

Explorando mis sentidos: Una aventura de integración sensorial

Persona y sociedad | Habilidades Socioemocionales | Diseño Universal para el Aprendizaje

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que estudiantes de preescolar (3-5 años) descubran y comprendan la integración sensorial a través de actividades lúdicas y participativas. Los niños aprenderán a identificar y experimentar cómo sus sentidos trabajan juntos para procesar información del entorno, mejorando su atención, coordinación y regulación emocional. La integración sensorial es fundamental para el desarrollo de habilidades socioemocionales, ya que ayuda a los pequeños a sentirse seguros y a responder adecuadamente a estímulos externos.

El aprendizaje se conecta directamente con su vida diaria: reconocerán cómo el tacto, la vista, el oído, el olfato y el gusto les ayudan a entender y disfrutar el mundo que los rodea. Además, podrán manejar mejor sus emociones y comportamientos al comprender sus propias sensaciones corporales. Este plan utiliza la metodología del Diseño Universal para el Aprendizaje, ofreciendo múltiples formas de representación, expresión y motivación para atender la diversidad y fortalecer el desarrollo integral de todos los estudiantes.

Objetivos de Aprendizaje

- Reconocer y nombrar al menos tres sentidos que utilizan para explorar su entorno.
- Participar activamente en actividades que involucren la integración sensorial.
- Demostrar la capacidad de regular emociones y comportamientos a través de la conciencia sensorial.
- Expresar sus sensaciones y emociones utilizando palabras, gestos o dibujos.

Recursos Necesarios

- Imágenes grandes y coloridas de ojos, oídos, nariz, boca y manos (1 juego de imágenes)
- Texturas variadas en bolsas sensoriales o telas (lisas, ásperas, suaves, rugosas) – mínimo 5 tipos
- Instrumentos musicales simples (maracas, tambores pequeños, cascabeles) – 3 piezas
- Frutas y alimentos con sabores diferentes (dulce, ácido, salado) en pequeñas porciones
- Carteles con expresiones faciales diversas (feliz, triste, sorprendido, calmado)
- Reproductor de audio para canciones infantiles y sonidos ambientales
- Hojas blancas y crayones o lápices de colores
- Alfombrilla o tapete para actividades en el suelo

Requisitos Previos

- Habilidad básica para seguir instrucciones simples y participar en actividades grupales.
- Experiencia previa con juegos sensoriales básicos y reconocimiento de objetos comunes.
- Conocimiento inicial de algunas emociones básicas (feliz, triste, enojado).

Actividades

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Docente: “Hoy vamos a descubrir cómo usamos nuestros sentidos para conocer el mundo y cómo ellos trabajan juntos para ayudarnos a sentirnos bien.”

Estudiantes: Escuchan con atención y se preparan para participar.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Muestra las imágenes grandes de ojos, oídos, nariz, boca y manos, y pregunta: “¿Quién sabe para qué nos sirve cada uno de estos?”
- **Estudiantes:** Levantan la mano para responder y nombran sentidos o partes del cuerpo.
- **Docente:** Refuerza respuestas con frases como: “¡Exacto! Usamos los ojos para ver, las manos para tocar...”

Motivación y enganche:

- **Docente:** Dice: “Vamos a hacer un juego especial donde cada uno podrá sentir, oír, oler y probar cosas diferentes para entender cómo trabajan nuestros sentidos juntos.”
- **Estudiantes:** Muestran entusiasmo y curiosidad.

Contextualización:

Docente: “¿Han sentido alguna vez cómo el tacto de algo suave o áspero les hace sentir diferente? Hoy aprenderemos a usar todos nuestros sentidos para entender mejor cómo nos sentimos y qué necesitamos.”

Estudiantes: Relacionan la actividad con experiencias cotidianas como tocar juguetes o escuchar sonidos familiares.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 40 minutos

Presentación del contenido:

Docente: Introduce el concepto de integración sensorial con un cuento corto y sencillo: “Había una vez un niño que usaba sus sentidos para descubrir un jardín mágico...” Mientras cuenta, muestra imágenes y sonidos relacionados.

Estudiantes: Escuchan, observan imágenes y responden a preguntas simples como “¿Qué sonido escuchamos aquí?”

Actividades de aprendizaje activo:

Actividad 1: “Explorando texturas”

- **Objetivo:** Reconocer y diferenciar texturas táctiles para estimular el sentido del tacto.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** “Vamos a tocar estas telas y bolsas, y me dirán si sienten algo suave, áspero o rugoso.”
 - **Estudiantes:** Tocan cada textura y expresan con palabras o gestos lo que sienten.
 - **Docente:** Pregunta: “¿Cuál textura te gusta más? ¿Por qué?”
- **Organización:** Grupos de 3-4 niños para facilitar la exploración y compartir opiniones.
- **Producto/Evidencia:** Expresiones orales o gestuales sobre las texturas preferidas.
- **Tiempo:** 12 minutos
- **Rol del docente:** Observa las reacciones, fomenta el lenguaje descriptivo y apoya a quienes tienen dificultad para expresar sensaciones.

