



PERÚ

Ministerio
de EducaciónAPRENDO
en casa

Experiencia de aprendizaje 5 | V CICLO (5.º y 6.º PRIMARIA)



Siento, percibo, me conozco

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 psicólogos/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 la/el adolescente o joven:

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

Área cognitiva: elabore su pensamiento y adquiera conocimientos acerca de sí mismo y del mundo que la/lo rodea. Está asociada al desarrollo de la inteligencia, orientación, atención, memoria, lenguaje, funciones ejecutivas, entre otras.

Área de la comunicación: desarrolle su lenguaje comprensivo y expresivo para así poder interactuar con el entorno que la/lo rodea (familia, escuela, etc.). En el caso de la/el adolescente o joven que no se comunique de manera verbal (oral), se desarrollarán estrategias de comunicación no verbal.

Área socioemocional: se regule emocionalmente y se sienta tranquilo, seguro y con un buen estado de alerta, lo cual la/lo 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, la/el adolescente o joven tendrá la posibilidad de indagar respecto a cómo es y cómo funciona su cuerpo, expresando y poniendo a prueba sus ideas. Buscará así información, experimentará y comparará las sensaciones corporales y los cambios que se producen en su cuerpo al realizar actividades como: comer, saltar, correr, cuidar de su higiene personal, entre otras.

Actividades

En este organizador presentamos las actividades que puedes desarrollar.



Actividad 1

Mi cuerpo cambió, lo quiero y acepto

Área cognitiva

Presenta a la/el adolescente o joven 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/el adolescente o joven.





Área de la comunicación

Conversa con la/el adolescente o joven y muéstrale imágenes para que reconozca situaciones en las que el cuerpo transpira: cuando hace mucho calor, cuando practica ejercicio físico o cuando está muy nerviosa/so. Recuérdale siempre asearse después de sudar y tomar agua.

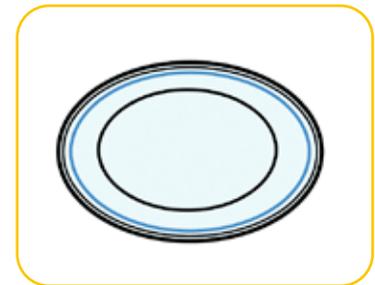


Actividad 3

Me divierto patinando sobre platos de cartón

Área cognitiva

Elabora con la/el adolescente o joven “platos” para caminar haciendo uso de material reciclado que encuentres en casa, como cartones, cajas de zapatos, rollos de papel higiénico, etc. ¡Pongan a andar su creatividad! Pueden decorar los “platos” o hacerlos con formas de pie, por ejemplo. Esta actividad tiene la intención de mejorar la atención y concentración.



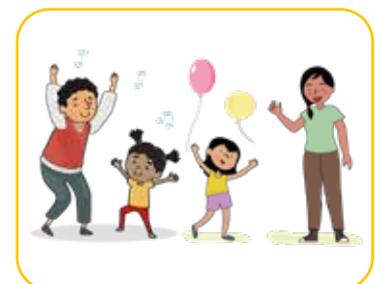
Área motora

Realiza actividades de juego en las que la/el adolescente o joven desarrolle la coordinación óculo-podal (ojo-pie). Traza una línea en el suelo y haz que la utilice como guía para poder deslizarse en esa dirección. Bríndale apoyo si lo necesita.



Área socioemocional

Fortalece los lazos familiares entre la familia. Motiva el trabajo en equipo para que todos los integrantes puedan colaborar en armonía. Mediante el juego de patinar sobre platos de cartón, haz que la/el adolescente o joven respete los turnos de cada uno de los participantes, disfrute, se divierta y aprenda en familia.





Actividad 4

Conozco acciones que me pueden enfermar

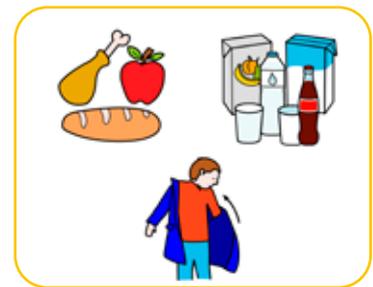
Área cognitiva

Conversa con la/el adolescente o joven acerca de las enfermedades que puede adquirir si no se asea correctamente, tales como la covid-19, tifoidea, enfermedades de la piel, etc. Utiliza imágenes para que te comprenda mejor, pero no exageres para no preocuparla/lo más de la cuenta (considera que le puedes provocar ansiedad). Practiquen el lavado de manos frecuente con apoyo de imágenes.



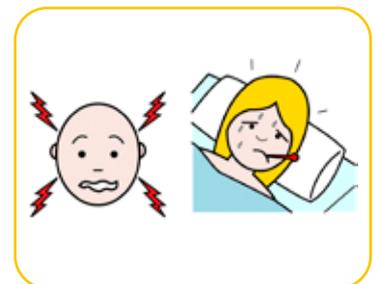
Área sensorial

Comparte con la/el adolescente situaciones cotidianas en donde pueda probar bebidas o alimentos calientes y fríos, los cuales podrían enfermarla/lo; por ejemplo, tomar una gaseosa helada en pleno invierno o comer alimentos que están descompuestos y huelen mal. Ayúdala/lo a escoger y utilizar prendas de vestir de acuerdo al clima y la estación. No olvides respetar sus gustos y decisiones, pero explícale por qué es necesario abrigarse o desabrigarse en ciertas ocasiones.



Área de la comunicación

Muéstrale a la/el adolescente o joven diferentes imágenes de algunas situaciones en las que se puede enfermar si no toma precauciones; por ejemplo: si no se lava las manos correctamente, si no se abriga cuando hace frío, etc. Trata de que te responda ya sea hablando o señalando imágenes o pictogramas según sus posibilidades.

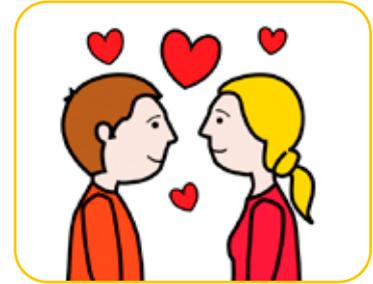


Actividad 5

Mis cambios emocionales. ¿Qué siento cuando me enamoro?

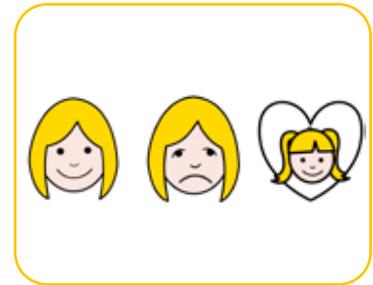
Área cognitiva

Muéstrale a la/el adolescente o joven imágenes de personas que están enamoradas y explícale los cambios que se producen en su cuerpo. Háblale de lo bonito que es enamorarse cuando las parejas se respetan y se cuidan una a la otra.



Área socioemocional

Utiliza paletas de diferentes emociones como alegría, tristeza, ira, molestia o susto. Pídele que relacione estas emociones con las que cree que siente alguien cuando está enamorado/a. Explícale que en el enamoramiento los momentos alegres deberían ser los más frecuentes.



Área de la comunicación

Conversa con la/el adolescente o joven acerca de cómo se enamoraron sus padres, abuelos o tíos, y muéstrale fotos o imágenes de momentos compartidos en pareja donde se demuestre amor, cariño y respeto.



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.