

Descubriendo nuestro cuerpo: Anatomía y cuidado de la salud sexual

Ciencias Naturales | Biología | Aprendizaje Basado en Retos

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que las y los estudiantes de primaria, entre 6 y 11 años, conozcan de manera respetuosa y adecuada a su edad la anatomía y fisiología sexual femenina y masculina. El propósito es que comprendan la importancia de su cuerpo, aprendan a identificar sus partes y funciones básicas, y desarrollen habilidades para cuidarse y proteger su salud. Se abordará el tema desde una perspectiva natural, científica y positiva, fomentando el respeto y la valoración del cuerpo propio y ajeno.

Este conocimiento es relevante porque les ayuda a entender los cambios que experimentan, a prevenir riesgos y a promover hábitos saludables desde temprana edad. Además, se vincula con situaciones cotidianas como la higiene personal y el respeto a su intimidad y la de los demás. La metodología de Aprendizaje Basado en Retos permitirá que los estudiantes enfrenten preguntas y situaciones reales, estimulando su curiosidad y creatividad para encontrar soluciones.

Así, este plan fomenta un ambiente seguro y de confianza donde las niñas y niños pueden explorar y aprender sobre su cuerpo para crecer sanos y felices.

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar las principales partes de la anatomía sexual femenina y masculina de forma correcta.
- Describir funciones básicas de los órganos sexuales relacionados con la salud y el cuidado personal.
- Explicar la importancia de mantener hábitos de higiene y respeto hacia el propio cuerpo y el de los demás.
- Analizar situaciones cotidianas para aplicar medidas que protejan su salud sexual y bienestar.

Recursos Necesarios

- Carteles ilustrativos con dibujos respetuosos y claros de anatomía sexual femenina y masculina (1 por grupo).
- Hojas para dibujar y colorear partes del cuerpo (1 por estudiante).
- Marcadores, lápices de colores y crayones.
- Libro infantil o cuento corto que hable sobre el cuerpo humano y el respeto personal (1 copia para lectura en voz alta).
- Videos animados educativos sobre higiene personal y cuidado del cuerpo (2 videos de 5 minutos cada uno, reproducidos en computadora o proyector).
- Fichas con preguntas para el reto (1 por grupo).

- Cartulinas y materiales para elaborar afiches (1 set por grupo).
- Cuaderno o hoja para notas y reflexiones (1 por estudiante).

Requisitos Previos

- Conocimiento básico sobre partes del cuerpo humano general (cabeza, brazos, piernas, etc.) adquirido en años anteriores.
- Habilidades para escuchar, expresarse oralmente y trabajar en equipo.
- Experiencia previa en actividades de dibujo y uso de colores.
- Actitud de respeto y curiosidad hacia el aprendizaje de temas relacionados con el cuerpo y la salud.

Actividades

Sesión 1: Explorando y conociendo nuestro cuerpo

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 15 minutos

Propósito de la sesión:

Docente: Explica que hoy comenzarán un viaje para conocer mejor su cuerpo, en especial las partes que ayudan a crecer sanos y fuertes. Esto es importante para cuidarse y respetarse.

Estudiantes: Escuchan con atención y participan con curiosidad.

Activación de conocimientos previos:

Docente: Muestra un dibujo simple del cuerpo humano y pregunta: “¿Cuáles son algunas partes del cuerpo que ya conocen? ¿Para qué creen que sirven?”

Estudiantes: Responden nombrando partes del cuerpo y comentan sus usos.

Motivación y enganche:

Docente: Cuenta un dato curioso: “¿Sabían que nuestro cuerpo tiene partes especiales que nos ayudan a crecer y a cuidarnos? Hoy vamos a descubrir cuáles son y cómo hacerlo.”

Estudiantes: Muestran interés y hacen preguntas.

Contextualización:

Docente: Relaciona el tema con la vida diaria: “Conocer nuestro cuerpo es como ser detectives que cuidamos nuestra salud y nos protegemos.”

Estudiantes: Se conectan con la idea y se preparan para aprender.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 90 minutos

Presentación del contenido:

Docente: Presenta carteles ilustrativos de la anatomía sexual femenina y masculina con lenguaje sencillo, explicando las partes principales como pene, testículos, vulva, vagina, etc., y sus funciones básicas relacionadas con el crecimiento y la salud. Se enfatiza el respeto y la privacidad.

Actividad 1: Juego "Conozco mi cuerpo"

- **Objetivo específico:** Identificar las principales partes de la anatomía sexual femenina y masculina.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Divide la clase en grupos mixtos de 3-4 estudiantes. Entrega carteles y hojas para que dibujen y coloreen las partes que aprendieron. Explica que deben nombrar las partes en su equipo.
 - **Estudiantes:** Trabajan en grupo, dibujan, colorean y hablan sobre las partes.
- **Organización:** Grupos pequeños.
- **Producto:** Dibujo grupal con etiquetas de las partes del cuerpo.
- **Tiempo:** 40 minutos.
- **Rol docente:** Circula por los grupos, pregunta “¿Para qué creen que sirve esta parte?”, refuerza vocabulario correcto y brinda apoyo si hay dudas.

Actividad 2: Cuento y diálogo "Mi cuerpo es valioso"

- **Objetivo específico:** Explicar la importancia del respeto y cuidado del propio cuerpo.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Lee en voz alta un cuento infantil que hable sobre el cuidado y respeto del cuerpo. Luego, guía una conversación con preguntas: “¿Por qué es importante respetar nuestro cuerpo? ¿Cómo podemos cuidarlo?”
 - **Estudiantes:** Escuchan y participan en la conversación compartiendo ideas.
- **Organización:** Plenaria.
- **Producto:** Participación oral y reflexiones.
- **Tiempo:** 30 minutos.
- **Rol docente:** Facilita el diálogo, fomenta un ambiente seguro y positivo.

Actividad 3: Reto grupal "Cuidemos nuestro cuerpo"

- **Objetivo específico:** Analizar situaciones cotidianas y proponer hábitos saludables.
- **Instrucciones:**

- **Docente:** Entrega fichas con situaciones como “Después de ir al baño”, “Antes de comer”, “Si alguien quiere tocar una parte privada”, y pregunta: “¿Qué harían para cuidarse?”
- **Estudiantes:** En grupos, discuten y anotan ideas para cuidar la higiene y su privacidad. Después, preparan un afiche con sus propuestas.
- **Organización:** Grupos pequeños.
- **Producto:** Afiche con hábitos saludables.
- **Tiempo:** 20 minutos.
- **Rol docente:** Observa discusiones, orienta con preguntas como “¿Por qué es importante este hábito?” y apoya la elaboración.

Diferenciación:

- Estudiantes que terminan antes pueden crear un pequeño cuento o dibujo adicional sobre cómo cuidar el cuerpo.
- Quienes requieran más apoyo reciben ayuda directa del docente o trabajan con un compañero que explique paso a paso.

Transición:

Docente: Resume lo aprendido y anuncia que en la próxima sesión explorarán cómo estos cuidados ayudan a su salud y bienestar cada día.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 15 minutos

Síntesis:

Docente: Pide a cada grupo compartir una idea clave que aprendieron sobre las partes y el cuidado del cuerpo, y construyen entre todos un mapa mental en el pizarrón.

Estudiantes: Participan mencionando ideas y colaboran en el mapa.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué parte de mi cuerpo aprendí hoy que es importante cuidar?
- ¿Por qué debo respetar mi cuerpo y el de los demás?
- ¿Qué hábito puedo hacer cada día para mantenerme sano?

Retroalimentación:

Docente: Felicita los aportes, corrige dudas con calma y reconoce el esfuerzo y el respeto mostrado.

Transferencia:

Docente: Invita a los estudiantes a compartir lo aprendido con su familia y a observar cómo aplican los cuidados en casa.

Tarea o reto:

En casa, dibujen o indiquen tres formas en que pueden cuidar su cuerpo y traigan esos dibujos para compartirlos en la siguiente sesión.

Sesión 2: Cuidando nuestra salud para crecer felices

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Docente: Recuerda brevemente la sesión anterior y explica que hoy aprenderán cómo cuidar su cuerpo para mantenerse saludables y felices.

Estudiantes: Escuchan y comparten los dibujos o ideas que llevaron de la tarea.

Activación de conocimientos previos:

Docente: Pregunta: “¿Qué hábitos para cuidar nuestro cuerpo recuerdan? ¿Por qué son importantes?”

Estudiantes: Responden y comentan sus experiencias.

Motivación y enganche:

Docente: Muestra un video animado corto sobre higiene personal y cuidado del cuerpo, enfatizando la importancia de la limpieza y el respeto.

Estudiantes: Observan atentos y comentan al finalizar.

Contextualización:

Docente: Conecta el video con la vida diaria: “Estas acciones ayudan a que nuestro cuerpo esté sano y fuerte para jugar, aprender y crecer.”

