	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 1 de 10</b>

<b>DOCENTE: Adelaida Álvarez Figueroa, Diana Jiménez, Milena Jiménez Carmen Betancur y Berta Vélez</b>	<b>NÚCLEO DE FORMACIÓN: Lúdico Recreativo</b>
--	---

<b>GRADO:</b> Preescolar	<b>GRUPOS:</b> TS01, TS02, TS03, TS04 y TS05	<b>PERIODO:</b> 2
<b>NÚMERO DE SESIÓN</b>	<b>FECHA DE INICIO:</b>	<b>FECHA FINALIZACIÓN:</b>

**Temas:** El cuerpo humano, sus partes y sus cuidados

**Propósito de la actividad**

Al finalizar la guía de aprendizaje, los niños del grado **PRESCOLAR**, desarrollarán a partir del cuerpo y su movimiento las posibilidades motrices, expresivas y creadoras, con el fin de favorecer su comunicación y expresión.

## ACTIVIDAD

### ACTIVIDAD 1: INDAGACIÓN

1. Con la ayuda de un adulto dialoga sobre lo que conocen de cada una de las partes del cuerpo humano, sus respectivos nombres, su utilidad y sus respectivos cuidados.
2. Los invito a que canten en familia la canción infantil “Cabeza, hombros, rodillas y pies”

Cabeza, hombro, rodilla y pie  
rodilla y pie  
Cabeza, hombro, rodilla y pie  
rodilla y pie  
Ojos, orejas, boca y nariz  
Cabeza, hombro, rodilla y pie.  
(Repetir 4 veces)



Imagen tomada de Pinteres  
Modificada por Álvarez, A (2020)

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 2 de 10</b>

3. ¿Cuáles serán los cuidados que debemos tener en la alimentación para poder estar sanos y fuertes?

Sabías que cuando consumimos una alimentación de frutas y verduras frescas de muchos colores y que sean ricas en fibra, estamos ayudando a nuestro cuerpo a prevenir enfermedades manteniéndolo fuerte, sano y con mucha energía para que puedas correr, jugar, cantar, caminar y muchas cosas más durante todo el día.

En la siguiente imagen encontrarás varios alimentos, solo colorea los alimentos que consideres sean saludables para su cuerpo.

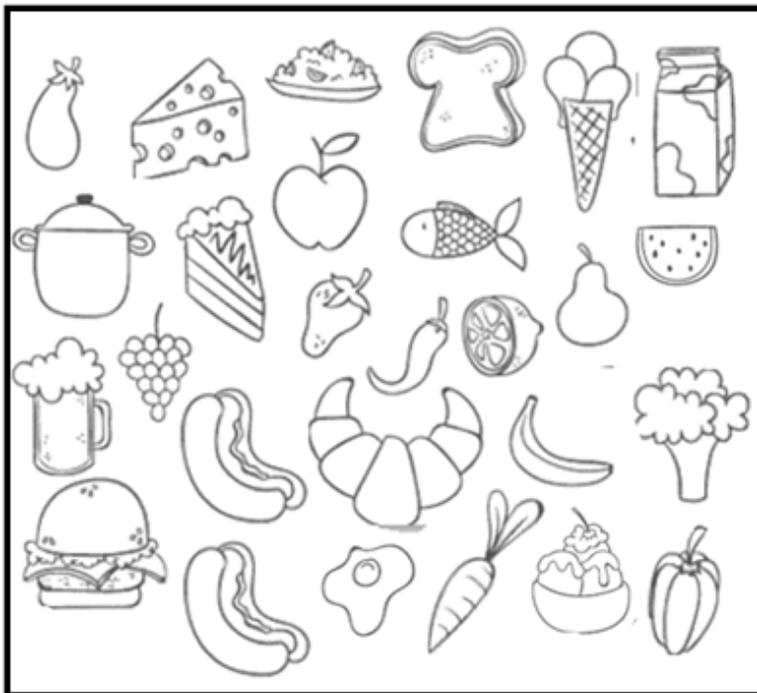
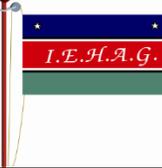


Imagen tomada de:  
Freepick y modificada por  
Álvarez, A. (2020)

## ACTIVIDAD 2: CONCEPTUALIZACIÓN.

### 1. Continuamos con las actividades y cuidados de los sentidos.

Es importante aprender a distinguir entre las cosas que le hacen bien a nuestros sentidos y aquellas que le producen daños, con ayuda de un adulto, observa la siguiente tabla la cual tiene 3 columnas, la primera son los sentidos, la segunda es un ejemplo de un cuidado que se debe tener con ese sentido y la tercera es una acción que le hace daño al sentido. Elige un color para cada sentido y luego colorea la primera columna el sentido, por ejemplo: los ojos; en la segunda colorea la acción que le permite cuidar el sentido, en este caso sería el

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA		Versión 01	Página 3 de 10

oftalmólogo (doctor de los ojos) y en la última colorea el objeto que le ocasiona daño a ese sentido, en nuestro ejemplo seria la luz que emite el computador.

