



PERÚ

Ministerio  
de Educación

APRENDO  
en casa

Experiencia de aprendizaje 5 | III CICLO (1.º y 2.º PRIMARIA)



# Yo, por dentro y por fuera

## Guía transdisciplinaria para estudiantes y sus familias

Orientaciones para el desarrollo de las experiencias de aprendizaje  
desde las sugerencias del equipo transdisciplinario



Duración estimada:  
2 semanas

### Estimadas familias:

Esta guía transdisciplinaria se consolida con la intervención de un equipo de profesionales de la modalidad de Educación Básica Especial. Es así que, a partir de las sugerencias de psicólogas/os, terapeutas ocupacionales, terapeutas del lenguaje, terapeutas físicos y educadores especiales, les brindamos diversas adecuaciones para cada actividad desde cinco áreas de desarrollo, que permitirán que las niñas y los niños:

**Área sensorial:** perciban el mundo a través de los sentidos. Los estímulos sensoriales llegan al cerebro, donde son procesados y almacenados como experiencias que luego se utilizan para construir aprendizajes. Estos sentidos son la visión, el oído, el tacto, el olfato, el gusto, el movimiento (vestibular) y la consciencia corporal (propiocepción).

**Área motora:** puedan controlar su postura y realizar movimientos para desplazarse en su medio, interactuando con su ambiente físico, ya sea estando sentados, de pie, caminando, corriendo o utilizando sus manos en actividades y acciones que tengan un significado y un propósito.

**Área cognitiva:** elaboren su pensamiento y adquieran conocimientos acerca de sí mismos y del mundo que las/los rodea. Esta área está asociada al desarrollo de la inteligencia, la orientación, la atención, la memoria, el lenguaje, las funciones ejecutivas, entre otras aptitudes.

**Área de la comunicación:** desarrollen su lenguaje comprensivo y expresivo para así poder interactuar con el entorno que las/los rodea (familia, escuela, etc.). En el caso de las niñas y los niños que no se comuniquen de manera verbal (oral), se desarrollarán estrategias de comunicación no verbal.

**Área socioemocional:** se regulen emocionalmente y se sientan tranquilos, seguros y con un buen estado de alerta, lo cual las/los ayudará a interactuar con su entorno expresando y comprendiendo sus emociones, que, junto al afecto, son la base del desarrollo de la conducta.



## Propósito de la experiencia de aprendizaje

A partir de esta experiencia de aprendizaje, las niñas y los niños tendrán la posibilidad de indagar respecto a cómo es y cómo funciona su cuerpo, expresando y poniendo a prueba sus ideas; buscarán información, experimentarán y compararán las sensaciones corporales y los cambios que se producen en su cuerpo al realizar actividades como comer, saltar, correr, cuidar su higiene personal, entre otras.

## Actividades

En este organizador, presentamos las actividades que puedes desarrollar.



## Actividad 1

### ¿Por qué mi cuerpo crece?

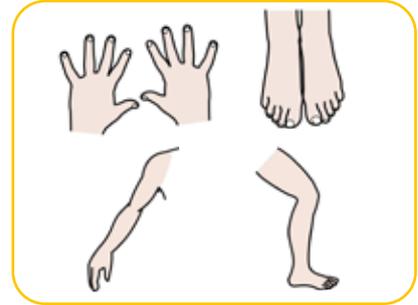
#### Área cognitiva

Presenta a la niña o el niño una foto de cuando era bebé y pregúntale: “¿Sabes qué hacías cuando eras bebé? Tomabas biberón y gateabas”. Realiza estas acciones para que te imite. Pídele que se observe en un espejo y pregúntale: “¿Qué cosas puedes hacer ahora? ¡Mira cómo has crecido! Ahora puedes correr, saltar, abrazar”. Ejecuta estas acciones con la niña o el niño.



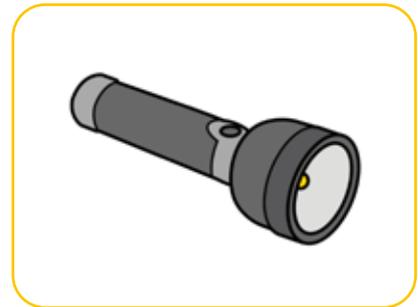
### Área motora

Ubica el brazo de la niña o el niño junto al tuyo y pregúntale: “¿Cuál es más grande?”. Haz lo mismo con la palma de la mano, los pies, etc. Dibuja el contorno de tu mano y el de la suya y pregúntale: “¿Cuál es más grande?”. Luego puede pintar la mano. Haz lo mismo con la planta del pie.



### Área sensorial

Compara los tamaños de las diversas prendas de vestir (dos tamaños) y ayúdala/lo a tocar sus diferentes texturas (suave, áspero, liso, rugoso). Utiliza luces y sonidos para llamar la atención sobre el material que quieras que mire y manipule.

