

Descubriendo mi cuerpo: juego y movimiento para conocerme mejor

Lenguaje | Oralidad | Aprendizaje Basado en Proyectos

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que niños y niñas de preescolar (3-5 años) desarrollen conciencia y reconocimiento de su propio cuerpo, identificando las partes principales como la cara, manos, pies y articulaciones. A través de actividades lúdicas, expresivas y de imitación, los estudiantes explorarán su esquema corporal de manera divertida y colaborativa. Este aprendizaje es fundamental para fortalecer su autoimagen, mejorar su coordinación motriz y facilitar la comunicación con su entorno. Además, el proyecto está alineado con la metodología de Aprendizaje Basado en Proyectos, promoviendo la autonomía y el trabajo en equipo. Los niños crearán un "Cuerpo gigante" colaborativo usando sus propias siluetas y participarán en juegos que les permitirán conocer y nombrar sus partes del cuerpo mientras se mueven y expresan. De esta forma, conectan el conocimiento con su vida cotidiana al identificar y usar sus partes corporales en actividades diarias, favoreciendo su desarrollo integral y su confianza personal.

Objetivos de Aprendizaje

- Reconocer y nombrar las partes principales del cuerpo (cara, manos, pies, articulaciones) mediante actividades lúdicas y expresivas.
- Identificar la ubicación de las partes del cuerpo en sí mismos y en otros a través de juegos de imitación y exploración.
- Desarrollar habilidades motrices y coordinación corporal usando movimientos que involucren diferentes articulaciones.
- Colaborar en la creación de un producto colectivo que represente el esquema corporal, fomentando el trabajo en equipo.

Recursos Necesarios

- Hojas grandes de papel kraft o cartulina (4 hojas tamaño mural)
- Marcadores, crayones y lápices de colores
- Cinta adhesiva y tijeras infantiles
- Espejos pequeños (uno por cada 4 niños aprox.)
- Imágenes impresas de partes del cuerpo (cara, manos, pies, articulaciones)
- Reproductor de música y canciones infantiles relacionadas con el cuerpo
- Carteles con nombres de las partes del cuerpo

- Espacio amplio para movimiento y juegos
- Ropa cómoda para facilitar el movimiento

Requisitos Previos

- Experiencia previa identificando partes básicas del cuerpo (cabeza, brazos, piernas) a nivel inicial
- Habilidad para seguir instrucciones simples y participar en actividades grupales
- Familiaridad con juegos y canciones en grupo
- Motivación para explorar y expresarse mediante el movimiento

Actividades

Sesión 1: Conociendo mi cuerpo y sus partes principales

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 30 minutos

Propósito de la sesión:

Que los niños se reconozcan a sí mismos y comiencen a identificar las partes principales de su cuerpo: cara, manos y pies.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** "¿Quién me puede mostrar dónde está su cabeza? ¿Y sus manos? ¿Y sus pies?"
- **Estudiantes:** Señalan y nombran las partes del cuerpo que el docente indica.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta una canción llamada "Cabeza, hombros, pies y manos" y anima a los niños a escucharla y hacer los movimientos mientras la canta.
- **Estudiantes:** Participan cantando y moviendo las partes del cuerpo indicadas.

Contextualización:

Docente: Explica que conocer su cuerpo les ayuda a jugar, bailar y cuidarse mejor.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 180 minutos

Presentación del contenido:

Introducción mediante la exploración corporal con espejos y juego guiado para identificar cara, manos y pies y sus partes específicas.

Actividad 1: Explorando mi reflejo

- **Objetivo:** Reconocer las partes principales del cuerpo en sí mismos.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Entrega espejos pequeños y dice: "Vamos a mirarnos en el espejo y encontrar nuestra cara, ojos, nariz, boca, manos y pies. ¿Pueden tocar esas partes mientras las miran?"
 - **Estudiantes:** Se observan en el espejo y tocan las partes indicadas.
- **Organización:** Individual con apoyo del docente.
- **Producto:** Identificación corporal verbalizada y señalada.
- **Tiempo:** 45 minutos
- **Rol del docente:** Acompaña individualmente, pregunta "¿Dónde está tu nariz? ¿Puedes tocarla?" y refuerza con palabras de aprobación.