Sentidos	Cuidados	Daños
	 <p>Visitar al oftalmólogo</p>	 <p>Jugar mucho tiempo en el computador</p>
	 <p>Limpiarse con un pañuelo</p>	 <p>Hurgarse la nariz</p>
	 <p>Limpiarlo con un pañuelo</p>	 <p>Escuchar música con audifonos</p>
	 <p>Lavarse las manos varias veces al día</p>	 <p>Tocar objetos calientes</p>
	 <p>Tener hábitos de higiene bucal.</p>	<p>Comidas frías o calientes te pueden quemar</p> 

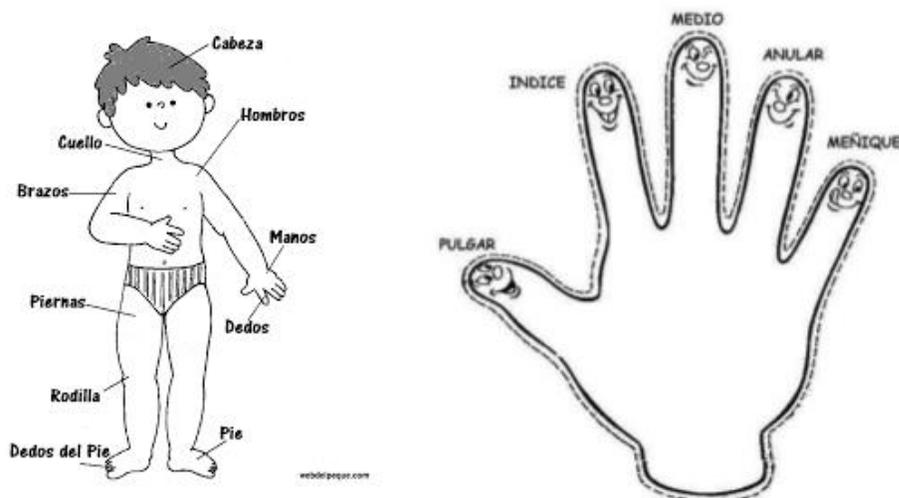
*Tabla 1 Cuidados y perjuicios de los sentidos. Imágenes tomadas de Pinterest e imagui (2020)*

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 4 de 10</b>

## 2. Partes del cuerpo humano

- **Cabeza:** Es una parte fundamental del cuerpo humano, pues dentro de ella está el cerebro que es quien coordina nuestro cuerpo a través de los sentidos (vista, olfato, tacto, gusto y oído), la cabeza nos permite pensar, imaginar, movernos, comunicarnos, entre otros.
- **extremidades del cuerpo humano:** ¡Llegamos a las extremidades, los brazos y las piernas! Estos nos permiten movernos, desplazarnos, tocar, crear, acariciar, sentir, caminar, correr y muchas actividades más, estos pueden ser:
  - ✚ **extremidades superiores:** los brazos terminan en las manos y los dedos de las manos, pero, a medida que vamos creciendo podemos realizar actividades más complejas como crear, escribir, tocar un instrumento, colorear, entre otras.
  - ✚ **extremidades inferiores:** las piernas y los pies sirven para desplazarse, desde el gateo hasta los primeros pasos.
- **Tronco:** Ahora, hablemos del tronco, es aquel que nos permite unir la cabeza con las extremidades.

Estas partes del cuerpo nos permiten descubrir, explorar, conocer, jugar, saltar, correr, tocar, entre otras



	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 5 de 10</b>

**ACTIVIDAD:** Pon a prueba tu creatividad

Con la ayuda de un adulto y materiales de cocina, tales como espaguetis o granos, diseñe su cuerpo donde señale las partes que lo componen (tronco, cabeza, extremidades inferiores y superiores).

### 3. Ejercicios de expresión corporal

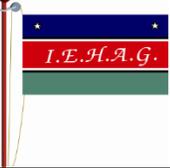
Con ánimo y entusiasmo vamos a realizar en familia los siguientes ejercicios para ayudar a nuestro cuerpo a estar sano, para esto guíese de las siguientes siluetas. ¡Usted puede!