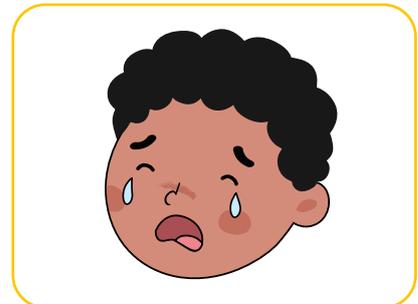


## Actividad 2

### ¿Por qué tengo lágrimas?

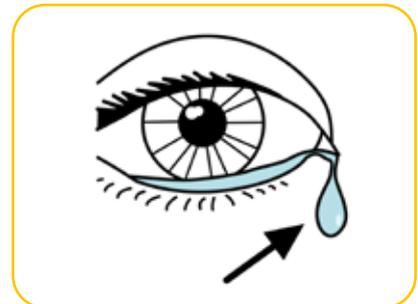
#### Área socioemocional

Explícale a la niña o el niño que muchas veces, cuando las personas están tristes, lloran y les salen lágrimas de los ojos. Dile que llorar ayuda mucho a sentirse mejor. Recomiéndale que, cuando se sienta triste y tenga ganas de llorar, lo haga, y que puede buscarte y así sentirse acompañada/do mientras llora y se tranquiliza.



#### Área de la comunicación

Al comunicarte con la niña o el niño, debes usar un lenguaje claro y sencillo de acuerdo a su capacidad de comunicación (usando oraciones o frases cortas, señas, gestos o pictogramas). Las tarjetas de fotos o imágenes que uses con la niña o el niño deben ser claras, a manera de pictogramas.



Para la elaboración de este material educativo y sus distintas secciones se ha tomado los Pictogramas utilizados que proceden de ARASAAC (<http://arasaac.org>), propiedad del Gobierno de Aragón - España. El creador es Sergio Palao, quien los distribuye bajo licencia Creative Commons (BY-NC-SA).

### Área sensorial

Para brindarle a la niña o el niño la experiencia de sentir las lágrimas, deposita con un gotero unas cuantas gotitas de agua en su mejilla, y que sienta deslizarse el líquido por su rostro. Coloca una pizca de sal en el agua del gotero para simular el sabor de las lágrimas y explicarle que las lágrimas son saladas.

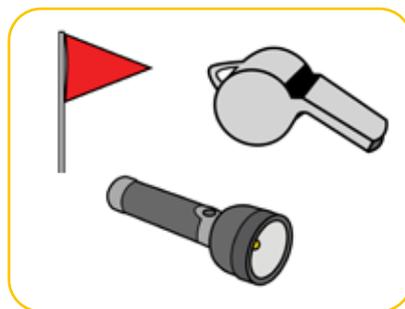


## Actividad 3

### Corro y llevo objetos de un lado a otro

#### Área de la comunicación

Trata de que las órdenes sean claras y de baja complejidad, acompañadas de ayudas visuales, donde tú serás el modelo a imitar. Puedes tener un banderín, una linterna, un silbato u otro objeto que indique el inicio de la actividad motriz, y puedes contar del uno al tres, en voz alta, para reforzar el inicio de las actividades.



#### Área sensorial

Agregar a las actividades de movimiento sugeridas para la niña o el niño desplazamientos por diferentes tipos de piso o suelo, de distintos tipos de textura y consistencias. Puede realizar la actividad con zapatos, descalzo, con o sin medias, No olvides motivar cada acción.



#### Área motora

De acuerdo a su marcha o desplazamiento, se puede usar ayudas biomecánicas como andador, sillas de ruedas, muletas, etc. Adaptar las actividades de acuerdo a la marcha o desplazamiento de las niñas o niños, cuidando la alineación del cuerpo (por ejemplo, mantener la espalda recta).

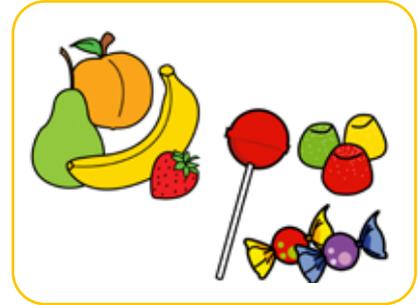


## Actividad 4

### Me alimento para estar saludable

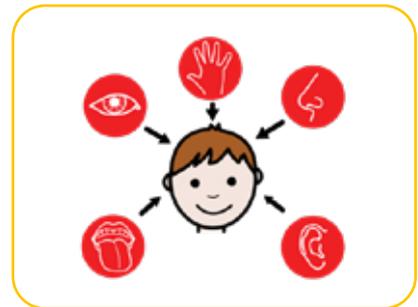
#### Área cognitiva

Escoge un grupo de alimentos saludables (unos tres o cuatro); por ejemplo: una fruta, una verdura, huevos, entre otros, y un grupo de alimentos no saludables; por ejemplo: una gaseosa, golosinas, etc. Ahora mezcla todos estos alimentos y pídele a la niña o el niño que los separe en dos grupos, colocando juntos los alimentos nutritivos y también juntos los alimentos no nutritivos.



