

¡Cuidemos y Respetemos Nuestro Cuerpo! Aprendiendo sobre riesgos y cómo pedir ayuda

Ética y Valores | Ética y valores | Diseño Universal para el Aprendizaje

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que niños de 6 años aprendan sobre el valor del respeto y el cuidado de su propio cuerpo, reconociendo los riesgos que pueden enfrentar en su vida diaria y aprendiendo cuándo y cómo pedir ayuda a personas confiables. A través de actividades divertidas y participativas, los estudiantes comprenderán la importancia de proteger su integridad física y emocional, fomentando un ambiente de respeto hacia sí mismos y los demás. Este aprendizaje es fundamental para su desarrollo personal y social, ya que les proporciona herramientas para actuar de manera segura y responsable en diferentes situaciones. Además, se conecta directamente con sus experiencias cotidianas, como en la escuela, casa y espacios públicos, ayudándoles a identificar señales de peligro y reforzar la confianza para solicitar apoyo cuando lo necesiten.

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar y describir riesgos comunes que pueden afectar su cuidado personal.
- Reconocer la importancia del respeto hacia su propio cuerpo y el de los demás.
- Demostrar habilidades básicas para pedir ayuda de manera adecuada en situaciones de riesgo.
- Expresar ideas y sentimientos sobre la importancia del autocuidado y el respeto corporal.

Recursos Necesarios

- Carteles con imágenes de situaciones cotidianas de riesgo y cuidado personal (5 carteles).
- Tarjetas de personajes confiables (familiares, maestros, policías, médicos) – 10 tarjetas.
- Pelota suave para dinámica de participación (1 unidad).
- Hojas blancas y crayones o colores para dibujo (1 hoja y caja de crayones por estudiante).
- Video corto animado sobre cuidado personal y pedir ayuda (3-4 minutos).
- Reproductor multimedia o computadora con proyector.
- Lista de cotejo para observación del docente.
- Marcadores y pizarrón o rotafolio.

Requisitos Previos

- Conocer las partes básicas del cuerpo humano.
- Haber trabajado previamente temas de convivencia y respeto básico.

- Capacidad para expresar ideas y emociones en forma sencilla.
- Habilidades básicas para seguir instrucciones orales.

Actividades

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

El docente explica a los estudiantes que aprenderán sobre cómo cuidar su cuerpo, reconocer situaciones que pueden ser riesgosas y cómo pedir ayuda cuando se sientan inseguros. Destaca que cuidar y respetar nuestro cuerpo es muy importante para estar sanos y felices.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Muestra varios carteles con imágenes de niños en diferentes situaciones (jugando, comiendo, en la escuela, con un adulto). Pregunta: “¿Qué están haciendo estos niños? ¿Creen que están cuidando su cuerpo? ¿Cómo?”
- **Estudiantes:** Observan los carteles y responden con ejemplos de cómo cuidan su cuerpo y si conocen alguna situación donde hayan pedido ayuda.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Cuenta un dato curioso: “¿Sabían que nuestro cuerpo es como un castillo que debemos proteger? Y si algo nos asusta o nos duele, podemos pedir ayuda para cuidarlo mejor.”
- **Estudiantes:** Escuchan atentos y muestran interés para aprender a proteger su “castillo” personal.

Contextualización:

- **Docente:** Relaciona el tema con su vida diaria: “En la escuela, en casa o en el parque, a veces podemos encontrar situaciones que pueden ser riesgosas. Hoy vamos a aprender a reconocerlas y a pedir ayuda para estar seguros.”
- **Estudiantes:** Participan compartiendo ejemplos de lugares donde han estado y cómo se cuidan.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 40 minutos

Presentación del contenido:

El docente presenta un video animado corto que muestra situaciones cotidianas donde los niños cuidan su cuerpo, identifican riesgos y piden ayuda a adultos confiables. Después, se realiza una explicación sencilla con imágenes sobre el respeto al cuerpo, tipos de riesgos y personas a quienes pueden acudir.

Actividades de aprendizaje activo:

Actividad 1: “Reconociendo riesgos y cuidando mi cuerpo”

- **Objetivo:** Identificar riesgos comunes y la importancia del cuidado personal.
- **Instrucciones:**
 - El docente muestra los carteles con situaciones de riesgo y cuidado.
 - En grupos de 3, los estudiantes comentan qué ven en cada imagen y si es una situación segura o riesgosa.
 - Cada grupo señala una imagen y explica por qué es importante cuidar el cuerpo en esa situación.
- **Organización:** Grupos de 3 estudiantes.
- **Producto:** Explicación grupal sobre un cartel y el riesgo o cuidado identificado.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol docente:** Escucha, guía con preguntas como “¿Por qué crees que es importante cuidarse aquí?”, “¿Qué harías para estar seguro?” y fomenta la participación de todos.

Actividad 2: “El juego de pedir ayuda”

- **Objetivo:** Practicar cómo pedir ayuda de manera adecuada y reconocer a personas confiables.
- **Instrucciones:**
 - El docente reparte las tarjetas de personajes confiables.
 - En círculo, con la pelota, el docente lanza la pelota a un estudiante y dice una situación (ejemplo: “Me caí y me duele la rodilla”).
 - El estudiante que recibe la pelota debe nombrar a quién pediría ayuda y cómo lo haría (por ejemplo, “Le pido ayuda a la maestra y le digo que me duele la rodilla”).
 - Se repite hasta que todos participen al menos una vez.
- **Organización:** Plenaria con dinámica de círculo.
- **Producto:** Participación oral y demostración de pedir ayuda.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol docente:** Motiva respuestas, corrige gentilmente, refuerza frases para pedir ayuda claras y respetuosas, y asegura que todos participen.

