

Protegiendo Mi Espacio: Aprendiendo a Cuidarme y Pedir Ayuda

Ciencias Naturales | Biología | Aprendizaje Basado en Problemas

Descripción

Este plan de clase tiene como propósito que los estudiantes de primaria comprendan la importancia de proteger su cuerpo y reconocer situaciones que pueden ponerlos en riesgo. A través de actividades prácticas y participativas, aprenderán a identificar sus límites corporales, a diferenciar los tipos de contacto físico y a reconocer quiénes son adultos seguros en su entorno. Además, se les enseñará cómo actuar y a quién acudir si alguna vez se sienten incómodos o en peligro.

Este aprendizaje es vital porque ayuda a los niños a sentirse más seguros y confiados, dándoles herramientas claras para protegerse y buscar ayuda cuando sea necesario. La prevención del abuso infantil es un tema que conecta directamente con su vida diaria, ya que todos merecen crecer en un ambiente seguro y respetuoso. Con este plan, se promueve el respeto por el cuerpo propio y el de los demás, fomentando un ambiente de confianza y cuidado tanto en la escuela como en casa.

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar y nombrar los límites personales del cuerpo para reconocer lo que es un contacto adecuado e inapropiado.
- Clasificar diferentes tipos de contacto físico según el nivel de seguridad y comodidad personal.
- Reconocer y diferenciar adultos seguros y de confianza dentro de su entorno cotidiano.
- Ejecutar acciones básicas de denuncia y búsqueda de ayuda persistente ante situaciones de riesgo.

Recursos Necesarios

- Carteles o imágenes grandes de cuerpo humano señalando zonas de límites corporales.
- Tarjetas con diferentes tipos de contacto físico (abrazo familiar, toque incómodo, saludo de mano, etc.).
- Figuras o fotos de adultos en distintos roles (maestros, familiares, policías, desconocidos).
- Hojas y crayones o marcadores de colores para actividades de dibujo.
- Video corto animado sobre la importancia de respetar el cuerpo y pedir ayuda (3-5 minutos).
- Tarjetas con situaciones para dramatización.
- Cuaderno o hojas para registro de reflexiones.

Requisitos Previos

- Conocimiento básico del cuerpo humano (partes principales).
- Habilidades básicas para expresarse oralmente y en dibujos.
- Experiencias previas de respeto hacia compañeros y familiares.
- Habilidades para trabajar en equipo y escuchar a los demás.

Actividades

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 20 minutos

Propósito de la sesión

Docente: Explica en lenguaje claro que hoy aprenderán a cuidar su cuerpo y a saber qué hacer si alguien les hace sentir incómodos o inseguros.

Estudiantes: Escuchan con atención y se preparan para participar.

Activación de conocimientos previos

Docente: Muestra una imagen grande de un cuerpo humano y pregunta: "¿Cuáles son las partes de nuestro cuerpo que sólo nosotros podemos tocar y nadie más sin permiso?"

Estudiantes: Responden y señalan partes del cuerpo en la imagen.

Motivación y enganche

Docente: Cuenta un dato curioso sencillo: "¿Sabían que cada persona tiene una burbuja invisible alrededor de su cuerpo que nadie debe cruzar sin permiso? Esto se llama 'espacio personal' y es muy importante para sentirnos seguros."

Estudiantes: Expresan si conocen su 'espacio personal' y cómo se sienten cuando alguien lo respeta o no.

Contextualización

Docente: Relaciona el tema con la vida diaria: "En la escuela, en casa o en el parque, siempre debemos cuidar nuestro espacio y saber a quién acudir si alguien lo cruza sin respetarlo."

Estudiantes: Reflexionan y comparten ejemplos de momentos en que se sintieron incómodos o seguros.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 75 minutos

Presentación del contenido

Docente: Introduce el tema mediante un video animado corto que explica la importancia de respetar los límites del cuerpo y cómo pedir ayuda cuando alguien los vulnera.

Estudiantes: Observan el video y luego comentan en plenaria lo que entendieron.

Actividad 1: "Conociendo mis límites corporales"

- **Objetivo:** Identificar y nombrar los límites personales del cuerpo.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Entrega a cada estudiante una imagen del cuerpo humano para colorear. Les pide que pinten de rojo las partes del cuerpo que nadie debe tocar sin su permiso.
 - **Estudiantes:** Realizan el dibujo y luego comparten en parejas qué pintaron y por qué.
- **Organización:** Individual y luego en parejas.
- **Producto:** Dibujo coloreado con las zonas de límites corporales.
- **Tiempo:** 25 minutos.
- **Rol docente:** Observa que los estudiantes identifiquen correctamente las zonas y guía con preguntas: "¿Por qué crees que esa parte es importante protegerla?"

Actividad 2: "Clasificando contactos físicos"

- **Objetivo:** Clasificar diferentes tipos de contacto físico según seguridad y comodidad.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Presenta tarjetas con imágenes o descripciones breves de diferentes contactos físicos (ej. abrazo de mamá, saludo de mano, toque desconocido).
 - **Estudiantes:** En grupos de 3-4 clasifican las tarjetas en "Contacto seguro", "Contacto incómodo" y "No permitido".
- **Organización:** Grupos pequeños.
- **Producto:** Clasificación en cartulina o papelógrafo.
- **Tiempo:** 25 minutos.
- **Rol docente:** Facilita el diálogo, resuelve dudas y plantea preguntas como: "¿Por qué piensan que este contacto es seguro o no?"

Actividad 3: "Reconociendo adultos seguros"

- **Objetivo:** Reconocer y diferenciar adultos seguros en su entorno.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Muestra fotos o dibujos de diferentes adultos (maestros, familiares, policías, desconocidos) y pide a los estudiantes que digan quiénes serían adultos seguros y por qué.
 - **Estudiantes:** Debaten en plenaria y luego dramatizan pequeñas situaciones en parejas donde piden ayuda a un adulto seguro.
- **Organización:** Plenaria y parejas para dramatización.
- **Producto:** Participación en dramatizaciones y lista verbal de adultos seguros.

- **Tiempo:** 25 minutos.
- **Rol docente:** Observa la comprensión, ofrece retroalimentación positiva y guía para identificar señales de confianza.

Diferenciación

- Para estudiantes que terminan antes: Proponerles que dibujen una historia corta con un ejemplo de cómo pedir ayuda a un adulto seguro.
- Para estudiantes que necesitan apoyo: Trabajar con el docente o asistente en grupos más pequeños, usando lenguaje sencillo y apoyos visuales repetidos.

Transiciones

Docente: Conecta cada actividad preguntando: "Ahora que sabemos qué partes de nuestro cuerpo debemos cuidar, ¿qué tipos de contacto son seguros o no? Y ¿a quién podemos acudir si necesitamos ayuda?"

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 25 minutos

Síntesis

Docente: Invita a los estudiantes a crear entre todos un "Mapa de Seguridad" en un papelógrafo, donde dibujan las zonas de su cuerpo, tipos de contacto y adultos seguros, con palabras o dibujos.

Estudiantes: Participan activamente agregando sus ideas y dibujos.

Reflexión metacognitiva

- ¿Qué partes de mi cuerpo aprendí que debo proteger siempre?
- ¿Cómo puedo saber si un contacto físico es seguro o no?
- ¿A quién puedo acudir si me siento en peligro o incómodo?

Retroalimentación

Docente: Felicita los aportes, corrige con respeto las ideas incorrectas y refuerza los conceptos clave con ejemplos positivos.

Transferencia

Docente: Anima a los estudiantes a contar en casa lo aprendido y a practicar con sus familias cómo pedir ayuda y respetar los límites.

Tarea o reto

Docente: Propone a los estudiantes que, junto a un adulto de confianza, creen una lista de "Adultos seguros en mi vida" para compartirla en la próxima clase.

Estudiantes: Realizan la actividad en casa y la traen para compartir.

Evaluación

Tipo de evaluación: Diagnóstica en inicio (activación de conocimientos), formativa durante el desarrollo (observación de actividades y participación) y sumativa en cierre (mapa de seguridad y reflexión).

- **Criterios de evaluación:**

- Identifica correctamente las zonas de límites corporales (Objetivo 1).
- Clasifica adecuadamente los tipos de contacto físico según seguridad (Objetivo 2).
- Reconoce y menciona adultos seguros en su entorno (Objetivo 3).
- Demuestra comprensión para pedir ayuda y denunciar situaciones de riesgo (Objetivo 4).

- **Instrumentos sugeridos:**

- Lista de cotejo para observar participación y comprensión durante actividades.
- Revisión de dibujos y clasificaciones realizadas.
- Autoevaluación breve con preguntas de reflexión.
- Observación directa en dramatizaciones y plenarias.

- **Evidencias de aprendizaje:**

- Dibujo coloreado con límites corporales señalados.
- Cartulina o papelógrafo con clasificación de contactos físicos.
- Contribuciones en el mapa de seguridad colectivo.
- Respuestas en reflexión metacognitiva y dramatizaciones.