Imágenes tomadas de CanStockPhoto (2020)

### 4. Juguemos

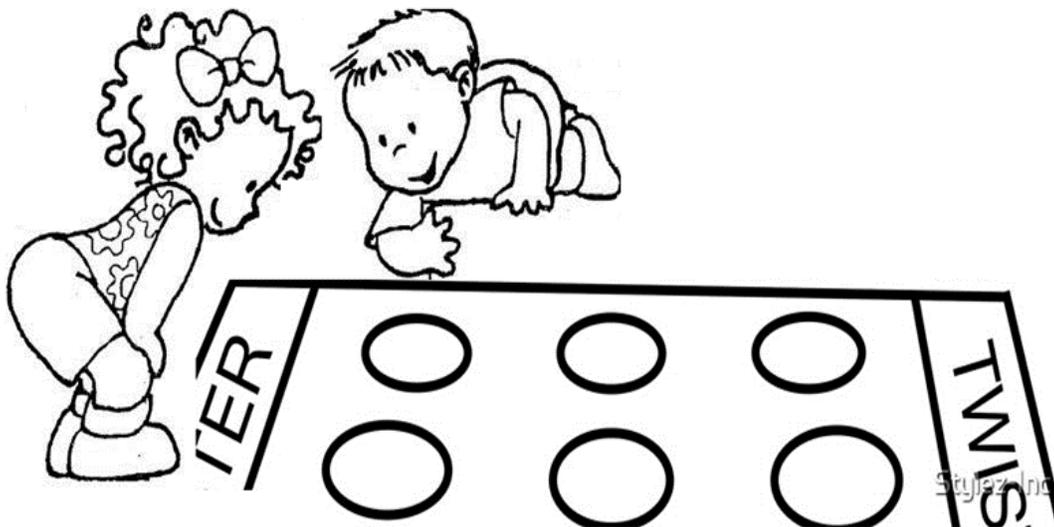
- ✚ Vamos a jugar al twister casero, para esto vamos a utilizar: Hojas de papel iris de cuatro colores diferentes que sean sus favoritos o cartón pintados con vinilos con los cuales vas a hacer círculos del tamaño de una tapa de una olla o un plato de cocina, luego los pegarás en el piso.
- ✚ Divide una hoja en 4 partes iguales y en cada una de ellas dibuja las manos y los pies (derecha – izquierda) y coloca cuatro círculos pequeños con los colores elegidos para formar una ruleta, guíese de la siguiente imagen:
- ✚ Gira la ruleta para que le salgan instrucciones como:
  - Pie derecho en el círculo azul

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA		Versión 01	Página 6 de 10

- Mano izquierda en el círculo verde
- Mano derecha en el círculo amarillo y el pie izquierdo en el círculo rojo



**LISTOS ... A JUGAR ...**



	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 7 de 10</b>

## 5. Necesidades del cuerpo humano

Nuestro cuerpo necesita realizar ciertas actividades para su bienestar tales como alimentarse, salud e higiene personal, recreación, ejercicio físico, entre otras.

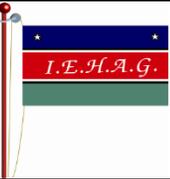
Para profundizar los conceptos dados, busque en el módulo llamado “Textos académicos” dado por la institución educativa en el kit escolar, los siguientes títulos y trabaje con la ayuda de un adulto:

- Higiene personal: páginas 79 y 80
- Lavado de manos: páginas 32, 81 y 82
- Lavado de dientes: páginas 120 y 122
- Alimentación saludable (arcoíris de alimentos): páginas 93 y 94
- Comidas balanceadas: páginas 97 y 98

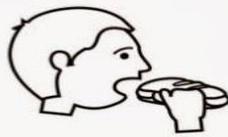
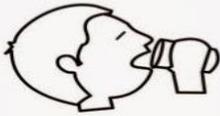
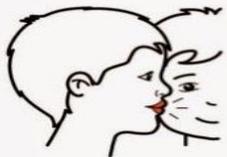
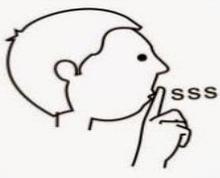
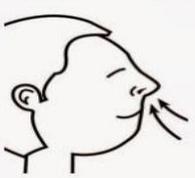
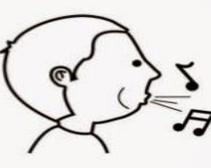
### ACTIVIDAD 3: APLICACIÓN Y EVALUACIÓN

1. Nuestro cuerpo tiene unos sonidos cuando realizamos ciertas acciones como: toser, silbar, bostezar, besar, estornudar, roncar, entre otros. Imita en familia estas acciones tan divertidas.