Actividad 3: “Dibujo del cuerpo que cuido y respeto”

- **Objetivo:** Expresar mediante el dibujo ideas sobre el cuidado y respeto a su cuerpo.
- **Instrucciones:**
 - Cada estudiante recibe una hoja y crayones para dibujar su cuerpo y elementos que lo cuidan (por ejemplo, lavarse las manos, usar casco, pedir ayuda).
 - Al finalizar, algunos alumnos comparten su dibujo explicando qué han incluido y por qué.

- **Organización:** Individual.
- **Producto:** Dibujo personal y explicación oral.
- **Tiempo:** 10 minutos.
- **Rol docente:** Observa los dibujos, hace preguntas abiertas para profundizar el significado y brinda refuerzo positivo.

Diferenciación:

- **Para estudiantes que terminan antes:** Se les invita a crear una pequeña historia o cuento corto sobre una situación donde pidieron ayuda o cuidaron su cuerpo, que pueden compartir con el grupo.
- **Para estudiantes que necesitan más apoyo:** Se les asigna un compañero tutor para apoyar la comprensión y expresión durante las actividades; se usan imágenes adicionales y vocabulario sencillo para explicar las instrucciones.

Transiciones:

El docente conecta la actividad de grupos con la dinámica en círculo diciendo: “Ahora que sabemos qué situaciones son riesgosas, vamos a practicar cómo pedir ayuda cuando sea necesario.” Luego para pasar al dibujo dice: “Muy bien, ahora vamos a mostrar con colores cómo cuidamos y respetamos nuestro cuerpo.”

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis:

El docente invita a todos a realizar un “ticket de salida” donde cada estudiante dice o escribe (con ayuda si es necesario) una cosa que aprendió sobre el cuidado de su cuerpo o cómo pedir ayuda.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Por qué es importante respetar y cuidar nuestro cuerpo?
- ¿Qué harías si te sientes en peligro o incómodo en alguna situación?
- ¿A quién puedes pedir ayuda si la necesitas?

Retroalimentación:

El docente escucha las respuestas del ticket de salida, refuerza las ideas clave, felicita los aportes y aclara dudas en el momento con palabras sencillas y afectuosas.

Transferencia:

El docente invita a los estudiantes a poner en práctica lo aprendido en casa y en la escuela, recordándoles que siempre deben cuidar su cuerpo y pedir ayuda cuando algo los haga sentir inseguros.

Tarea o reto:

Los niños llevarán una hoja para colorear en casa donde dibujarán a una persona confiable a quien puedan pedir ayuda, y la compartirán con sus compañeros al día siguiente.

Evaluación

Tipo de evaluación: La evaluación es formativa, aplicada durante la fase de desarrollo y cierre para monitorear el aprendizaje y reforzar conceptos.

• **Criterios de evaluación:**

- Identifica al menos dos riesgos comunes y explica cómo cuidarse (Objetivo 1).
- Demuestra respeto hacia su cuerpo expresando ideas claras en actividades orales o escritas (Objetivo 2).
- Practica pedir ayuda nombrando personas confiables y usando frases adecuadas (Objetivo 3).
- Expresa emociones e ideas sobre autocuidado mediante el dibujo o la explicación oral (Objetivo 4).

• **Instrumentos sugeridos:**

- Lista de cotejo para observación directa durante actividades orales y grupales.
- Portafolio con dibujos y frases escritas o dictadas por el estudiante.
- Autoevaluación breve con preguntas guiadas durante el ticket de salida.

• **Evidencias de aprendizaje:**

- Participación activa en discusiones y dinámicas grupales.
- Explicaciones orales durante la dinámica de pedir ayuda.
- Dibujo personal que refleja comprensión del cuidado y respeto corporal.
- Respuestas del ticket de salida que muestran la reflexión sobre el tema.

Enriquecimientos

Desarrollo - Rubrica

Rúbrica de Evaluación para el Plan de Clase: ¡Cuidemos y Respetemos Nuestro Cuerpo!

Criterio	Excelente (3 puntos)	Satisfactorio (2 puntos)	En desarrollo (1 punto)
Comprensión del valor del respeto hacia el cuerpo	Expresa claramente por qué es importante respetar y cuidar el cuerpo, usando ejemplos propios.	Entiende que debe respetar su cuerpo, pero necesita ayuda para explicar por qué.	Demuestra dificultad para identificar la importancia de respetar su cuerpo.
Identificación de riesgos para el cuerpo	Reconoce varios ejemplos de riesgos y explica cómo evitarlos con sus propias palabras.	Identifica algunos riesgos comunes con apoyo del docente o compañeros.	Confunde o no identifica riesgos relacionados con el cuidado personal.

Criterio	Excelente (3 puntos)	Satisfactorio (2 puntos)	En desarrollo (1 punto)
Capacidad para pedir ayuda cuando hay un problema	Demuestra con claridad a quién y cómo pedir ayuda, usando ejemplos y role-play.	Reconoce que debe pedir ayuda, pero necesita guía para saber a quién acudir.	No identifica la importancia de pedir ayuda o a quién dirigirse.
Participación activa en las actividades	Participa con entusiasmo, escucha a otros y comparte ideas respetuosamente.	Participa cuando se le invita y sigue indicaciones básicas.	Se muestra poco atento o no participa en las actividades.

Indicaciones para el docente: Durante la sesión, observe y registre el desempeño de cada estudiante en relación con estos criterios. La rúbrica es una guía para valorar el progreso y orientar retroalimentación positiva, fomentando el respeto y el cuidado del cuerpo en los niños de 6 años.