



Explorando el cuerpo y el entorno (Propuesta didáctica)



Descripción

Esta propuesta para tercer año de primaria está diseñada bajo el enfoque de metodologías activas, promoviendo el aprendizaje basado en proyectos (ABP), en problemas (ABPr) y colaborativo. Busca integrar habilidades motoras, cognitivas y socioemocionales a través de actividades dinámicas que conectan el cuerpo, el entorno y las emociones.

Fundamentación

La conciencia corporal es fundamental para el desarrollo integral del niño, ya que sienta las bases para el control motor, la coordinación, la autoestima y la confianza en sí mismo. Al comprender su cuerpo y sus posibilidades, el niño puede interactuar de forma más efectiva con su entorno, explorando sus límites y desarrollando su potencial.

Esta propuesta se basa en un enfoque constructivista del aprendizaje, donde el estudiante es el protagonista de su propio proceso. A través de la exploración, la experimentación y el juego, los niños construirán su propio conocimiento del cuerpo y del entorno, desarrollando habilidades motoras, cognitivas y socioemocionales.

**Espacios:** Desarrollo Personal y conciencia corporal**Tramo 3| Grado 3°****Competencias generales:**

Comunicación Esta competencia se desarrolla a través de las actividades que implican la expresión de ideas, la interacción con los compañeros y la presentación del proyecto a la comunidad educativa. Por ejemplo, la creación de una danza en grupo permite a los estudiantes comunicarse a través del movimiento.

Pensamiento creativo La propuesta fomenta el pensamiento creativo al plantear desafíos que requieren soluciones innovadoras, como el diseño de un juego o la creación de una coreografía.

Pensamiento crítico: Los estudiantes desarrollan el pensamiento crítico al reflexionar sobre sus experiencias, analizar las posibilidades del entorno y evaluar sus propias creaciones.

Metacognitiva: La propuesta promueve la metacognición al animar a los estudiantes a reflexionar sobre su propio aprendizaje y a identificar sus fortalezas y áreas de mejora.

Intrapersonal: Las actividades de la propuesta fomentan el desarrollo de la confianza en sí mismos, la autoestima y la autoconciencia.

Relacionamiento con los otros: El trabajo en equipo y la interacción social son elementos centrales de la propuesta, lo que permite a los estudiantes desarrollar habilidades de colaboración, comunicación y respeto por los demás.

Iniciativa y orientación a la acción: La propuesta estimula la iniciativa y la proactividad al alentar a los estudiantes a tomar decisiones, proponer ideas y llevar a cabo sus propios proyectos.

Espacio	Unidades Curriculares	Competencias específicas	Contenidos	Criterios de Logro
DESARROLLO PERSONAL Y CONCIENCIA CORPORAL	Educación Física	CE1 Concientiza prácticas motrices reflexivas, emocionales y observables del cuerpo humano promoviendo un estilo de vida saludable que implica conocimientos, procedimientos, actitudes y	Conciencia corporal: El cuerpo en acción con el entorno. La corporeidad como elemento constitutivo en la exploración del entorno en la construcción	Identifica su propio cuerpo en relación con diferentes variantes interviniendo con su accionar en el entorno. Reconoce la corporeidad como elemento constitutivo en la



		<p>sentimientos, con relación al deporte, el juego, recreación, gimnasia y expresiones del movimiento motriz.</p> <p>CE2 Coordina su esquema corporal, nociones perceptivas (motrices y afectivas) en situaciones concretas para dar respuesta a las distintas situaciones en su entorno desde una corporeidad integral de forma asertiva.</p>	<p>del conocimiento del cuerpo. Las emociones y sentimientos del cuerpo en el medio terrestre y acuático.</p> <p>Prácticas expresivas: Nociones topológicas y de temporalidad en prácticas motoras combinadas con ritmos propios y secuencias rítmicas, individual y colectivamente.</p>	<p>exploración del entorno.</p> <p>Internaliza y coordina las nociones topológicas y de temporalidad en prácticas motoras combinadas con ritmos propios y secuencias rítmicas, individual y colectivamente.</p> <p>Experimenta y expresa emociones y sentimientos a través de su cuerpo en el medio terrestre y acuático obteniendo información y comprendiendo el entorno.</p>
--	--	---	---	---

Meta/s de aprendizaje sugeridas a adaptar por cada docente:

Los estudiantes identificarán cómo su cuerpo interactúa con diferentes entornos para comprender las posibilidades y límites de su corporeidad en relación con el espacio y su entorno.

Los estudiantes crearán actividades motrices en contextos de juego y exploración para promover el aprendizaje colectivo, el disfrute y el desarrollo integral.

Los estudiantes desarrollarán habilidades colaborativas, creativas y reflexivas en contextos grupales y de resolución de problemas para fomentar el trabajo en equipo, la innovación y el pensamiento crítico.