- Enumera otros sonidos que emite tu cuerpo.
- Realiza sonidos de animales que conozcas con tu cuerpo.

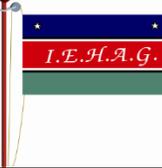
	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA		Versión 01	Página 8 de 10

### Imagen tomada de Pinterest (2020)

 <p style="text-align: center;">BOSTEZAR</p>	 <p style="text-align: center;">COMER UN BOCADILLO</p>	 <p style="text-align: center;">RONCAR</p>	 <p style="text-align: center;">BEBER</p>
 <p style="text-align: center;">BESAR</p>	 <p style="text-align: center;">ESTORNUDAR</p>	 <p style="text-align: center;">ATAQUE</p>	 <p style="text-align: center;">LLORAR</p>
 <p style="text-align: center;">PEDERSE</p>	 <p style="text-align: center;">SILENCIO</p>	 <p style="text-align: center;">RASCAR</p>	 <p style="text-align: center;">RESPIRAR</p>
 <p style="text-align: center;">CAMINAR</p>	 <p style="text-align: center;">SONARSE</p>	 <p style="text-align: center;">SILBAR</p>	 <p style="text-align: center;">BOSTEZAR</p>

## 2. Juguemos al “árbol de los logros”

Con el fin de establecer rutinas saludables y de comportamientos, diseña con la ayuda de un adulto un árbol grande en una cartulina para pegar en una pared de su casa, luego en hojas de color rojo realiza varias manzanas donde escribirás en cada una diferentes rutinas, por ejemplo: Me visto solito, como solito, voy al baño solito, recojo mis juguetes, entre otras. Las manzanas las pegarás debajo del árbol y a medida que avancen los días de la semana, si el niño logra realizar la rutina pegará la manzana en las hojas del árbol, el fin de semana se verificará la cantidad de manzanas que alcanzaron a subir a la copa del árbol y entre más

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 9 de 10</b>

suba será recompensado por algo de su agrado. Anímate a cumplir con responsabilidad las rutinas para que cuando crezcas seas un adulto responsable.

3. Para reforzar e interiorizar los cuidados del cuerpo vamos a buscar nuevamente el módulo llamado “Textos académicos” dado por la institución educativa en el kit escolar, en el busca los siguientes títulos y trabaje con la ayuda de un adulto:
  - Refuerza los buenos hábitos: páginas 33 y 34.

**Actividad:** Realiza el siguiente calendario con el fin de fomentar hábitos y rutinas saludables durante toda la semana, cuélgalo en un lugar donde el niño pueda verlo, así podrás visualizarlo en el módulo de estudio, vamos a realizarlo

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<b>Cepillar los dientes</b> 	 						
<b>Lavarse las manos</b> 							
<b>Comer Saludable</b> 							
<b>Dormir</b> 							

#### 4. Seamos creativos

**Actividad:** Con ayuda de un adulto, diseña creativamente un instrumento musical con material reciclado, a continuación le daré algunos ejemplos.

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 10 de 10</b>

Una vez terminada su creación, vamos a bailar, cantar y tocar su canción favorita y verás que se activan los sentidos al mover todo su cuerpo, toma algunas fotos para evidenciar cuanto disfrutó realizando esta actividad.



#### FUENTES DE CONSULTA

Canciones infantiles. (2018). Cabeza, hombros, rodillas y pies. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=n23TOyQtxu4>

Freepik. (2020). Iconos de alimentos. Recuperado de [https://www.freepik.es/vector-gratis/iconos-alimentos-esbozados\\_772971.htm#page=1&query=alimentos&position=31/](https://www.freepik.es/vector-gratis/iconos-alimentos-esbozados_772971.htm#page=1&query=alimentos&position=31/) .

Imagui. (2012). Imágenes para colorear. Recuperado de <http://www.imagui.com/>

Pinterest. (2010) Cuidados de los sentidos. Imágenes para colorear. Recuperado de <https://co.pinterest.com/>

WikiHow (s.f). Como jugar twister. Recuperado de <https://es.wikihow.com/jugar-Twister>

CanStockPhoto. (2020). Ejercicio corporal estirando figura de palo de hombre. Recuperado de <https://www.canstockphoto.es/cuerpo-figura-entrenamiento-extensi%C3%B3n-59046435.html>

Héctor Abad Gómez. (2020). Textos académicos nivel preescolar. Medellín – Colombia

Nieto, L. (2019). El árbol de los logros, el juego de rutinas para niños desobedientes. Recuperado de <https://www.guiainfantil.com/educacion/conducta/el-arbol-de-los-logros-el-juego-de-rutinas-para-ninos-desobedientes/>