

Utiliza el programa como apoyo para activar conocimientos previos sobre los sentidos, motiva al aprendizaje del tema, amplía su vocabulario y realiza actividades que ayuden a desarrollar destrezas de autocuidado y prevención.



VIDEO *Duración: 14:50 minutos*

Conciencia de mi cuerpo ¿Cómo puedo mantener mi cuerpo saludable?

Sinopsis

Clara y Boris descubren formas de mantener su cuerpo saludable y se divierten poniendo en práctica cada una de ellas, para terminar realizando un maravilloso collage de dibujos de lo que han aprendido.



PALABRAS CLAVE

Cuidado del cuerpo, alimentación saludable, actividad física, higiene y descanso.

1

Temas

- Cuidado del cuerpo: alimentación saludable, actividad física, higiene y descanso.
- TEMA CULTURA DE PAZ: Solidaridad

2

Ámbitos de desarrollo y aprendizaje

- Convivencia
- Identidad y autonomía
- Expresión corporal

3

Conexión con ejes transversales

- Desarrollo personal y social

Destrezas

CN.1.2.1. Explorar sus necesidades básicas y describir hábitos de vida saludable, proponer medidas preventivas y aplicarlas en el hogar y la escuela.

CS.1.1.7. Practicar hábitos de alimentación, higiene y cuidado personal con autonomía

Actividades previas	Actividades durante la presentación del video	Actividades para después de ver el video
<p>- Realiza junto al grupo un listado de actividades que debemos realizar para mantenernos saludables. Puedes hacerlo utilizando pictogramas.</p> <p> </p> <p>- Invita a los niños y niñas a compartir sus rutinas, en las que se incluyan estas actividades.</p> <p> </p>	<p>- Realicen la rutina de ejercicio junto con Clara y Boris, realizando las diferentes actividades que proponen en el mismo sitio y variando la velocidad.</p> <p></p>	<p>- Preparen juntos una deliciosa ensalada de frutas, conociendo un poco más acerca de los beneficios de cada una de las frutas que decidan utilizar.</p> <p> </p> <p>-Crea junto con el grupo su propia rutina de ejercicios, animando a los niños a elegir los movimientos y el número de repeticiones.</p> <p>  </p> <p>- Escuchen el cuento de “El mugre puerco”. Al escuchar la historia, invita a los niños a tocar cada una de las partes del cuerpo en las que se esconde el mugre puerco.</p> <p> </p> <p>- Al finalizar conversen acerca de la importancia de la limpieza y cuidado de nuestro cuerpo. Tienes el enlace en los recursos complementarios.</p> <p>  </p>

Ideas clave: Conversen acerca de la importancia de realizar deporte y de la libertad que tenemos de elegir las personas lo que nos gusta practicar sin importar nuestro género. Todos los deportes son maravillosos y nos permiten mantenernos fuertes y sanos.

Ideas clave: Al practicar las rutinas de ejercicios plantea siempre posibles adecuaciones en los movimientos para los peques en condición de discapacidad física, animalos principalmente a ellos a proponer movimientos y ejercicios acorde a sus necesidades.

-  Competencias comunicacionales
-  Competencias socioemocionales
-  Competencias digitales
-  Competencias matemáticas

Recurso complementario
Referencia del cuento “El mugre puerco”: <https://bit.ly/3sTBfcX>