

¡Descubre y Cuida Mi Cuerpo!

Persona y sociedad | Creatividad | Aprendizaje Colaborativo

Descripción

Este plan de clase tiene como propósito que los niños y niñas de preescolar aprendan sobre su cuerpo humano de manera divertida y colaborativa. A través de actividades lúdicas y en pequeños grupos, explorarán las partes del cuerpo, especialmente las extremidades, y conocerán sus características y funciones básicas. Además, se promoverá el respeto y la valoración de las diversidades, así como el cuidado integral del cuerpo, incluyendo el uso de los sentidos, la importancia del lavado de manos y una merienda saludable. Todo ello enmarcado en el contexto de la Semana del Día del Niño, haciendo que el aprendizaje sea significativo y conectado con su vida diaria y sus derechos.

Esta experiencia fomenta la autoestima corporal, la responsabilidad compartida y el respeto hacia sí mismos y hacia sus compañeros, promoviendo habilidades sociales, motrices y de higiene. Los niños y niñas podrán reconocer su cuerpo como una herramienta valiosa para conocer el mundo, cuidarlo y disfrutarlo, fortaleciendo hábitos saludables desde temprana edad.

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar y nombrar las partes extremas del cuerpo y sus funciones, promoviendo su cuidado.
- Reconocer la importancia de los sentidos y practicar hábitos para su protección y cuidado integral.
- Valorar la diversidad corporal y respetar las diferencias individuales entre sus compañeros.
- Participar colaborativamente en un proyecto de merienda saludable, promoviendo hábitos alimenticios sanos.
- Practicar correctamente el lavado de manos como hábito fundamental para el cuidado personal.

Recursos Necesarios

- Muñecos o figuras del cuerpo humano adaptadas para preescolar (1 por grupo de 4 niños).
- Carteles con imágenes grandes y coloridas de partes del cuerpo y sentidos (5 carteles).
- Materiales para manualidades: papel, crayones, tijeras sin punta, pegamento.
- Toallas de papel, jabón líquido y agua para lavado de manos.
- Frutas variadas para la merienda saludable (manzana, plátano, naranja) y vasos plásticos.
- Reproductor de música para canciones infantiles sobre el cuerpo humano y el lavado de manos.
- Hojas de dibujo con el esquema del cuerpo humano para pintar y pegar etiquetas.
- Carteles con reglas de respeto y cuidado corporal.

Requisitos Previos

- Experiencia previa con el reconocimiento básico de su cuerpo (cabeza, manos, pies).
- Habilidades básicas para trabajar en grupo y compartir materiales.
- Conocimiento básico de normas de convivencia en el aula.
- Participación previa en actividades de higiene personal, como lavado de manos.

Actividades

Fase de Inicio

Tiempo estimado:

10 minutos

Propósito de la sesión:

Docente: “Hoy vamos a descubrir nuestro cuerpo, cómo cuidarlo y qué tan especial es, porque cada uno de ustedes es único y maravilloso.”

Estudiantes: Escuchan y expresan sus expectativas.

Activación de conocimientos previos:

Docente: Muestra un muñeco grande y pregunta: “¿Pueden señalar con sus manos dónde están mis manos, mis pies y mi cabeza?”

Estudiantes: Señalan las partes mencionadas en sí mismos y en el muñeco.

Motivación y enganche:

Docente: Canta una canción corta y pegajosa sobre el cuerpo humano (“Cabeza, hombros, rodillas y pies”) e invita a los niños a moverse junto con la canción.

Estudiantes: Participan cantando y moviéndose, mostrando entusiasmo.

Contextualización:

Docente: Explica: “Vamos a aprender cómo cuidar nuestro cuerpo para estar sanos y felices, y también a respetar a nuestros amigos y sus diferencias.”

Estudiantes: Escuchan y se preparan para las actividades en grupo.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado:

40 minutos

Presentación del contenido:

Docente: Divide a los niños en grupos de 4 y entrega a cada grupo un muñeco y carteles de partes del cuerpo. Explica que juntos explorarán las partes del cuerpo, sus funciones y cómo cuidarlas.

Estudiantes: Se organizan en grupos y preparan materiales.

Actividad 1: “Explorando mi cuerpo”

- **Objetivo:** Identificar partes extremas del cuerpo y sus funciones.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** “Cada grupo va a pegar etiquetas con los nombres en las manos, pies, cabeza y otras partes del muñeco.”
 - **Estudiantes:** Colaboran para colocar etiquetas y nombrar las partes señalándolas en el muñeco y en ellos mismos.
- **Organización:** Grupos de 4 niños.
- **Producto:** Muñeco con etiquetas y niños que nombran las partes.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol docente:** Observa la participación, formula preguntas como “¿Para qué usamos las manos? ¿Y los pies?” y apoya a quienes tienen dudas.

