El sistema respiratorio del ser humano

Ciencias Naturales | Biología

Descripción del Curso

Este curso de Biología está diseñado para estudiantes de 7 a 8 años y ofrece una introducción práctica al cuerpo humano, con énfasis en la respiración y su relación con el movimiento. A través de actividades simples, juegos y exploración guiada, los alumnos aprenderán a identificar cómo inhalar y exhalar de forma consciente, a observar cómo la respiración cambia cuando movemos el cuerpo y a comprender la conexión entre respiración y bienestar físico. El aprendizaje se desarrolla mediante experiencias directas, discusión en grupo y reflexión personal, fomentando la curiosidad, la seguridad y la participación activa en clase. Evaluación basada en: - Descripción oral de inhalación y exhalación (Objetivo General). - Observación de la forma en que el alumnado realiza ejercicios de respiración (Objetivos Específicos). - Participación en las actividades y comprensión de la relación entre movimiento corporal y respiración. Duración: 2 semanas. Específicos (resumen de objetivos a desarrollar): identificar aspectos básicos del proceso respiratorio, practicar ejercicios de respiración simples y seguros, relacionar respiración con movimiento en actividades físicas, y comunicar ideas sobre cómo respirar afecta nuestro cuerpo.

Competencias

- Comprender de forma básica el funcionamiento del sistema respiratorio y su relación con el movimiento corporal.
- Expresar de manera clara ideas sobre respiración y bienestar, tanto oralmente como por escrito en actividades sencillas.
- Observar, describir y analizar procesos simples del cuerpo en situaciones de juego y aprendizaje activo.
- Trabajar en equipo para realizar ejercicios de respiración y actividades físicas, respetando turnos y normas de convivencia.
- Aplicar hábitos de respiración consciente para mejorar la atención, la calma y la energía durante las actividades diarias.

Requerimientos

- Aula adecuada para actividades de movimiento y respiración, con buena ventilación y espacio libre.
- Ropa cómoda y agua para mantenerse hidratado.
- Materiales básicos: tarjetas ilustrativas, cuadernos de actividades, marcadores, cronómetro sencillo y colchonetas para ejercicios suaves.
- Guía del docente para la implementación de ejercicios de respiración adaptados a la edad.
- Participación activa y seguridad durante las actividades, con supervisión del docente en todo momento.