

JUGANDO JUGANDO AL CUERPO VAMOS CUIDANDO

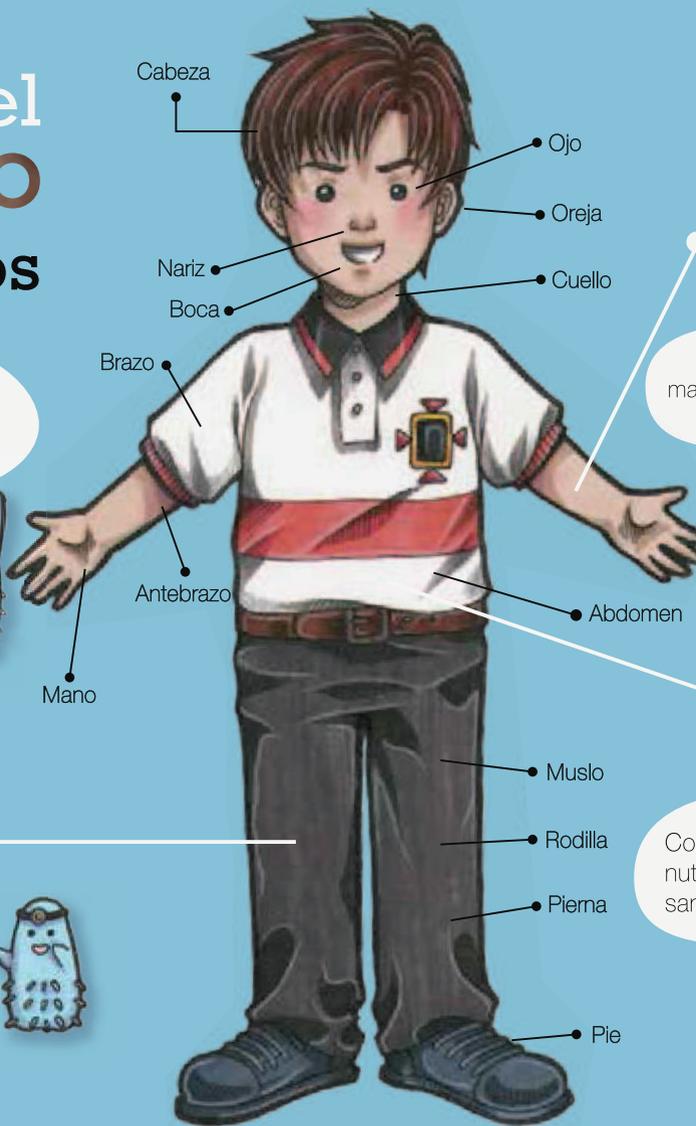
Por: Juan Sebastián Sánchez Ocampo, estudiante del grado octavo del Colegio UPB, sede Medellín.

Tres niños y la profesora del grado preescolar, Ana Patricia Soto Calderón, nos cuentan su experiencia en el proyecto “Conozco y cuido mi cuerpo” que se realizó en el preescolar durante el año 2014.

Samuel Osorio Arrieta, Emanuel Piedrahíta Hurtado y Tomás Nemogá Osorio, son tres de los niños que, durante el 2014, cuando cursaban preescolar, hicieron parte de un proyecto muy divertido del Colegio UPB: “Conozco y cuido mi cuerpo”, en el que se trabajaron todas las dimensiones del desarrollo en preescolar que son: socio afectiva, cognitiva, comunicativa, actitudinal, valorativa y estética corporal.

Los estudiantes de preescolar siempre llevan una bitácora en la que registran sus trabajos y aprendizajes.

Partes del cuerpo y cuidados



La chocolaterapia y mascarillas caseras para el cuidado de la piel.



Comer alimentos ricos en nutrientes para mantenerte sano y activo.



Hola soy un doctor y te contaré algunos trucos para mantener tu cuerpo sano y fuerte.



El ejercicio fortalece tu cuerpo y ayuda a relajarte.



“El escudo que llevo en el pecho me identifica como un bolivariano ya que con este proyecto me han enseñado no solamente a valorarme a mí sino a toda la Institución”.

En el ejercicio participaron más de 140 niños, que aprendieron lo necesario para cuidar el cuerpo y el nombre de sus partes. Estos niños expresaban sus dudas a los docentes y diseñaron actividades lúdicas como la chocolaterapia, baños colectivos, carreras en bicicleta, partidos de fútbol; la actividad de los cinco sentidos para reconocer objetos con sus manos, su gusto, su olfato y su oído. También, veían videos relacionados con el cuidado y conocimiento del cuerpo.

Realizaron actividades como probar alimentos para reconocer sus sabores, texturas y saber qué llevar en la lonchera.

La profesora Ana Patricia dice que no tuvieron mayor dificultad y que el avance más significativo fue que los niños reconocieron su cuerpo y entendieron que deben cuidarlo con una sana alimentación, con actividades deportivas y evitar accidentes o lesiones con sus compañeros.

La iniciativa también tuvo un impacto familiar porque los padres, al ver que sus hijos reconocían nuevas partes del cuerpo que llamaban de otra forma, felicitaron a la docente por esta actividad. Emanuel Piedrahíta Hurtado, investigador del proyecto, aseguró que: “El escudo que llevo en el pecho me identifica como un bolivariano ya que con este proyecto me han enseñado no solamente a valorarme a mí sino a toda la Institución”.

Ahora los niños saben que no se pueden aguantar las ganas de ir al baño, que se deben alimentar bien y que hay momentos para cada cosa.

FICHA TÉCNICA

Nombre del proyecto: Conozco y cuido mi cuerpo.

Palabras clave: Bitácora; Cuerpo; Cuidado; Autorespeto.

Grupo o semillero de investigación: Preescolar del Colegio UPB.

Líder del proyecto: Ana Patricia Soto Calderón.

Correo electrónico: ana.soto@upb.edu.co