Actividad 2: Juego de imitación “Simón dice: partes del cuerpo”

- **Objetivo:** Identificar partes del cuerpo y sus articulaciones mediante movimientos guiados.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Explica las reglas del juego y dice: "Simón dice, toca tu cabeza", "Simón dice, mueve tus manos", etc.
 - **Estudiantes:** Imitan las acciones indicadas sólo cuando el docente dice “Simón dice”.
- **Organización:** Grupo completo en espacio amplio.
- **Producto:** Participación activa y correcta imitación de movimientos.
- **Tiempo:** 40 minutos
- **Rol del docente:** Observa atención y ejecución, corrige suavemente si un niño no imita correctamente.

Actividad 3: Creando nuestro “Cuerpo gigante”

- **Objetivo:** Colaborar en la representación del esquema corporal con las partes principales.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Ayuda a cada niño a recostarse sobre la cartulina para trazar su silueta. Luego, con ayuda de imágenes impresas, colocan y pegan las partes del cuerpo en la silueta correspondiente.
 - **Estudiantes:** Participan en trazar, recortar y pegar partes del cuerpo en la silueta colectiva.
- **Organización:** Grupos de 4-5 niños.
- **Producto:** Mural con siluetas y partes del cuerpo identificadas.
- **Tiempo:** 95 minutos
- **Rol del docente:** Facilita materiales, guía la ubicación correcta de las partes y fomenta el diálogo sobre cada parte.

Diferenciación

- Para niños que terminan antes: Invitar a que expliquen a sus compañeros dónde están las partes del cuerpo y su función sencilla.
- Para apoyo adicional: Trabajar en parejas o con acompañamiento cercano para reforzar reconocimiento táctil y visual.

Transición:

Al finalizar el “Cuerpo gigante”, el docente invita a los niños a sentarse en círculo para compartir lo que aprendieron y prepararse para la próxima sesión donde explorarán movimientos con sus articulaciones.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 30 minutos

Síntesis:

- **Docente:** Realiza un resumen en círculo preguntando: "¿Qué partes de nuestro cuerpo vimos hoy?" y señalando el mural.
- **Estudiantes:** Responden nombrando las partes y señalando en el mural.

Reflexión metacognitiva:

- "¿Dónde está tu mano?"
- "¿Qué parte usas para caminar?"
- "¿Qué te gustó más hacer hoy con tu cuerpo?"

Retroalimentación:

Docente: Felicita con comentarios positivos individualizados y grupales, destacando la participación y el esfuerzo de cada niño.

Transferencia:

Invita a los niños a practicar en casa señalando sus partes del cuerpo con sus familiares y usar el “Cuerpo gigante” para recordar.

Tarea o reto:

Invitar a las familias a cantar y bailar la canción “Cabeza, hombros, pies y manos” con los niños para reforzar el aprendizaje.

Sesión 2: Moviendo mis articulaciones y explorando más partes del cuerpo

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 20 minutos

Propósito de la sesión:

Conectar con el aprendizaje anterior y preparar el cuerpo para movimientos que involucren articulaciones.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Muestra el mural “Cuerpo gigante” y pregunta: “¿Quién recuerda dónde están las manos y pies?”
- **Estudiantes:** Señalan y nombran partes del mural.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta un muñeco articulado o marioneta que mueve sus brazos y piernas para mostrar cómo funcionan las articulaciones.
- **Estudiantes:** Observan y expresan sorpresa o interés.

Contextualización:

Explica que las articulaciones nos ayudan a movernos para jugar, bailar y abrazar.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 200 minutos

Presentación del contenido:

Exploran y experimentan movimientos con diferentes articulaciones y conocen nuevas partes específicas del cuerpo.