Actividad 2: “Sonidos divertidos”

- **Objetivo:** Identificar diferentes sonidos y relacionarlos con emociones o situaciones.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** “Escuchen estos sonidos con atención: maracas, tambor y cascabel. ¿Qué les hacen sentir?”
 - **Estudiantes:** Escuchan y responden con palabras, gestos o movimientos (bailar, aplaudir).
 - **Docente:** “¿Cuál sonido es alegre? ¿Cuál es tranquilo?”
- **Organización:** Plenaria para escuchar y responder juntos.
- **Producto/Evidencia:** Participación activa y expresión emocional.
- **Tiempo:** 10 minutos
- **Rol del docente:** Guía la identificación de emociones, valida respuestas y fomenta la participación.

Actividad 3: “Sabores y emociones”

- **Objetivo:** Explorar el sentido del gusto y conectar sabores con emociones.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Ofrece pequeñas porciones de frutas o alimentos con diferentes sabores: dulce, ácido, salado.
 - **Estudiantes:** Prueban y expresan cómo se sienten con cada sabor usando palabras o expresiones faciales.
 - **Docente:** “¿Cómo te hace sentir este sabor? ¿Feliz, sorprendido o tranquilo?”
- **Organización:** Individual, con apoyo del docente para quienes necesiten ayuda.
- **Producto/Evidencia:** Expresiones de emociones y reconocimiento de sabores.
- **Tiempo:** 10 minutos

- **Rol del docente:** Observa reacciones, apoya la expresión emocional y adapta la actividad para niños con sensibilidades alimentarias.

Diferenciación:

- **Para estudiantes que terminan antes:** Invitar a crear un dibujo con crayones sobre la textura, sonido o sabor que más les gustó, expresando su experiencia.
- **Para estudiantes que necesitan apoyo extra:** Uso de apoyo visual (tarjetas con imágenes de texturas, sonidos y emociones) y asistencia personalizada para explorar los materiales con tranquilidad.

Transiciones:

Docente: “Ahora que sentimos y escuchamos, vamos a probar sabores y contar qué emociones nos provocan. Después, dibujaremos para recordar nuestra aventura de los sentidos.”

Estudiantes: Se preparan para la siguiente actividad con entusiasmo y tranquilidad.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis:

- **Docente:** Invita a los niños a sentarse en círculo y les da hojas y crayones para que dibujen su sentido favorito y cómo se sienten cuando lo usan.
- **Estudiantes:** Dibujan y luego comparten sus creaciones con el grupo diciendo: “Me gusta usar mi (sentido) porque me hace sentir (emoción).”

Reflexión metacognitiva:

- ¿Cuál sentido te gustó más usar hoy?
- ¿Cómo te sentiste cuando tocaste, escuchaste o probaste algo diferente?
- ¿Qué harás cuando sientas algo que no te gusta para sentirte mejor?

Retroalimentación:

Docente: Ofrece comentarios positivos personalizados, destacando la participación y expresiones de cada niño. Ejemplo: “Me encantó cómo usaste tus palabras para decir cómo te sentiste. ¡Muy bien!”

Transferencia:

Docente: “En casa, pueden buscar con mamá y papá cosas suaves, ruidosas o sabrosas para seguir explorando sus sentidos y compartir lo que sienten.”

Tarea o reto:

- **Docente:** Propone a los niños que cuenten en casa un cuento o canción que les guste mucho, poniendo atención a los sonidos y sensaciones que les provoca.

Evaluación

Tipo de evaluación: Diagnóstica en la fase de inicio (activación de conocimientos previos), formativa durante el desarrollo (observación directa y participación en actividades) y sumativa en el cierre (productos de dibujo y reflexión verbal).

Criterios de evaluación:

- Reconoce y nombra al menos tres sentidos utilizados durante las actividades (objetivo 1).
- Participa activamente y sigue instrucciones en actividades sensoriales (objetivo 2).
- Expresa sus emociones vinculadas a sensaciones con palabras, gestos o dibujos (objetivo 3 y 4).
- Demuestra regulación emocional básica al identificar lo que le gusta o no y cómo reaccionar (objetivo 3).

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para observar participación y expresión durante las actividades.
- Rúbrica sencilla para evaluar dibujos y expresiones emocionales (colorido, relación con el sentido, explicación).
- Observación directa del docente durante las interacciones y respuestas orales.

Evidencias de aprendizaje:

- Participación activa en la exploración táctil, auditiva y gustativa.
- Dibujos que reflejan la experiencia sensorial y la emoción asociada.
- Respuestas verbales y gestuales durante las reflexiones y actividades de grupo.