

Mi cuerpo merece respeto: reglas confiables para cuidarlo

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

Descripción

Este plan de clase tiene como propósito que los niños y niñas de 6 años comprendan la importancia del valor del respeto hacia su cuerpo y aprendan reglas confiables para cuidarlo. La sesión busca que los estudiantes reconozcan que su cuerpo es valioso, que merece protección y que ellos mismos pueden actuar para mantenerlo sano y seguro. A través de actividades lúdicas y participativas, los niños comprenderán cómo respetar su cuerpo, identificar límites saludables y practicar hábitos de cuidado. Este aprendizaje es relevante porque fomenta la autoestima, la autonomía y la responsabilidad desde una edad temprana, vinculándose directamente con su vida diaria, ya sea al jugar, alimentarse, descansar o relacionarse con otros. Además, se promueve un ambiente escolar seguro y respetuoso, donde cada niño se siente valorado y protegido. La metodología utilizada, Diseño Universal para el Aprendizaje, garantiza que todos los estudiantes, con diferentes estilos y necesidades, accedan al conocimiento y participen activamente durante la sesión de 60 minutos.

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar reglas confiables para cuidar y respetar su cuerpo.
- Expresar con palabras y gestos el valor del respeto hacia su cuerpo y el de los demás.
- Aplicar hábitos básicos de cuidado corporal en situaciones cotidianas.
- Reconocer la importancia de establecer límites personales para proteger su integridad.

Recursos Necesarios

- Cartulina con dibujos grandes del cuerpo humano (1 por grupo).
- Tarjetas con imágenes y palabras sobre reglas de cuidado corporal (20 tarjetas).
- Hojas blancas y crayones o lápices de colores (1 por niño).
- Video animado corto sobre el respeto y cuidado del cuerpo (3 minutos).
- Reproductor multimedia (computadora o proyector).
- Pizarra y plumones de colores.
- Sticker o sello para premiar participación (opcional).

Requisitos Previos

- Conocimiento básico sobre partes del cuerpo (aprendido en grados anteriores).
- Habilidad para expresarse oralmente en frases sencillas.

- Experiencias previas en actividades grupales y juegos cooperativos.
- Reconocimiento de emociones básicas como alegría, tristeza o molestia.

Actividades

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Docente: "Hoy vamos a aprender por qué nuestro cuerpo es muy importante y cómo podemos cuidarlo y respetarlo para sentirnos bien y fuertes."

Estudiantes: Escuchan atentos y preparan sus mentes para participar.

Activación de conocimientos previos:

Docente: Muestra una imagen grande y colorida de un cuerpo humano dibujado.

- Pregunta: "¿Cuáles partes del cuerpo conocen? ¿Para qué creen que sirve cada parte?"
- Los niños responden nombrando partes y funciones sencillas.

Motivación y enganche:

Docente: "¿Sabían que nuestro cuerpo nos habla? Cuando tenemos hambre, frío o miedo, nuestro cuerpo nos manda señales. ¿Quieren aprender a escuchar esas señales y cuidarnos mejor?"

Presenta un video animado corto que muestra situaciones donde niños cuidan su cuerpo y se respetan.

Estudiantes: Observan el video y comentan brevemente lo que vieron.

Contextualización:

Docente: "En nuestra vida diaria, cuando jugamos, comemos o descansamos, podemos hacer cosas para cuidar nuestro cuerpo y sentirnos bien. ¡Vamos a descubrir esas reglas juntos!"

Estudiantes: Se preparan para participar activamente en las siguientes actividades.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 40 minutos

Presentación del contenido:

Docente: Explica con lenguaje sencillo y apoyado con imágenes las reglas confiables para cuidar el cuerpo. Ejemplos: lavarse las manos, no tocarse con objetos sucios, pedir ayuda si algo duele, respetar el espacio personal, etc.

Utiliza cartulinas con dibujos y tarjetas ilustrativas para representar cada regla.

Actividad 1: "Mi cuerpo y sus reglas"

- **Objetivo:** Identificar reglas confiables para cuidar y respetar el cuerpo.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** "Voy a repartir estas tarjetas con imágenes. En parejas, lean o observen las imágenes y decidan si la regla ayuda a cuidar el cuerpo o no."
 - Las parejas conversan y luego colocan las tarjetas en dos grupos: "Reglas para cuidar mi cuerpo" y "No son reglas para cuidar".
- **Organización:** Parejas
- **Producto:** Agrupación correcta de tarjetas.
- **Tiempo:** 15 minutos
- **Rol del docente:** Pasea entre parejas, formula preguntas como "¿Por qué esta regla ayuda a cuidar tu cuerpo?" o "¿Qué pasaría si no seguimos esta regla?" para guiar la reflexión.

Actividad 2: "Dibujo y expresión"

- **Objetivo:** Expresar el valor del respeto hacia el cuerpo mediante dibujo y palabras.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** "Ahora vamos a dibujar nuestro cuerpo y escribir o decir una regla que nos ayude a respetarlo y cuidarlo."
 - Cada niño recibe hoja y crayones y realiza su dibujo.
 - Luego, voluntariamente, comparten su regla con el grupo.
- **Organización:** Individual con puesta en común en plenaria.
- **Producto:** Dibujo con regla escrita o expresada oralmente.
- **Tiempo:** 15 minutos
- **Rol del docente:** Apoya con preguntas guiadoras: "¿Qué parte de tu cuerpo quieres cuidar? ¿Qué regla te ayuda a protegerla?"

