

2

Niños y niñas

Grados 1 y 2

Me conozco, me cuido

Aprende en Casa con Maloka 2021





Aprende en Casa con Maloka es una iniciativa en alianza entre la Secretaría de Educación del Distrito y Maloka. Se ofrece al público bajo licencia **Creative Commons BY-NC-SA 4.0**, que permite adaptarla y desarrollar obras derivadas, siempre que los nuevos productos atribuyan la obra principal a sus creadores y se publiquen de forma no comercial bajo la misma licencia.



Equipo Corporación Maloka:

Sigrid Falla Directora de Arquitectura de Experiencias | **María Angélica Múnera** Coordinadora de investigación y contenidos | **Édgar Sáenz** Coordinador de Museografía y Arte | **Estructura pedagógica** Manuel Franco | **Equipo educativo** Mateo Aguilar, Alejandra Gutiérrez, Lina Quijano | **Edición** Marco Cardona | **Diseño y diagramación** Sebastián Gutiérrez, Kelly Barrera | **Corrección de estilo** Tatiana Lizarazo

Equipo Secretaría de Educación del Distrito

Secretaría de Educación del Distrito **Edna Cristina Bonilla Sebá** | Subsecretario de Calidad y Pertinencia **Andrés Mauricio Castillo Varela** | Directora de Ciencias, Tecnologías y Medios Educativos **Ulía N. Yemail** | Directora de Educación Preescolar y Básica **Alba Nury Martínez Barrera** | Equipo pedagógico Dirección de Ciencias, Tecnologías y Medios **Jenny Patricia Niño, Luisa Fernanda Sánchez** | Equipo pedagógico Dirección de Educación Preescolar y Básica **Inés Andrea Buitrago, Elizabeth Campaña Usamá, Liliana Segura Olaya**

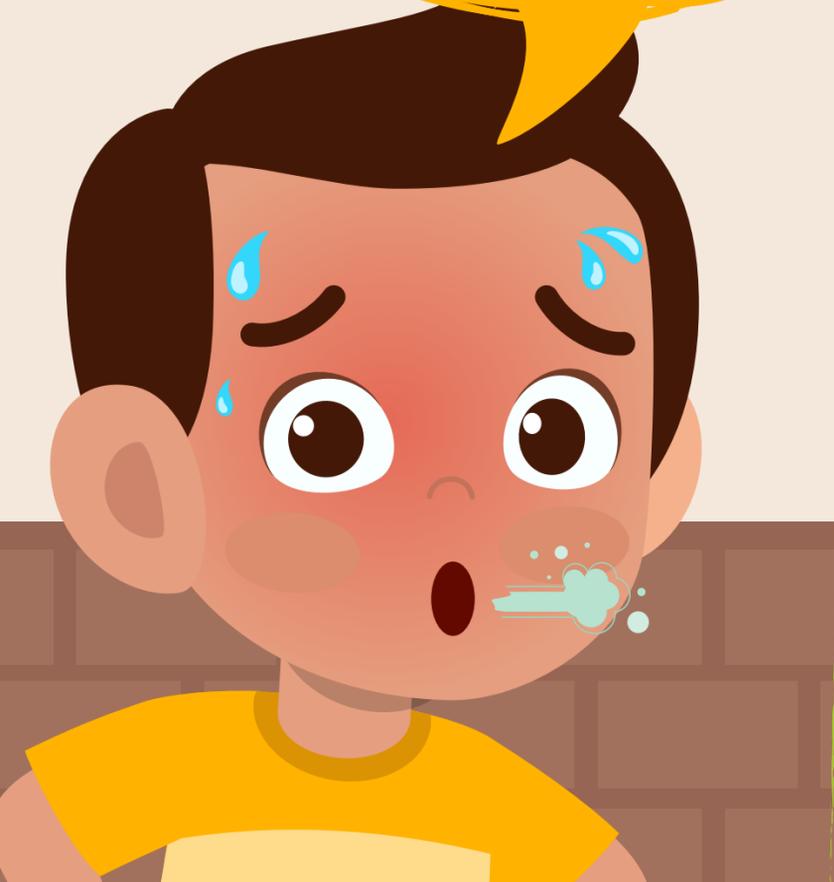
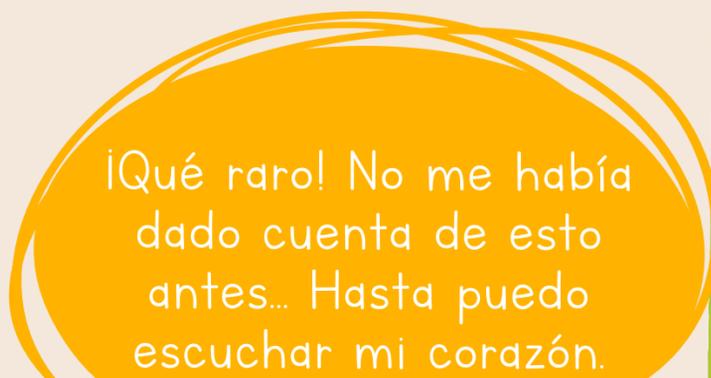
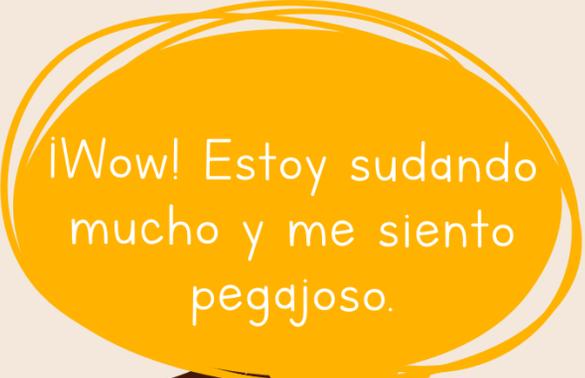
Bogotá, D.C., 2021

