

Actividad:

Mi cuerpo siente

Dimensión de trabajo: **Autoconocimiento**



1 Objetivo:

Identificar sensaciones en el cuerpo.

2 Materiales:

Bandeja de agua, tierra, granos secos y música de relajación

3 Tiempo:

10 minutos

4 Participantes:

- Estudiantes
- Docente o profesional del DECE

5 Descripción:

- Ubique al grupo de estudiantes en el patio de la escuela en círculo. De preferencia, seleccione un área verde. Si no es posible, coloque materiales con diferentes texturas como agua, tierra y granos secos, entre otros, en el centro del espacio seleccionado para realizar la actividad.
- Pida a sus estudiantes que se descalcen.
- Permita un breve momento para que conversen. El objetivo es que se relajen y entren a la dinámica del juego. Solicíteles luego que caminen alrededor de los materiales, sintiendo la temperatura del suelo
- Hágales preguntas que les ayuden a afinar sus sentidos, por ejemplo: ¿Es fría? ¿Es caliente? ¿Es suave? ¿Es dura?
- Motíuelos para que, con los ojos cerrados, toquen con sus manos los diferentes materiales seleccionados previamente. Luego, pídeles que sientan la brisa, también con sus ojos cerrados.

6 Cierre y reflexión:

Explorar los sentidos a través del entorno, ayuda a niñas y niños a reconocer su cuerpo y darse cuenta de lo que pueden aprender a través de las sensaciones. Enfátice en los límites y el respeto del cuerpo.

7 Reto:

Esta actividad está enfocada en que sus estudiantes exploren su capacidad sensorial.



Recomendaciones metodológicas para estudiantes con NEE

Puede realizar el ejercicio con los niños y las niñas recostadas en el suelo, de manera que sientan el contacto de esa superficie en todo su cuerpo. Puede hacer énfasis también en las sensaciones auditivas: ¿Cuáles son los sonidos que escuchan? ¿Qué sensaciones genera el tacto?