Estudiantes: Reflexionan y se motivan para seguir aprendiendo.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 95 minutos

Presentación del contenido:

Docente: Explica funciones básicas de fisiología sexual relacionadas con el cuidado: higiene, cambios en el cuerpo y protección de la intimidad. Utiliza ejemplos simples y lenguaje claro.

Actividad 1: Dramatización “Cuido mi cuerpo”

- **Objetivo específico:** Explicar la importancia del cuidado personal y la privacidad.

- **Instrucciones:**

- **Docente:** Divide a los estudiantes en grupos y reparte tarjetas con situaciones cotidianas (lavarse las manos, decir “no” si alguien quiere tocar una parte privada, ir al médico si duele algo). Cada grupo prepara y presenta una pequeña dramatización.
- **Estudiantes:** Preparan y representan la escena frente a la clase.

- **Organización:** Grupos pequeños.

- **Producto:** Dramatización y reflexión oral.

- **Tiempo:** 40 minutos.

- **Rol docente:** Orienta la preparación, fomenta el respeto y hace preguntas para profundizar: “¿Por qué es importante hacer esto?”

Actividad 2: Creación de un mural “Mi cuerpo y yo”

- **Objetivo específico:** Analizar y representar hábitos para cuidar la salud sexual.

- **Instrucciones:**

- **Docente:** Entrega materiales para que cada grupo elabore un mural que incluya dibujos, frases y consejos para cuidar el cuerpo y la salud.
- **Estudiantes:** Trabajan colaborativamente para diseñar y decorar el mural.

- **Organización:** Grupos pequeños.

- **Producto:** Mural colectivo.

- **Tiempo:** 45 minutos.

- **Rol docente:** Apoya con ideas, supervisa y fomenta la inclusión de conceptos aprendidos.

Diferenciación:

- Quienes terminan antes pueden hacer un dibujo personal o escribir un mensaje para el mural.
- Alumnos que necesitan apoyo reciben orientación individual o trabajan con compañeros facilitadores.

Transición:

Docente: Resume el trabajo realizado y explica que para finalizar reflexionarán sobre lo aprendido y cómo aplicarlo todos los días.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 15 minutos

Síntesis:

Docente: Propone un “ticket de salida” en el que cada estudiante escribe o dibuja una cosa que aprendió y cómo la va a aplicar para cuidarse.

Estudiantes: Escriben o dibujan y comparten voluntariamente.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué parte de mi cuerpo es importante cuidar y por qué?
- ¿Cómo puedo proteger mi salud y mi privacidad?
- ¿Qué haré diferente ahora para cuidarme mejor?

Retroalimentación:

Docente: Revisa los tickets, reconoce el esfuerzo y responde dudas finales. Felicita el compromiso con el cuidado personal.

Transferencia:

Docente: Invita a los estudiantes a compartir lo aprendido con su familia y a practicar los hábitos diarios para mantenerse saludables.

Tarea o reto:

Observar durante la semana en casa y en la escuela cómo aplican los cuidados aprendidos y traer un dibujo o explicación para compartir en la siguiente clase.

Evaluación

Tipo de evaluación:

- Diagnóstica: Activación de conocimientos previos en ambas sesiones para conocer lo que saben sobre el cuerpo.
- Formativa: Observación durante actividades grupales, dramatizaciones, elaboración de afiches y murales para valorar comprensión y aplicación.
- Sumativa: Evaluación mediante el ticket de salida y productos elaborados que demuestran el logro de objetivos.

Criterios de evaluación:

- Identifica correctamente las partes básicas de la anatomía sexual femenina y masculina.
- Describe con lenguaje apropiado funciones básicas de los órganos relacionados con la salud.
- Demuestra comprensión de la importancia de hábitos de higiene y respeto hacia el cuerpo propio y ajeno.
- Propone y aplica medidas de cuidado y protección en situaciones cotidianas.

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para observar participación, uso correcto de vocabulario y comprensión.
- Rúbrica sencilla para evaluar dibujos, afiches y dramatizaciones según claridad, respeto y contenido.
- Observación directa durante actividades y discusión.
- Autoevaluación simple con preguntas guiadas durante la reflexión.

Evidencias de aprendizaje:

- Dibujos y etiquetas correctas de las partes del cuerpo.
- Aportes orales y escritos en actividades de reflexión y dramatización.
- Afiche y mural con propuestas de hábitos saludables.
- Respuestas en el ticket de salida que reflejan comprensión y compromiso.