#### Área sensorial

Para conocer los alimentos, es importante utilizar todos los sentidos: el tacto (texturas, peso, consistencia, temperatura), el olfato (olores fuertes, intensos, suaves), la vista (observar formas, colores, tamaños), oído (“hacer sonar” los alimentos si tienen algún sonido) y el gusto (probarlos, saborearlos, disfrutarlos). No olvides que la presentación de los alimentos debe ser atractiva para motivar que la niña o el niño los pruebe y le agraden.



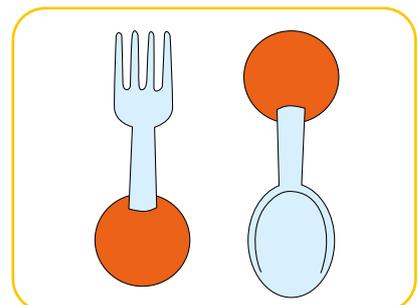
#### Área socioemocional

El momento de la comida debe ser un tiempo agradable para la niña o el niño, sin gritos, apuros o ansiedad, compartido en calma con la familia. Permite a la niña o el niño participar de los espacios familiares de desayuno, almuerzo y cena, y deja que los disfrute, para que así lo que ingiere o consume le sea beneficioso para su salud y crecimiento.



#### Área motora

Si es necesario, debes utilizar cubiertos o utensilios para comer adaptados a las necesidades de la niña o el niño. Puedes hacer las adaptaciones de manera casera, con cinta adhesiva, pelotas antiestrés, material microporoso o corospum, etc. No olvides pegar el plato o vaso a la mesa si a la niña o el niño se le hace difícil que no se le muevan.

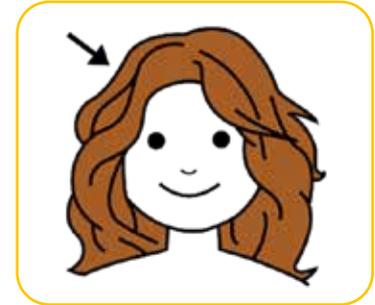


## Actividad 5

### ¿Por qué me crece el cabello?

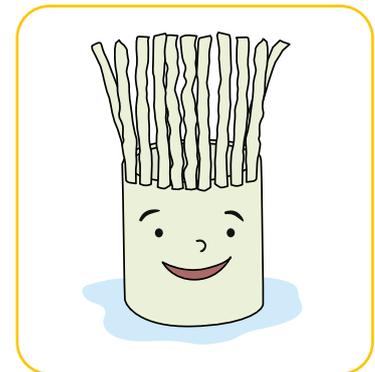
#### Área de la comunicación

Es importante que refuerces e incrementes en la niña o el niño el vocabulario relacionado al esquema corporal (partes del cuerpo) y al aseo (corte de cabello y peinado). Enséñale palabras nuevas como: peluquería, champú, acondicionador, tijera, cabello largo, cabello corto, cerquillo, etc.). Utiliza pictogramas para incrementar su vocabulario.



#### Área cognitiva

Te sugerimos que la niña o el niño disfrute de experiencias directas con el material concreto: de acuerdo a sus posibilidades puede hacer, con apoyo, tiras de papel para que le sirvan de referencia para comparar el largo de su cabello. Con estas tiras de papel y material reciclado puede crear muñecos o cabezas de muñecos que tengan diferentes tipos de cabello y peinados. Aprovecha el corte de un pequeño mechón de su cabello para pegarlo en el dibujo del muñeco. Dale la posibilidad de elegir el tamaño de su cabello (largo o corto) y el corte o peinado que quiere llevar.



#### Área sensorial

Te sugerimos que realices con la niña o el niño estas actividades para estimular el área sensorial:

- Mirarse al espejo para observar su cabello.
- Comparar el tamaño, color y tipo de su cabello (lacio, crespo, etc.) con el de otros familiares.
- Sentir su cabello, pasar un gel o crema para peinar sobre él mismo y peinarse.
- Lavarse el cabello y masajearse el cuero cabelludo.
- Aprovechar el momento para que sienta el corte de un mechoncito de cabello (ver, tocar, oler).



El contenido del presente documento tiene finalidad educativa y pedagógica, formando parte de la estrategia de educación a distancia y gratuita que imparte el Estado Peruano.