Actividad 3: "Juego de límites y respeto"

- **Objetivo:** Reconocer la importancia de establecer límites personales para proteger su integridad.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** "Vamos a jugar a un juego donde cada uno dice 'sí' o 'no' a que alguien toque una parte de su cuerpo. Así aprendemos a respetar nuestro espacio y decir cuando algo no nos gusta."
 - Se forman grupos de 4. Un niño dice una parte del cuerpo y otro dice si está de acuerdo o no que lo toquen.
 - Se repite varias veces con diferentes partes y niños.
- **Organización:** Grupos de 4
- **Producto:** Participación activa y verbalización de límites personales.

- **Tiempo:** 10 minutos
- **Rol del docente:** Observa, refuerza respuestas y promueve respeto entre compañeros.

Diferenciación:

- **Para estudiantes que terminan antes:** Invitarlos a crear una pequeña canción o rima sobre cómo cuidar el cuerpo para compartir con el grupo.
- **Para estudiantes que necesitan más apoyo:** Ofrecer ayuda individual para dibujar o expresar reglas, usar pictogramas o apoyos visuales, y permitir expresarse oralmente si no escriben.

Transiciones:

Docente: "Muy bien, ahora que conocemos las reglas y cómo expresarlas, vamos a compartir lo que aprendimos para recordarlas mejor."

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis:

Docente: En círculo, cada niño dice una regla para cuidar su cuerpo que aprendió hoy.

Luego, en la pizarra dibuja un mapa mental colectivo con las reglas mencionadas y palabras claves (respeto, cuidado, límites).

Reflexión metacognitiva:

- "¿Por qué es importante respetar nuestro cuerpo?"
- "¿Qué regla te gusta más para cuidar tu cuerpo y por qué?"
- "¿Cómo puedes ayudar a tus amigos a cuidar sus cuerpos?"

Estudiantes: Responden con frases cortas y el docente refuerza las ideas clave.

Retroalimentación:

Docente: Elogia la participación y reconoce los esfuerzos de cada niño, corrigiendo con palabras positivas y guiadas para reforzar el aprendizaje.

Transferencia:

Docente: "Recuerden que estas reglas también las pueden usar en casa y en el parque para cuidar su cuerpo y sentirse bien siempre."

Tarea o reto:

Docente: "Para la próxima vez, intenten en casa contarle a su familia una regla para cuidar su cuerpo y luego me cuentan qué les dijeron."

Evaluación

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

Criterios de evaluación:

- Identifica correctamente por lo menos 3 reglas confiables para cuidar su cuerpo (Objetivo 1).
- Expresa el valor del respeto hacia su cuerpo y el de otros mediante palabras o dibujos (Objetivo 2).
- Aplica y explica un hábito básico de cuidado corporal en actividad o juego (Objetivo 3).
- Reconoce y verbaliza límites personales durante el juego de respeto (Objetivo 4).

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para registrar participación y respuestas durante actividades.
- Rúbrica sencilla para evaluar dibujos y expresiones orales.
- Observación directa durante juegos y dinámicas grupales.
- Autoevaluación oral breve al final: "¿Qué aprendí hoy?"

Evidencias de aprendizaje:

- Agrupación correcta de tarjetas con reglas confiables.
- Dibujo individual con regla escrita o expresada oralmente.
- Participación activa y respetuosa en el juego de límites.
- Respuestas y reflexiones durante la síntesis y metacognición.

Enriquecimientos

Desarrollo - Rubrica

Rúbrica para Evaluar el Proceso de Aprendizaje: "Mi cuerpo merece respeto: reglas confiables para cuidarlo"

Criterios	Excelente (3 puntos)	En Proceso (2 puntos)	Necesita Apoyo (1 punto)
Reconocimiento del valor del respeto hacia su cuerpo	Expresa claramente por qué es importante respetar su cuerpo usando ejemplos simples y adecuados.	Muestra alguna comprensión del respeto hacia su cuerpo, pero sus explicaciones son básicas o incompletas.	No logra expresar el valor del respeto hacia su cuerpo o sus ideas son confusas.

Criterios	Excelente (3 puntos)	En Proceso (2 puntos)	Necesita Apoyo (1 punto)
Identificación de reglas confiables para cuidar su cuerpo	Enumera al menos tres reglas confiables para cuidar su cuerpo y las explica con palabras propias.	Reconoce una o dos reglas para cuidar su cuerpo, pero necesita ayuda para explicarlas.	No identifica reglas confiables o confunde conceptos sobre el cuidado del cuerpo.
Participación en actividades de aprendizaje	Participa activamente en las actividades, escucha a sus compañeros y responde con interés.	Participa con ayuda del docente o compañeros, mostrando interés parcial en las actividades.	Se distrae o no participa en las actividades propuestas durante la sesión.
Demostración de respeto hacia su propio cuerpo durante la sesión	Demuestra cuidado y respeto por su cuerpo en acciones y lenguaje durante toda la sesión.	En algunas ocasiones muestra respeto hacia su cuerpo, pero olvida o descuida en otras.	No evidencia respeto hacia su cuerpo durante la sesión o tiene conductas inadecuadas.

Instrucciones para la evaluación: El docente observará y registrará las evidencias durante la sesión para asignar puntajes en cada criterio. El puntaje máximo es 12 puntos. Se considera que el estudiante ha alcanzado el objetivo si obtiene al menos 9 puntos. En caso contrario, se recomienda reforzar los conceptos en actividades posteriores.