Actividad 1: “Mi cuerpo se mueve”

- **Objetivo:** Reconocer y mover articulaciones principales (codos, rodillas, muñecas, tobillos).
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Indica movimientos: “Vamos a doblar los codos, ahora estirar las piernas, mover los tobillos.”
 - **Estudiantes:** Imitan los movimientos y nombran la articulación que están usando.
- **Organización:** Grupo completo en círculo.
- **Producto:** Demostración de movimientos y vocabulario corporal.
- **Tiempo:** 60 minutos
- **Rol del docente:** Modela movimientos, corrige suavemente y anima a nombrar cada articulación.

Actividad 2: Juego “El semáforo de las articulaciones”

- **Objetivo:** Practicar control y reconocimiento de movimientos con articulaciones.
- **Instrucciones:**

- **Docente:** Usa señales de colores (verde para mover, rojo para parar) y dice qué articulación mover: “Verde, mueve los tobillos; rojo, para.”
- **Estudiantes:** Mueven o paran según la señal y el nombre de la articulación.
- **Organización:** Grupo completo.
- **Producto:** Participación en control de movimientos.
- **Tiempo:** 50 minutos
- **Rol del docente:** Guía, observa atención y ayuda a niños que se distraigan.

Actividad 3: “Pintando mis articulaciones”

- **Objetivo:** Identificar visual y táctilmente las articulaciones principales.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Ayuda a que los niños pinten con crayones o marcadores sus codos, rodillas, muñecas y tobillos en dibujos de cuerpo humano o en sus propias manos y pies.
 - **Estudiantes:** Pintan y nombran las articulaciones.
- **Organización:** Individual o en parejas.
- **Producto:** Dibujos pintados que identifican articulaciones.
- **Tiempo:** 90 minutos
- **Rol del docente:** Apoya el nombrar las articulaciones y el uso del material.

Diferenciación

- Para niños que terminan antes: Invitar a crear movimientos libres usando las articulaciones y explicar a compañeros.
- Para apoyo adicional: Realizar los movimientos con ayuda de un adulto y usar señalamientos visuales para identificar articulaciones.

Transición:

Invitar a sentarse en círculo para compartir las experiencias y preparar la siguiente sesión donde integrarán lo aprendido en una representación corporal más completa.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 20 minutos

Síntesis:

- **Docente:** Pregunta: “¿Qué articulaciones movimos hoy? ¿Para qué sirven?”
- **Estudiantes:** Responden y señalan articulaciones en sus cuerpos.

Reflexión metacognitiva:

- "¿Sabes dónde está tu codo?"
- "¿Qué parte usas para doblar la pierna?"
- "¿Te gustó mover tus articulaciones?"

Retroalimentación:

El docente felicita por la participación activa y el esfuerzo para aprender los nombres y movimientos de las articulaciones.

Transferencia:

Recomienda a las familias hacer juegos de movimiento en casa, señalando y nombrando articulaciones.

Tarea o reto:

Llevar a casa una hoja con dibujos para pintar e identificar articulaciones junto a sus familiares.

Sesión 3: Expresando mi cuerpo con juegos y movimientos

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 25 minutos

Propósito de la sesión:

Recordar las partes y articulaciones del cuerpo y preparar para expresiones corporales en juegos de imitación y expresión.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Invita a los niños a mostrar con movimientos las partes del cuerpo que recuerdan.
- **Estudiantes:** Se mueven señalando partes y articulaciones.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Cuenta un cuento corto donde un personaje usa diferentes partes del cuerpo para cumplir una misión.
- **Estudiantes:** Escuchan y participan con sonidos o movimientos simples.

Contextualización:

Explica que hoy van a jugar a ser diferentes animales y personajes usando su cuerpo para expresarse.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 195 minutos

Presentación del contenido:

Integran el conocimiento del cuerpo para expresarse a través del juego simbólico y la imitación.

Actividad 1: Juego “Soy un animal”

- **Objetivo:** Usar el cuerpo y sus partes para imitar animales y expresarse corporalmente.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Nombra un animal y pide a los niños que imiten sus movimientos usando manos, pies y articulaciones.
 - **Estudiantes:** Imitan el movimiento del animal con atención a partes del cuerpo.
- **Organización:** Grupo completo en espacio amplio.
- **Producto:** Demostración de movimientos imitativos y expresión corporal.
- **Tiempo:** 70 minutos
- **Rol del docente:** Modela movimientos, estimula la participación y refuerza vocabulario de partes corporales.

Actividad 2: “Teatro de las partes del cuerpo”

- **Objetivo:** Reconocer y nombrar partes del cuerpo a través del juego dramático.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Propone que cada niño haga una pequeña actuación mostrando una parte de su cuerpo y diciendo su nombre.
 - **Estudiantes:** Participan mostrando manos, pies, cara, articulaciones y diciendo su nombre.
- **Organización:** Individual o pequeños grupos.
- **Producto:** Muestra oral y corporal de conocimiento.
- **Tiempo:** 65 minutos
- **Rol del docente:** Escucha, corrige pronunciación y anima con aplausos y elogios.

Actividad 3: “Carrera de movimientos”

- **Objetivo:** Coordinar movimientos usando articulaciones en juegos activos.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Organiza una carrera donde los niños deben caminar, saltar, y agacharse señalando diferentes partes del cuerpo que usan.
 - **Estudiantes:** Participan activamente respetando las indicaciones.
- **Organización:** Grupo completo.
- **Producto:** Participación y coordinación motriz.
- **Tiempo:** 60 minutos
- **Rol del docente:** Supervisa seguridad, fomenta el juego limpio y destaca el uso del cuerpo.

Diferenciación

- Para niños que terminan antes: Proponer que inventen movimientos y expliquen qué partes del cuerpo usan.

- Para apoyo adicional: Permitir movimientos más lentos y acompañamiento cercano para seguir la actividad.

Transición:

Invita a calmarse sentándose para preparar la reflexión final y conocer la próxima sesión enfocada en la consolidación del proyecto.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 25 minutos

Síntesis:

- **Docente:** Repite preguntas: “¿Qué partes del cuerpo usamos para saltar? ¿Y para mostrar la cara?”
- **Estudiantes:** Responden con movimientos y palabras.

Reflexión metacognitiva:

- "¿Te gustó representar animales con tu cuerpo?"
- "¿Cuál parte usaste más hoy?"
- "¿Qué aprendiste sobre tu cuerpo?"

Retroalimentación:

El docente reconoce la creatividad y esfuerzo, alentando a seguir explorando el cuerpo con juegos.

Transferencia:

Anima a los niños a contar a sus familias qué partes del cuerpo usaron para expresarse.

Tarea o reto:

Invitar a que en casa jueguen a imitar animales y nombren las partes del cuerpo usadas.

Sesión 4: Nuestro cuerpo, nuestro proyecto: síntesis y celebración

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 20 minutos

Propósito de la sesión:

Recordar todo lo aprendido y preparar la presentación del proyecto “Cuerpo gigante” y la expresión corporal final.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Muestra el mural y pregunta: “¿Qué partes del cuerpo hemos aprendido?”
- **Estudiantes:** Responden señalando y nombrando.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Propone que hoy serán expertos en su cuerpo y harán una presentación para sus familias o amigos.
- **Estudiantes:** Se muestran entusiasmados y motivados.

Contextualización:

Explica que el proyecto es para mostrar lo que saben y disfrutan de su cuerpo.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 190 minutos

Presentación del contenido:

Consolidación y presentación del aprendizaje mediante actividades de expresión, revisión y exposición grupal.

Actividad 1: Completar y decorar el “Cuerpo gigante”

- **Objetivo:** Integrar el conocimiento de partes y articulaciones en un producto colectivo final.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Invita a los niños a pegar etiquetas con nombres en las partes correctas del mural y decorar con dibujos y colores.
 - **Estudiantes:** Trabajan en equipo para etiquetar y decorar el mural.
- **Organización:** Grupos pequeños.
- **Producto:** Mural finalizado y decorado con nombres.
- **Tiempo:** 90 minutos
- **Rol del docente:** Facilita materiales, corrige ubicaciones y estimula diálogo y colaboración.