3

¿Qué me dice mi cuerpo?

2

1



Podemos explorar nuestro propio cuerpo, con respeto y comprensión, al verlo, olfatearlo, escucharlo y sentirlo.

¿Has sentido el sabor del sudor mientras haces ejercicio o juegas? Tiene un sabor particular, ya que en él se eliminan residuos salados.



Preguntívoros

No todos tenemos el mismo olor corporal, ya que este puede variar de acuerdo con las características del agua que usamos para bañarnos o para lavar la ropa o, incluso, de acuerdo con lo que hacemos día a día. ¿Cuál será tu olor?, ¿con cuáles actividades o momentos del día lo relacionas?



Cada cuerpo tiene un aroma que puede relacionarse con los alimentos, las actividades o, incluso, con el entorno o el ambiente.



Algunos sonidos se producen por movimientos en los músculos: hay unos voluntarios, como silbar, y otros involuntarios, como el hipo.



La piel puede tener muchas texturas: reseca, con granitos, con costras. También puede sentirse arrugada en zonas donde hay más movimiento, como en las uniones de los huesos, o lisa donde hay menos movimiento, como en la barriga o en las piernas.



Al explorarnos, nos reconocemos y aprendemos algunas formas de cuidarnos a nosotros mismos.

¡Explora con tu cuerpo!

Te invitamos a comparar diferentes partes de tu propio cuerpo. Observa con atención y anota tus hallazgos en una tabla como esta.

	¿A qué huele?	¿Cómo se siente?	¿Cómo suena?	¿A qué sabe?
Muñeca				
Rodilla				
Codo				
Ombbligo				



Ahora, piensa y responde:

¿Se parecen entre sí los olores y sabores que encontraste?, ¿cuál fue la textura que más te gustó?

Conocer tu cuerpo forma parte del autocuidado, te permite identificar cuando algo diferente sucede en él. Si observas dolor, ardor o picazón en alguna parte, cuéntale a tu familia para que juntos identifiquen qué puede estar pasando.

Todos somos diferentes, y nuestro cuerpo puede presentar olores, sabores y texturas desconocidos para nosotros mismos. Si tienes preguntas después de hacer la actividad, comunícaselas a un adulto de confianza.



Descubrí que mi rodilla huele y sabe a tierra. Cuando la toco, se siente arrugada y dura.

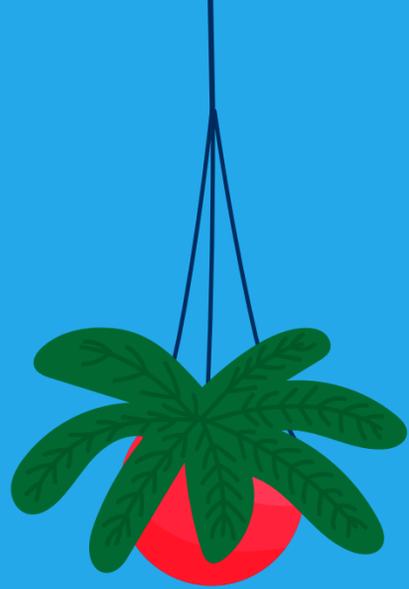


Te invitamos a encontrar partes de tu cuerpo que tengan estas pistas:

Busca en tu cara una parte que sea húmeda y lisa.

Busca en tus brazos o piernas una parte que sea dura y que suene.

¿Cuáles sentidos usaste para ubicar esas partes?
¿Por qué crees que es importante conocer tu cuerpo?
Comparte tus conclusiones en familia y con tus compañeros de clase.



Te invitamos a conocer más sobre
Aprende en Casa con Maloka en los
micrositios

www.encasaconmaloka.org

<https://www.redacademica.edu.co/estrategias/aprende-en-casa-con-maloka>

Acciones de pensamiento y producción a partir de los Estándares Básicos de Competencias

- «Describo mi cuerpo y el de mis compañeros y compañeras».
- «Registro mis observaciones en forma organizada y rigurosa [...] utilizando dibujos, palabras y números».

