásticos de un sólo uso”. Si no utilizamos bombillas estamos ayudando al Objetivo de Desarrollo Sostenible 12 que busca “Garantizar modalidades de consumo y producción sostenible”.

¿Te tapas con el antebrazo cada vez que toses o estornudas?

SI NO

10

SI - Avanza 1 espacio / NO - Retrocede 1 espacio

Como te mencionamos anteriormente, las manos son una vía de contagio para nuestro organismo, con ellas tomamos alimentos, objetos, saludamos a personas, acariciamos a nuestras mascotas. Así, las manos van trasladando gérmenes por distintas superficies, cuando otras personas tocan esas superficies u objetos, estos se van traspasando de unos a otros. Al utilizar el antebrazo para toser y estornudar estamos cuidándonos y cuidando al resto de nuestros seres queridos y colaboramos con el ODS 3.

¿Comes toda la porción de comida que te sirven en el almuerzo, ya sea en tu casa o en el colegio?

SI NO

11

SI - Avanza 1 espacio / NO - Retrocede 1 espacio

La desnutrición y la falta de alimentos son una realidad en algunos países de África y América Latina, por lo que el Objetivo Desarrollo Sostenible 2 “Hambre cero”, tiene como meta terminar con todas las formas de hambre y desnutrición para el año 2030 y velar por el acceso de todas las personas, en especial las y los niños, a una alimentación suficiente y nutritiva durante todo el año. Por este motivo, valoremos cada una de nuestras raciones de alimentos, evitando botar lo que no consumamos.

¿Bailas, juegas o realizas algún ejercicio en tu casa, si estás en cuarentena?

SI NO

12

SI - Avanza 1 espacio / NO - Te quedas en el lugar

¿Por qué es importante ejercitarse?, te contamos que la obesidad ha aumentado en Chile, pasando de un 61% a un 75%, según el Observatorio de Elige Vivir Sano, es por eso, que el Objetivo de Desarrollo Sostenible 3 “salud y bienestar”, busca “Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades”. La actividad física permitirá prevenir enfermedades al corazón y diabetes, entre otras, además ayuda a controlar el sobrepeso y a fortalecer nuestros huesos, ¿te das cuenta lo bueno que es realizar actividad física?

¿Te lavas las manos seguido: cuando vas al baño, antes de cada comida, cuando llegas a tu casa?

SI NO

SI - Avanza 1 espacio / NO - Retrocede 1 espacio

Además de lavar nuestras manos con agua y jabón por 20 segundos, es importante que se realice con mucha frecuencia. No existe un número exacto de veces que debes lavar tus manos, pero al menos cada vez que vas al baño, antes de cada comida, después de jugar en el patio, cuando llegas del colegio o antes de hacer tus tareas, ya que tus manos transportan múltiples enfermedades.

¿Cierras la llave del agua mientras te lavas los dientes?

SI NO

SI - Avanza 1 espacio / NO - Retrocede 1 espacio

¿Cuánta agua ahorras al cerrar la llave mientras te lavas los dientes? 20 litros cada vez que realizas esta acción, ¿bastante cierto? El Objetivo de Desarrollo Sostenible 6, busca “Garantizar a disponibilidad y gestión sostenible del agua y el saneamiento para todos”, si cuidamos el agua estamos contribuyendo para que esté disponible y al alcance de más personas.

¿Botas papeles al suelo?

SI NO

SI - Avanza 2 espacios / NO - Retrocede 2 espacios

Cada vez que tiramos basura al suelo estamos contaminando nuestro planeta, además mucha de nuestra basura termina en los océanos, siendo perjudicial para la vida submarina. El Objetivo de Desarrollo Sostenible 14 nos invita a “Conservar y utilizar en forma sostenible los océanos, los mares y los recursos marinos”, para ello prevenir y reducir la contaminación es importante.

REFERENCIAS

¹ <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>

² https://www.siss.gob.cl/586/articles-9103_recurso_1.pdf