Actividad 2: Presentación “Conozco mi cuerpo”

- **Objetivo:** Expresar oralmente y corporalmente el conocimiento del esquema corporal.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Organiza que cada niño muestre una parte del cuerpo y diga su nombre, mientras los demás imitan el movimiento.
 - **Estudiantes:** Participan presentando y aprendiendo de sus compañeros.
- **Organización:** Grupo completo.
- **Producto:** Presentación oral y corporal.
- **Tiempo:** 60 minutos
- **Rol del docente:** Modera, corrige suavemente y celebra cada participación.

Actividad 3: Juego libre de expresión corporal

- **Objetivo:** Integrar el aprendizaje mediante el juego libre de movimiento y expresión.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Permite que los niños elijan movimientos y juegos libres con música, usando las partes y articulaciones aprendidas.
 - **Estudiantes:** Juegan libremente expresándose con el cuerpo.
- **Organización:** Grupo completo.
- **Producto:** Expresión corporal espontánea.
- **Tiempo:** 40 minutos
- **Rol del docente:** Observa, fomenta la creatividad y asegura un ambiente seguro.

Diferenciación

- Para niños que terminan antes: Invitar a que expliquen a alguien (docente o compañero) una parte del cuerpo o articulación y su función.
- Para apoyo adicional: Brindar espacios de descanso y acompañamiento cercano durante el juego libre.

Transición:

Preparar la reflexión y cierre final para consolidar el aprendizaje y celebrar el proyecto.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 30 minutos

Síntesis:

- **Docente:** Realiza un mapa colectivo en papel donde los niños dibujan o señalan las partes del cuerpo que más les gustaron.
- **Estudiantes:** Participan dibujando y nombrando.

Reflexión metacognitiva:

- "¿Qué aprendimos sobre nuestro cuerpo?"
- "¿Cuál parte te gusta más y por qué?"
- "¿Cómo podemos cuidar nuestro cuerpo?"

Retroalimentación:

El docente ofrece reconocimiento afectuoso, resalta el trabajo en equipo y la alegría de aprender.

Transferencia:

Invita a que el mural quede en el aula para que sigan recordando y compartiendo con nuevas personas lo que aprendieron.

Tarea o reto:

Animar a las familias a seguir explorando y nombrando partes del cuerpo y articulaciones en casa y en juegos diarios.

Evaluación

Tipo de evaluación: Se aplican evaluaciones diagnósticas en la fase inicial de la primera sesión para conocer conocimientos previos; evaluaciones formativas durante el desarrollo para monitorear la participación, reconocimiento y expresión corporal; y evaluación sumativa en la última sesión mediante la presentación del “Cuerpo gigante” y expresiones orales y corporales.

Criterios de evaluación:

- Reconoce y nombra correctamente las partes principales del cuerpo (cara, manos, pies, articulaciones) durante las actividades (Objetivo 1).
- Identifica y señala las partes del cuerpo en sí mismos y en representaciones gráficas (Objetivo 2).
- Realiza movimientos adecuados que involucren las articulaciones señaladas (Objetivo 3).
- Participa de manera colaborativa en la creación del mural “Cuerpo gigante” y en presentaciones grupales (Objetivo 4).

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para observación directa del reconocimiento y nombramiento de partes del cuerpo.
- Registro anecdótico durante juegos y actividades de movimiento.
- Portafolio con dibujos y productos gráficos (mural, dibujos de articulaciones).
- Rúbrica sencilla para evaluar presentación oral y corporal en la última sesión.

Evidencias de aprendizaje:

- Participación y respuestas en juegos y actividades de identificación corporal.
- Productos gráficos: mural “Cuerpo gigante” completo y dibujos de articulaciones.
- Demostraciones de movimientos coordinados en juegos de articulaciones.
- Presentación oral y corporal en actividades finales mostrando conocimiento del esquema corporal.