Actividad 2: “Los sentidos y su cuidado”

- **Objetivo:** Reconocer los sentidos y hábitos para protegerlos.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Muestra carteles de los sentidos y pregunta: “¿Con qué parte del cuerpo escuchamos? ¿Con qué vemos?”
 - **Estudiantes:** Responden y señalan las partes correspondientes.
 - **Docente:** “Ahora vamos a hacer un juego: en parejas se vendan los ojos y el compañero le describe un sonido o un objeto para que adivine con los sentidos.”
 - **Estudiantes:** Juegan en parejas, turnándose para adivinar.
- **Organización:** Parejas.
- **Producto:** Participación activa en el juego sensorial.
- **Tiempo:** 12 minutos.
- **Rol docente:** Facilita el juego, garantiza el respeto y seguridad, pregunta “¿Cómo cuidamos los ojos y los oídos?” para reforzar cuidado integral.

Actividad 3: “Merienda saludable y lavado de manos”

- **Objetivo:** Practicar hábitos saludables en alimentación e higiene.
- **Instrucciones:**

- **Docente:** “Vamos a preparar una merienda con frutas que nos ayudan a cuidar nuestro cuerpo.”
- **Estudiantes:** En grupos, lavan bien las manos con ayuda del docente y preparan la merienda.
- **Docente:** “Mientras comemos, recordemos lo importante que es cuidar nuestro cuerpo con alimentos sanos y limpiar nuestras manos para no enfermarnos.”

- **Organización:** Grupos de 4.

- **Producto:** Participación en la preparación y consumo de la merienda saludable.

- **Tiempo:** 13 minutos.

- **Rol docente:** Supervisa el lavado correcto de manos, fomenta el diálogo sobre la alimentación sana y el cuidado personal.

Diferenciación:

- Para estudiantes que terminan antes: Invitar a dibujar su parte del cuerpo favorita y contar por qué la cuidan.
- Para estudiantes que necesitan más apoyo: Asignar un adulto o compañero guía para acompañar en las actividades prácticas y ofrecer explicaciones sencillas y visuales.

Transiciones:

Docente: Conecta las actividades diciendo: “Ahora que aprendimos las partes y los sentidos, vamos a cuidar nuestro cuerpo con una merienda rica y lavándonos las manos para estar sanos.”

Fase de Cierre

Tiempo estimado:

10 minutos

Síntesis:

Docente: Reúne a los niños en círculo y pide que cada grupo comparta qué parte del cuerpo aprendieron y cómo la van a cuidar.

Estudiantes: Comparten con palabras o gestos lo que aprendieron y cómo cuidarán su cuerpo.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Cuál es tu parte favorita del cuerpo y por qué?
- ¿Qué puedes hacer para cuidar tus sentidos?
- ¿Por qué es importante lavarse las manos antes de comer?

Docente: Formula estas preguntas y escucha las respuestas, guiando para que reflexionen sobre sus aprendizajes.

Retroalimentación:

Docente: Felicita a todos por su trabajo en equipo y por aprender a cuidar su cuerpo, destacando ejemplos específicos y reforzando el respeto y cuidado.

Transferencia:

Docente: “Ahora pueden contar en casa lo que aprendieron y ayudar a su familia a lavarse las manos y elegir alimentos saludables.”

Tarea/Reto:

Docente: “Esta semana, en la Semana del Niño, vamos a seguir cuidándonos y jugando para aprender más sobre nuestro cuerpo y nuestros derechos.”

Evaluación

Tipo de evaluación: Diagnóstica al inicio (observación y activación de conocimientos), formativa durante el desarrollo (observación directa y preguntas guía), y sumativa en el cierre (reflexión y verbalización de aprendizajes).

Criterios de evaluación:

- Reconoce y nombra partes del cuerpo (objetivo 1).
- Identifica los sentidos y demuestra hábitos de cuidado (objetivo 2).
- Muestra respeto y valoración de la diversidad corporal (objetivo 3).
- Participa activamente y colabora en el proyecto de merienda saludable (objetivo 4).
- Aplica correctamente el lavado de manos (objetivo 5).

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para la observación de participación y nombrado de partes.
- Rúbrica sencilla para evaluar el trabajo en grupo y el cuidado de los materiales.
- Registro anecdótico de respuestas a preguntas durante la reflexión.

Evidencias de aprendizaje:

- Muñecos con etiquetas correctamente colocadas.
- Participación activa en el juego sensorial de los sentidos.
- Participación en la preparación y consumo de la merienda saludable.
- Práctica correcta del lavado de manos.
- Respuestas orales durante la síntesis y reflexión.