La/s meta/s de aprendizaje se situará/n a la realidad del grupo a cargo del docente

Plan de aprendizaje



Fases del proyecto

Cuerpo en movimiento y entorno en acción

1. Presentación del proyecto

Propósito: Descubrir cómo el cuerpo interactúa con el entorno natural y social, desarrollando movimientos creativos y expresivos.

Situación

¿Cómo podemos crear una actividad que permita a otros niños conocer el entorno y explorar sus capacidades motrices?

Criterios de evaluación

Participación activa y trabajo en equipo.

Creatividad en la solución del problema.

Capacidad de expresar ideas mediante el movimiento.

Actividades propuestas

Exploración Inicial

Conociendo mi cuerpo y mi entorno

1. Actividad

Circuito sensorial

Los estudiantes recorren un circuito con estímulos táctiles, visuales y auditivos para explorar las capacidades de su cuerpo (gatear, rodar, saltar).

Alena Darmel (s. f.). [Imagen] juego texturas

<https://www.pexels.com/es-es/foto/mujer-jugando-feliz-ninos-7176502/>



Pxfuel.com (s. f.). [Imagen] chico, camuflaje, al aire libre, naturaleza, niño, equilibrio, hierba, día, jugando, desierto

<https://www.pxfuel.com/es/free-photo-jwcoj/download>

Evaluar



Cómo utilizan las diferentes partes del cuerpo en relación con el entorno.

Desarrollo del proyecto

2. Investigación

El entorno y sus posibilidades

Salida in situ a un parque o espacio natural cercano.

Observar cómo interactúan los elementos naturales con el movimiento del cuerpo (correr en el césped, escalar en juegos).

Los estudiantes documentan sus descubrimientos en un diario (escrito o dibujado).

Evaluación

Reflexión grupal sobre la experiencia.

3. Trabajo en equipos

Planificando un juego

En equipos, diseñar un juego que incluya movimientos variados y respete las reglas del espacio (correr, lanzar, superar obstáculos).

Se propone una asamblea para asignar roles como por ejemplo: líder del equipo, diseñador del juego, probador de movimientos.

Observar el trabajo colaborativo y la calidad de las propuestas.

4. Creación:

Construyendo juntos

Diseñar y montar un circuito físico en el entorno natural o escolar.

Incluir obstáculos, elementos para trepar, correr y manipular objetos.

Es necesaria la supervisión del diseño y su implementación.

Actividades de expresión y evaluación

5. Coreografía creativa

Crear una danza en grupo que combine movimientos aprendidos.

Incluir ritmos y secuencias predefinidas por los estudiantes.



Aleksandar Andree <https://www.pexels.com/es-es/foto/mujer-jugando-feliz-ninos-7176502/>

Coevaluación basada en creatividad y sincronización.

6. Reflexión final

Presentar el proyecto a la comunidad educativa.

Incluir:

Explicación del juego o circuito creado.

Demostración práctica.

Reflexión individual o grupal sobre lo aprendido.

Evaluar: Presentación y retroalimentación del público.

Tabla de evaluación:

Criterio	Nivel 1: Inicial	Nivel 2: En proceso	Nivel 3: Satisfactorio	Nivel 4: Avanzado
Coordinación motriz				
Trabajo cooperativo				
Actitud y respeto				
Reflexión sobre el aprendizaje				



Referencias bibliográficas

Administración Nacional de Educación Pública (2024). *Compilación Programas 2do*

Ciclo. <https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/teprogramas/2023/Compilaci%C3%B3n%20Programas%202do%20Ciclo.pdf>

Administración Nacional de Educación Pública. MCN (2022). *Documentos de la transformación curricular*.

<https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/Archivos/publicaciones/progresiones/Progresiones%20de%20Aprendizaje%202022%20v5.pdf>

Aleksandar Andree (s. f.). *[Imagen]*.

<https://www.pexels.com/es-es/foto/mujer-jugando-feliz-ninos-7176502/>

Alena Darmel (s. f.). *[Imagen]* *Juego texturas*.

<https://www.pexels.com/es-es/foto/mujer-jugando-feliz-ninos-7176502/>

Callois, R. (1986). *Los juegos y los hombres, la máscara y el vértigo*. Fondo de Cultura Económica.

Huizinga, J. (1972). *Homo ludens*. Alianza - Emecé.

Llanos. (2023). *Cómo montar un grupo de juego en la naturaleza*.

<https://besalvaje.com/2019/10/31/como-montar-un-grupo-de-juego-en-tu-barrio/#jp-carousel-7562>

Moreno, I. (2006). *Recreación: proyectos, programas, actividades*. Lumen Humanistas.

Pavía, V. (2010). *Formas del juego y modos de jugar*. Universidad Nacional de Comahue.

Pxfuel.com (s. f.). *[Imagen]* *chico, camuflaje, al aire libre, naturaleza, niño, equilibrio, hierba, día, jugando, desierto*. <https://www.pxfuel.com/es/free-photo-jwcoj/download>

Autor: Prof. Marcos Díaz

Licencia Creative Commons de Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual

