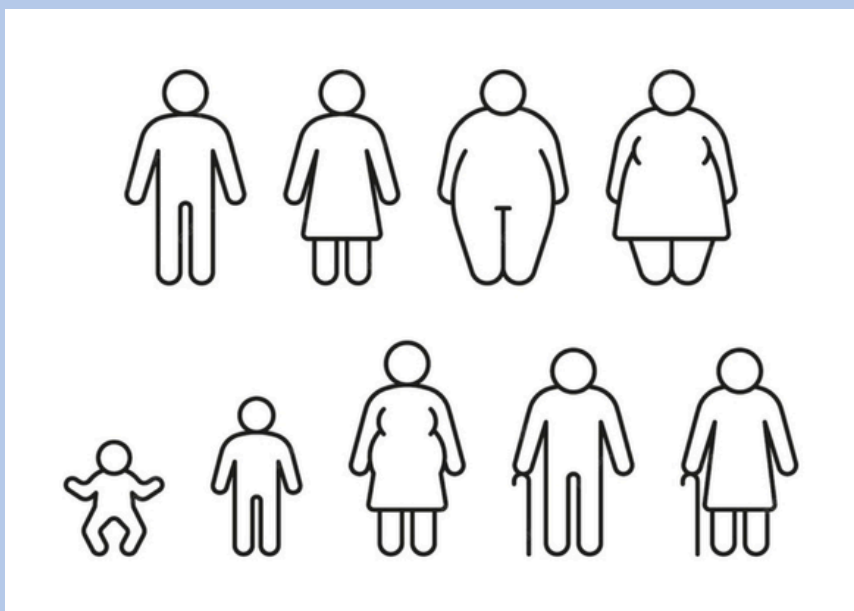
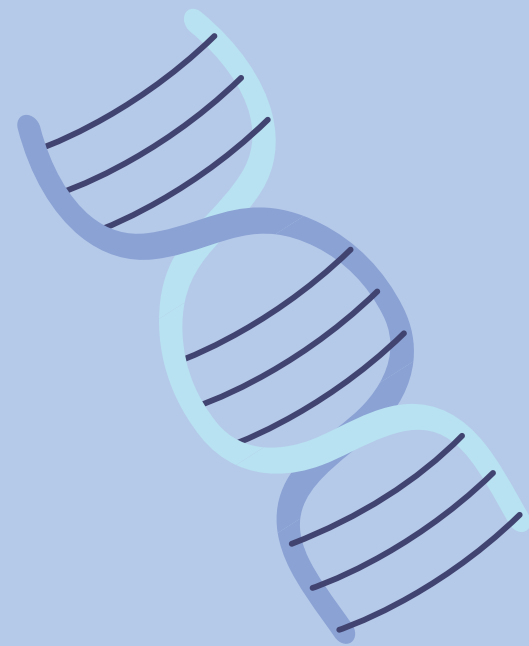


# CONOCEMOS Y CUIDAMOS NUESTRO CUERPO



Subvencionado por la Junta de Castilla y León con cargo a la asignación tributaria del IRPF y Sociedades

## CONTEXTO Y NARRATIVA



El alumnado se convierte en un equipo de exploradores y exploradoras del cuerpo humano. A través del juego y la experimentación, descubrirán cómo es su cuerpo por dentro, para qué sirven sus órganos y por qué es importante cuidarlo. Se parte de la idea de que todos los cuerpos son diferentes y valiosos, independientemente de su aspecto o capacidades.

## RETO PLANTEADO

Conocer el cuerpo humano para aprender a respetarlo, cuidarlo y entender que todas las personas, aunque sean diferentes, tienen las mismas necesidades de cuidado y bienestar.

## METODOLOGIA DE LA ACTIVIDAD

Para esta dinámica, se presentan los diferentes cuerpos humanos en el aula. El alumnado, en pequeños grupos, irá colocando órganos (los cuales estarán categorizados por cajas o recipientes), huesos y sistemas en el lugar correcto. Durante la actividad se fomenta el diálogo, el trabajo cooperativo y la reflexión sobre cómo cuidar cada parte del cuerpo.

## APRENDIZAJES CLAVE

- Conocimiento básico del cuerpo humano
- Valoración del propio cuerpo y el de los demás
- Respeto a la diversidad corporal
- Trabajo cooperativo



## MATERIALES

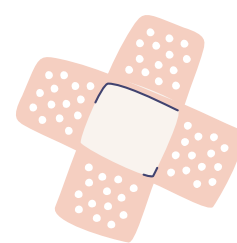
- Diferentes tipos de cuerpos
- Organos y sistemas recortables
- Cartulinas y rotuladores
- Bandejas donde estaran clasificados los organos
- Espacio amplio del aula

## RECOMENDACIONES METODOLOGICAS

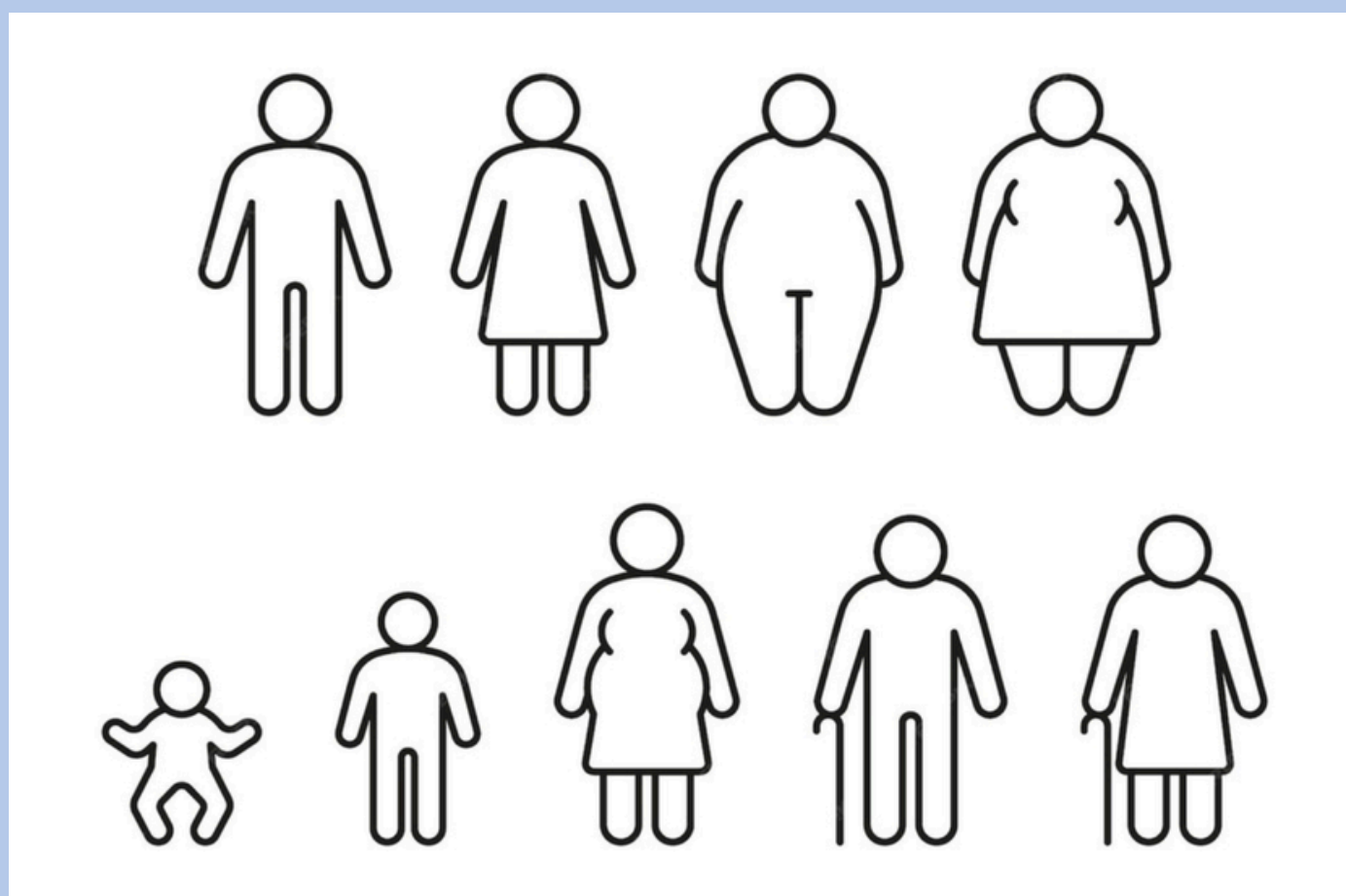
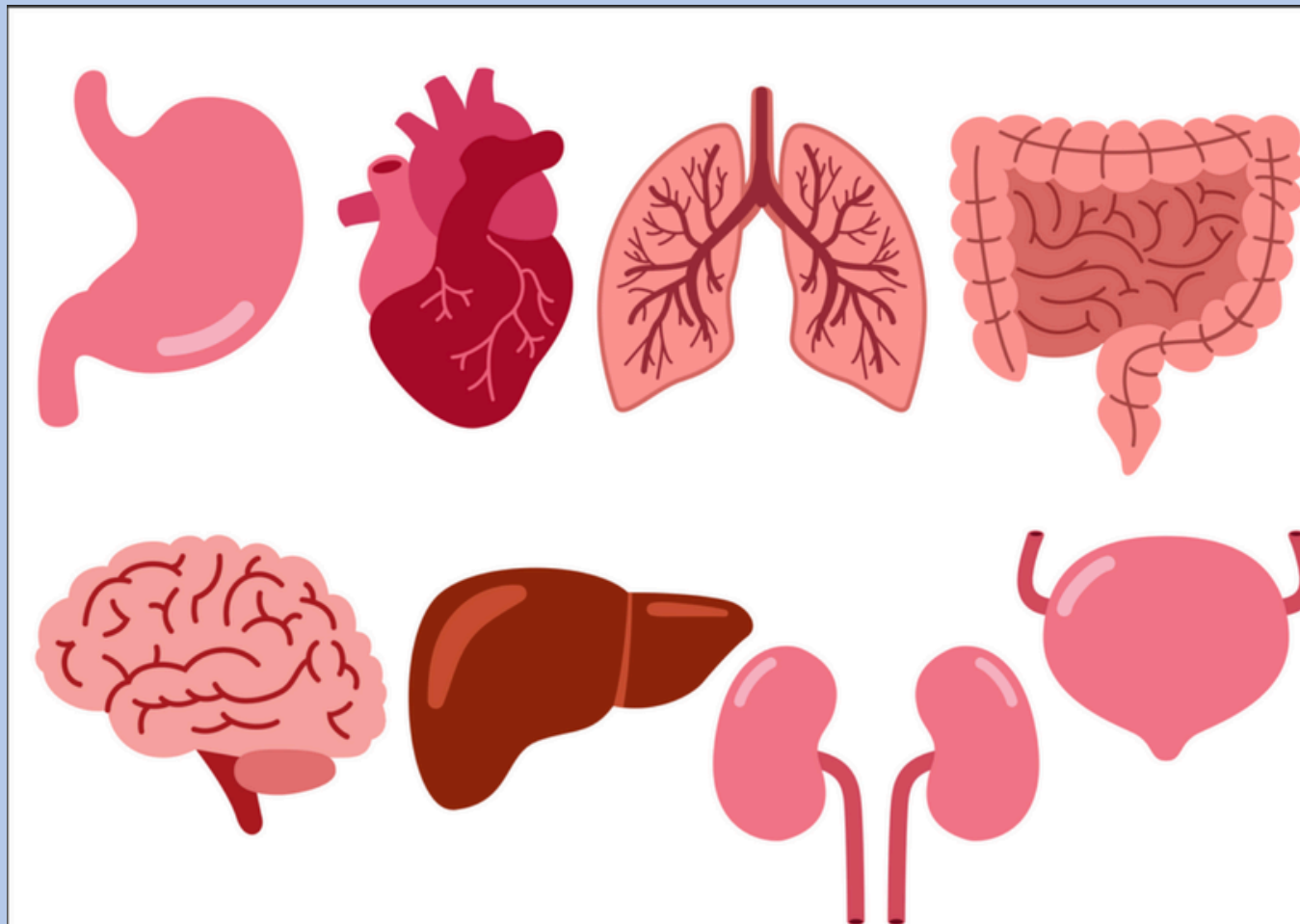
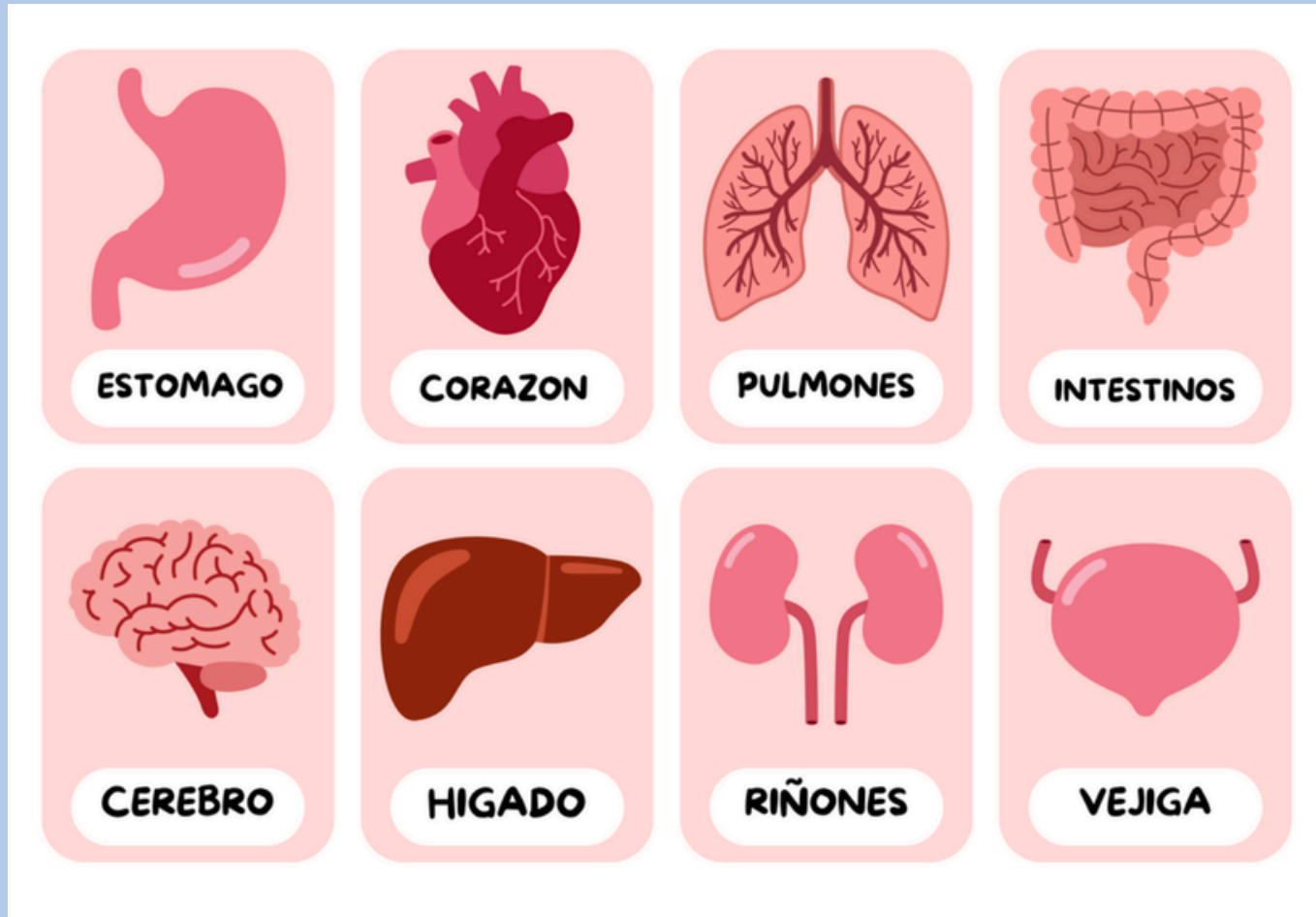
Plastificar el material y ponerle algún tipo de velcro o pegamento para que a la hora de colocar las piezas en los cuerpos no se muevan

## CIERE Y REFLEXIÓN

Para finalizar, se realiza una reflexión conjunta en gran grupo, invitando al alumnado a expresar qué han aprendido sobre su cuerpo y cómo pueden cuidarlo. Se introduce la idea de que cuidar el propio cuerpo implica también respetar el de los demás, reforzando valores de igualdad y aceptación de la diversidad corporal.

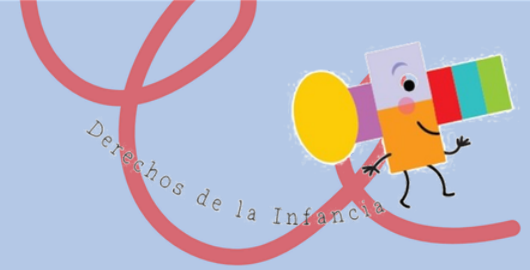


# MATERIAL DESCARGABLE



# SALA DE URGENCIAS; CUIDAR SIN DISCRIMINAR





## CONTEXTO Y NARRATIVA

El alumnado se convierte en un equipo de médicos y médicas que trabaja en la sala de urgencias de un hospital. A lo largo de la actividad, deberán atender a distintos pacientes que llegan con diferentes problemas de salud. Cada paciente presenta características diferentes (edad, género, origen cultural, capacidades físicas o diversidad funcional), lo que permitirá reflexionar sobre la importancia de atender a todas las personas con igualdad, respeto y empatía. La actividad parte de la idea de que todas las personas merecen ser cuidadas y atendidas según su necesidad de salud, independientemente de cómo sean o de quiénes sean.

## RETO PLANTEADO

Aprender a priorizar la atención sanitaria en función de la gravedad de los casos, comprendiendo que en la salud todas las personas tienen los mismos derechos y que la igualdad implica atender primero a quien más lo necesita. Es decir hacerles ver que las diferencias, de género, nacionalidad u otras no tiene mayor importancia.

## METODOLOGIA DE LA ACTIVIDAD

El aula se transforma simbólicamente en una sala de urgencias con tres espacios diferenciados: (Muy urgente, Urgente, Poco urgente). El alumnado, organizado en pequeños grupos, recibe una serie de pacientes representados mediante tarjetas de personajes. Cada personaje incluye una breve descripción de su situación de salud y de algunas de sus características personales. De manera cooperativa, deberán analizar cada caso, dialogar y decidir en qué sala debe ser atendido cada paciente, justificando su elección. El docente guía el proceso mediante preguntas que fomenten la reflexión, evitando juicios basados en estereotipos y reforzando criterios objetivos relacionados con la salud.

## APRENDIZAJES CLAVE

- Desarrollo del pensamiento crítico y la toma de decisiones
- Fomento de la empatía y la solidaridad
- Comprensión del concepto de igualdad y justicia social
- Trabajo cooperativo y diálogo respetuoso

## MATERIALES

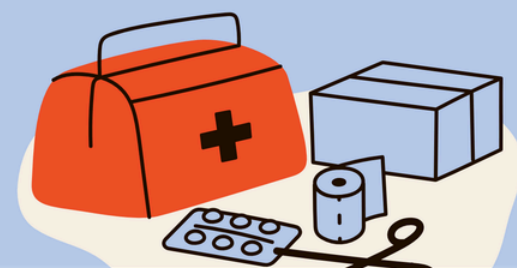
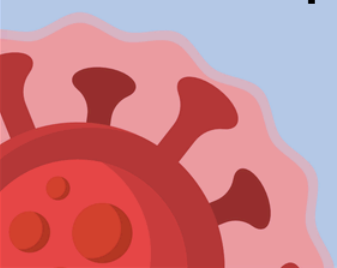
- Tarjetas de personajes con distintos casos
- Carteles con las tres salas: Muy urgente, Urgente y Poco urgente
- Espacio amplio del aula para organizar las zonas

## RECOMENDACIONES METODOLOGICAS

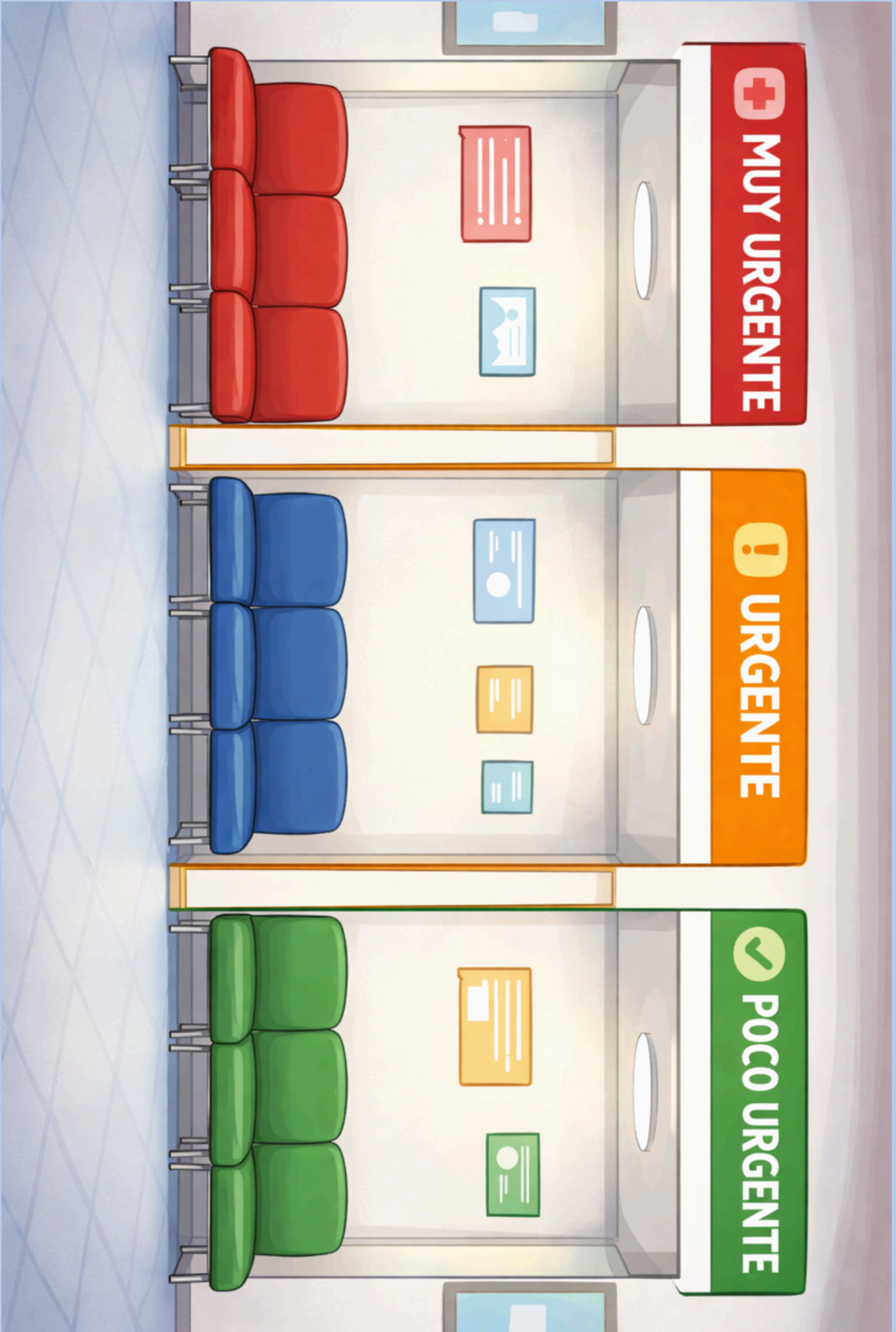
- Guiar el debate para evitar clasificaciones basadas en prejuicios (aspecto físico, discapacidad, origen...).
- Fomentar el respeto a todas las opiniones, recordando que las decisiones deben basarse en la gravedad del problema de salud.
- Dejarles tiempo suficiente para tomar decisiones grupales
- Proyectar la sala de urgencias y dejar que coloquen a los enfermos en diferentes apartados situados claramente en cada una de las salas
- Las cartas están diseñadas para ser dobladas y que por un lado aparezca la foto del enfermo y por el otro sus características concretas (se aconseja darlas ya montadas y plastificadas) (a cada grupo se le entregan todos los pacientes)

## CIERE Y REFLEXIÓN

Para finalizar la actividad, se realiza una puesta en común en gran grupo. El alumnado reflexiona en base a que han tomado las decisiones, qué dificultades han encontrado y qué han aprendido sobre la igualdad en el ámbito de la salud. (se debe de hacer entender que no hay una solución correcta. Se refuerza la idea de que la igualdad no significa tratar a todas las personas igual, sino atenderlas según sus necesidades, destacando valores como el respeto, la empatía y el derecho a la salud de todas las personas.



# MATERIAL DESCARGABLE



# MATERIAL DESCARGABLE



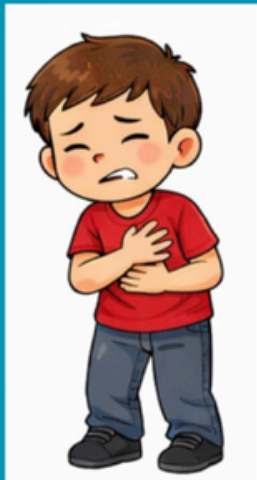
Daniel (9 años)

Niño con sobrepeso. Tiene fiebre muy alta y está muy decaído.



Noa (8 años)

Niña con implante coclear. Tiene una herida profunda que sangra bastante.



Álvaro (9 años)

Dice que le duele el pecho al respirar.



Hamza (9 años)

Niño de origen migrante. Tiene fiebre alta y vómitos. Lleva dos días con síntomas



Lucía (8 años)

Niña con prótesis en una pierna. Se ha caído y tiene mucho dolor.



Mario (9 años)

Niño en silla de ruedas. Se ha golpeado el brazo y le duele bastante.



Samuel (9 años)

Niño gitano. Tiene fiebre muy alta y escalofríos.



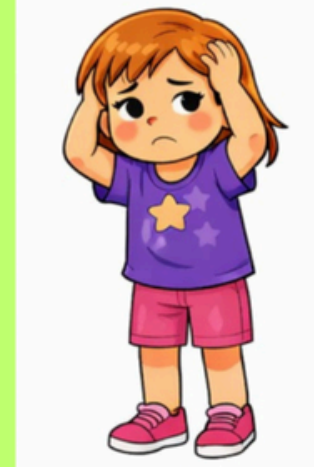
Omar (9 años)

Niño de origen migrante. Tiene vómitos y fiebre moderada.

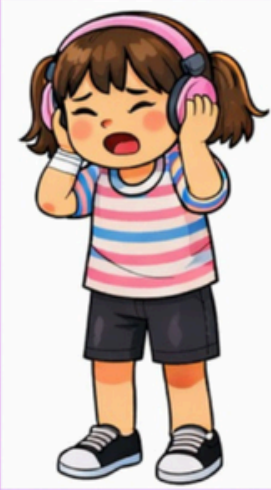
# MATERIAL DESCARGABLE



Amina (8 años)  
Niña de piel oscura. Tiene una herida pequeña en la rodilla.



Clara (8 años)  
Le duele la cabeza desde esta mañana.



Paula (8 años)  
Niña con autismo. Está muy alterada y llora sin parar.



Ismael (9 años)  
Niño que se ha torcido el tobillo y no puede andar.



Sara (8 años)  
Tiene un golpe leve en el brazo.

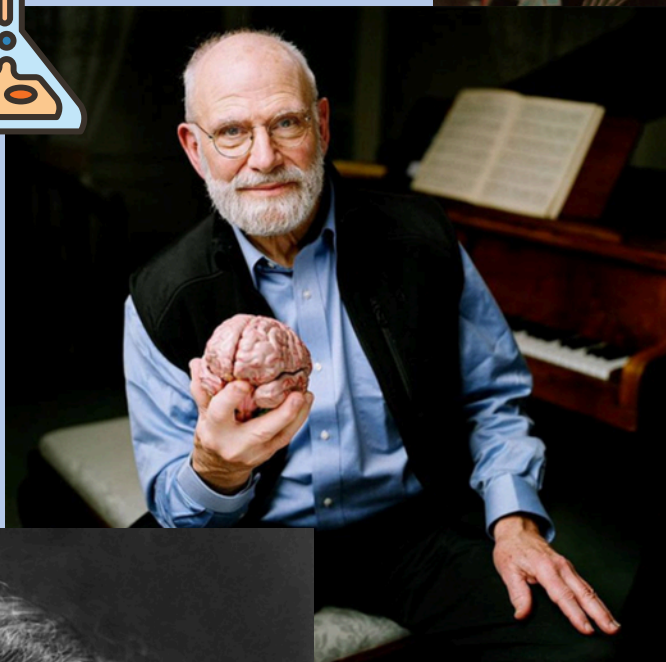
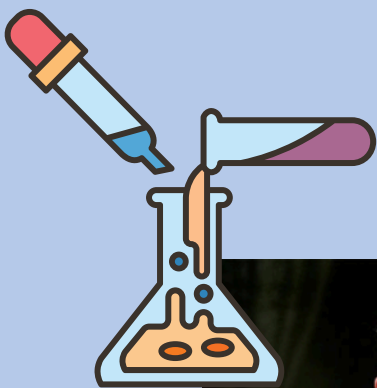
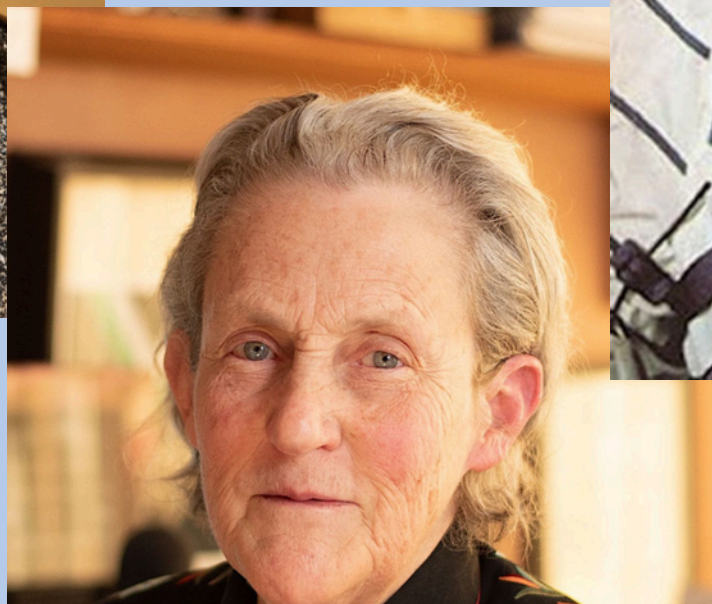
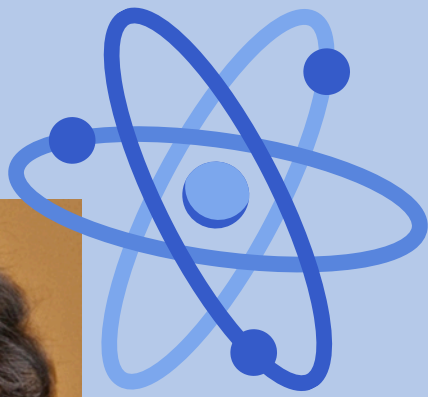


Youssef (9 años)  
Niño sin lesiones graves. Tiene un raspón pequeño.



Julia (8 años)  
Tiene un corte pequeño que no sangra mucho.

# LA CIENCIA SE HACE EN EQUIPO





## CONTEXTO Y NARRATIVA

El alumnado se convierte en un equipo de científicos, científicas que trabaja en un laboratorio. Su misión es resolver diferentes situaciones relacionadas con la salud, el bienestar y la alimentación, entre otros.

A través de esta actividad, el alumnado conocerá a personas reales y reconocidas del ámbito científico y sanitario, entendiendo que la ciencia y el cuidado de la salud son tareas colectivas en las que participan personas muy diversas.

Se parte de la idea de que la diversidad en los equipos científicos es una riqueza y que todas las personas pueden aportar conocimientos y habilidades valiosas.

## RETO PLANTEADO

Formar equipos de científicos y científicas capaces de dar respuesta a diferentes situaciones relacionadas con la salud, comprendiendo que la igualdad, la cooperación y la diversidad son fundamentales para cuidar a las personas de manera justa y eficaz.

## METODOLOGIA DE LA ACTIVIDAD

La actividad se desarrolla mediante una metodología activa, basada en el aprendizaje cooperativo, el diálogo y el análisis de situaciones reales adaptadas a la edad del alumnado.

El alumnado se organiza en pequeños grupos. Cada grupo recibe:

- Una tarjeta con una situación o reto sanitario.
- Un conjunto de tarjetas con personajes reales del ámbito científico y sanitario.

Cada grupo deberá analizar la situación planteada y seleccionar qué personas formarían el mejor equipo para resolverla, justificando sus elecciones. El énfasis no se pone en elegir “al mejor”, sino en comprender qué aporta cada persona al equipo y por qué es importante que el grupo sea diverso.

El docente acompaña el proceso fomentando la reflexión crítica y guiando el debate para evitar estereotipos.

## APRENDIZAJES CLAVE

- Conocimiento de referentes reales del ámbito científico y sanitario.
- Comprensión del valor del trabajo en equipo y la cooperación.
- Desarrollo del pensamiento crítico y la argumentación oral.
- Interiorización del principio de igualdad y no discriminación.



## MATERIALES

- Tarjetas con situaciones relacionadas con la salud y el bienestar.
- Tarjetas con personajes reales del ámbito científico y sanitario.
- Espacio del aula para el trabajo en pequeños grupos.
- Panel o mural para recoger las conclusiones.

## RECOMENDACIONES METODOLOGICAS

- Fomentar un clima de respeto y escucha activa durante el debate.
- Recordar que no existen respuestas únicas correctas, sino decisiones razonadas.
- Se puede dinamizar añadiendo tiempo o poniendo más de una situación a la vez para cada grupo.

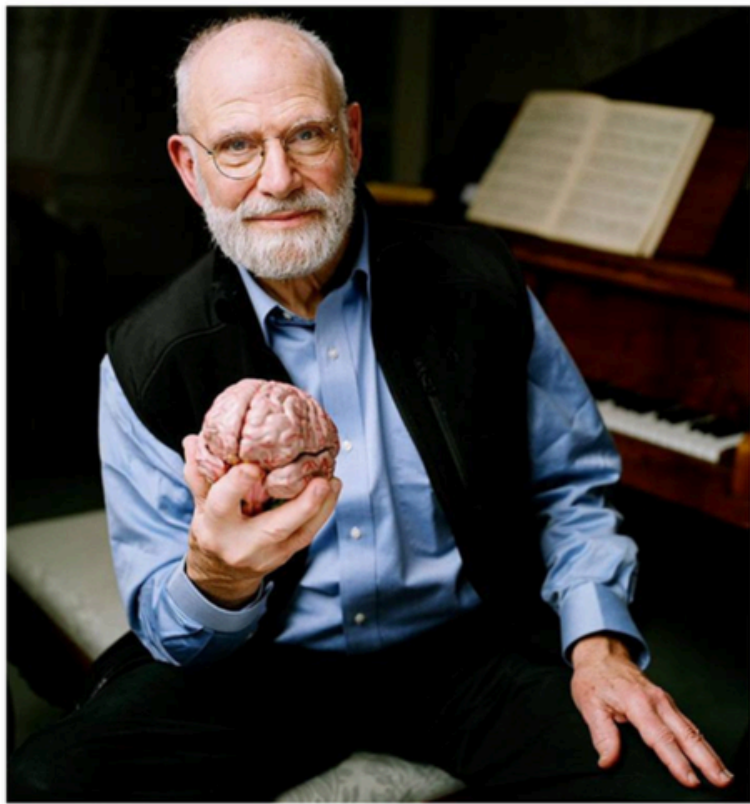
## CIERRE Y REFLEXIÓN

La actividad finaliza con una puesta en común en gran grupo. Cada equipo explica qué personas ha elegido y por qué.

Para finalizar, se realiza una reflexión conjunta en gran grupo, invitando al alumnado a expresar qué han aprendido sobre su cuerpo y cómo pueden cuidarlo. Se introduce la idea de que cuidar el propio cuerpo implica también respetar el de los demás, reforzando valores de igualdad y aceptación de la diversidad corporal.



# MATERIAL DESCARGABLE



**OLIVER SACKS**  
NEUROLOGO ESPECIALIZADO EN  
ENTENDER EL CEREBRO Y LAS  
EMOCIONES



**VALENTINA TERESHKOVA**  
MEDICA E INGENIERA ENCARGADA EN  
CUIDAR LA SALUD DE LOS  
ASTRONAUTAS



**TEMPLE GRANDIN**  
CIENTIFICA ENCARGADA EN ESTUDIAR  
Y EXPLICAR COMO PIENSAN LAS  
PERSONAS CON AUTISMO



**TU YOUYOU**  
CIENTIFICA Y MEDICA, DESCUBRIO  
UNA MEDICINA QUE SALVA  
MILLONES DE VIDAS



**MARIE CURIE**

*CIENTIFICA QUE ESTUDIO PARA  
AYUDAR EN LA CURA DE DIFERENTES  
ENFERMEDADES*



**MARIO MOLINA**

*CIENTIFICO ESPECIALIZADO EN EL  
CUIDADO DEL PLANETA Y DEL AIRE*



**JANE GOODALL**

*PROFESOR Y NUTRICIONISTA  
RECONOCIDO QUE ENSEÑA A TENER  
UNA BDIETA SALUDABLE*



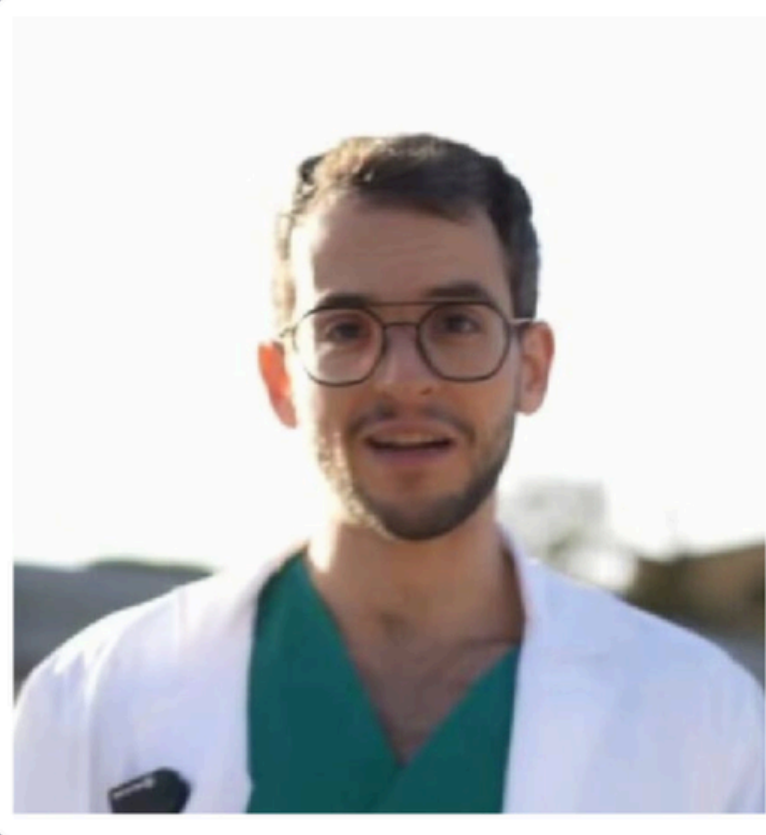
**MARGARITA SALAS**

*CIENTIFICA ESPAÑOLA, ESPECIALIZADA  
EN EL ESTUDIO DEL ADN Y PRUEBAS  
MEDICAS*

# MATERIAL DESCARGABLE



**JANE GOODALL**  
*BIOLOGA QUE CUIDA LA SALUD  
DE ANIMALES Y DEL PLANETA*



**JOSE MANUEL FELICES**  
*DOCTOR QUE ENSEÑA EN SUS REDES  
SOCIALES LA IMPORTANCIA DE LA  
MEDICINA*



**HELEN BROOKE TAUSSING**  
*MEDICA PEDIATRICA ESPECIALISTA EN  
CURAR A BEBES CON PROBLEMAS DE  
CORAZON*



**FLORENCE NIGHTINGALE**  
*ENFERMERA LUCHO POR LOS  
CUIDADOS CON IGUALDAD Y RESPETO*

# MATERIAL DESCARGABLE



**ADRIANA OCAMPO**  
*CIENTIFICA QUE INVESTIGA COMO  
CUIDAR LA VIDA EN LA TIERRA*



**BENJAMIN CARSON**  
*MEDICO NEUROCIRUJANO, OPERA  
CEREBROS PARA AYUDAR A NIÑOS Y  
NIÑAS*

En el colegio hay niños y niñas que piensan o aprenden de forma diferente.

A veces se piensa que solo los hombres pueden ser científicos o médicos.

Hay alumnado que necesita más tiempo o ayuda para aprender.

El colegio quiere aprender que todas las personas pueden cuidar y ser cuidadas.

# MATERIAL DESCARGABLE



Hay alumnado que se siente solo en el recreo y necesita apoyo.

El colegio quiere aprender a cuidar la mente igual que cuida el cuerpo.

Muchos niños y niñas traen desayunos poco saludables al colegio.

En el comedor escolar no se come de forma equilibrada.

Algunas familias comen alimentos diferentes según su cultura y no se entienden entre sí.

Hay niños que no beben agua suficiente durante el día.

El colegio quiere aprender a comer mejor para tener más energía.

Algunos niños no pueden jugar en el patio porque no es accesible para todos.

Un bebé del barrio ha nacido con un problema en el corazón y necesita ayuda médica.

En el colegio hay niños y niñas que siempre están enfermos en invierno y faltan mucho a clase.

En el patio, algunos niños se hacen daño porque no saben cómo cuidar su cuerpo.

Hay alumnado que se cansa mucho cuando corre o juega en Educación Física.

En el colegio hay que aprender a cuidar la higiene para no ponerse enfermos.

Algunos niños y niñas se ponen muy nerviosos y tristes cuando no entienden una tarea.

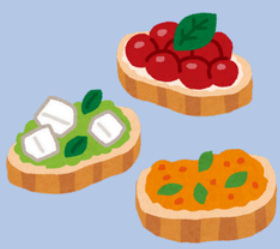
En la clase hay compañeros que sienten las cosas de forma diferente y necesitan comprensión.

Un niño se enfada mucho porque no sabe explicar lo que le pasa.

Derechos de la Infancia

# DE COMER TAMBIEN SE APRENDE





## CONTEXTO Y NARRATIVA

El alumnado se convierte en dietistas infantiles cuya misión es ayudar a crear menús saludables para mejorar su bienestar. A través de esta actividad, aprenderán que la alimentación es una parte fundamental de la salud y que todas las personas, tienen derecho a una alimentación saludable. La actividad se plantea desde una perspectiva inclusiva, valorando la diversidad alimentaria y promoviendo hábitos saludables sin juzgar ni culpabilizar.

## RETO PLANTEADO

Diseñar un menú diario equilibrado, aprendiendo a clasificar los alimentos según su frecuencia de consumo y comprendiendo la importancia de una alimentación variada para el cuidado de la salud.

## METODOLOGIA DE LA ACTIVIDAD

La actividad se desarrolla mediante una metodología activa y manipulativa. El alumnado, organizado en pequeños grupos, recibe tarjetas con dibujos de diferentes alimentos.

En primer lugar, deberán clasificar los alimentos en tres categorías: (on ayuda de una plantilla.)

- Consumo frecuente (siempre)
- Consumo ocasional (a veces)
- Consumo muy ocasional

Posteriormente, cada grupo elaborará un menú saludable seleccionando alimentos variados y equilibrados. Al final de la actividad, podrán comprobar si su menú cumple los criterios básicos de una alimentación saludable.

Durante el proceso, el docente guía la reflexión, destacando que no existen alimentos prohibidos, sino diferentes frecuencias de consumo. Además el desarrollo de esta actividad puede extrapolarse al ámbito familia, introduciendo este menú de manera semanal en casa.

## APRENDIZAJES CLAVE

- Conocimiento de hábitos de alimentación saludable.
- Clasificación de alimentos según su frecuencia de consumo.
- Desarrollo de la autonomía y la toma de decisiones responsables.
- Respeto a la diversidad cultural y alimentaria.
- Trabajo cooperativo.



## MATERIALES

- Tarjetas con dibujos de alimentos.
- Plantilla de clasificación "siempre / a veces / muy ocasional".
- Plantilla de menú diario/semanal.
- Cartulinas y rotuladores.
- Espacio de trabajo en el aula.

## RECOMENDACIONES METODOLOGICAS

- Respetar las diferentes realidades familiares y culturales.
- Evitar mensajes culpabilizadores relacionados con la alimentación.
- Conciliar esta actividad con las familias para que el trabajo realizado en clase se pueda ver reflejado en la medida de lo posible en las casas.
- Realizarlo de manera visual, sin necesidad de escribir (cortando y pegando)

## CIERRE Y REFLEXIÓN

La actividad finaliza con una puesta en común en gran grupo, en la que el alumnado comparte los menús creados y reflexiona sobre cómo la alimentación influye en la salud y el bienestar diario. Se refuerza la idea de que comer bien es una forma de cuidarse y de ejercer el derecho a la salud.



# MATERIAL DESCARGABLE



# MATERIAL DESCARGABLE



# MATERIAL DESCARGABLE

## MENU DIARIO



DESAYUNO

ALMUERZO

COMIDA

MERIENDA

CENA



# MATERIAL DESCARGABLE



## MENÚ SEMANAL

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
DESAYUNO							
ALMUERZO							
COMIDA							
MERIENDA							
CENA							



Derechos de la Infancia

# SONRISAS QUE SE CUIDAN





## CONTEXTO Y NARRATIVA

El alumnado se convierte en dentistas y auxiliares de clínica dental cuya misión es cuidar la salud bucodental de todas las personas. A través de una actividad manipulativa y lúdica, aprenderán la importancia de mantener una correcta higiene dental y comprenderán que el cuidado de la salud bucal es un derecho y una responsabilidad compartida.

## RETO PLANTEADO

Aprender a cuidar los dientes correctamente, comprendiendo la importancia de una higiene bucodental adecuada y desarrollando hábitos saludables que contribuyan al bienestar personal.

## METODOLOGIA DE LA ACTIVIDAD

La actividad se desarrolla mediante una metodología activa, manipulativa y experiencial. El alumnado, organizado en pequeños grupos, dispone de una plantilla con una dentadura dibujada o de una boca tridimensional elaborada con materiales reciclados. Los dientes aparecen “sucios”, simulando restos de comida o placa dental mediante rotuladores de pizarra. Cada grupo deberá limpiar correctamente la dentadura utilizando cepillos simulados (palo con esponja en la punta) y una tira de lana que representa el hilo dental. La actividad se realiza sin prisas, poniendo el énfasis en la precisión y el cuidado, y no únicamente en la rapidez. Durante el proceso, el docente guía la reflexión sobre la importancia de cepillarse bien, llegar a todas las zonas y mantener una rutina diaria de higiene.

## APRENDIZAJES CLAVE

- Conocimiento de hábitos básicos de higiene bucodental.
- Desarrollo de la motricidad fina y la coordinación.
- Comprensión de la relación entre alimentación y salud dental.
- Fomento de la responsabilidad personal en el cuidado de la salud.
- Trabajo cooperativo y respeto a los turnos.
- 

## MATERIALES

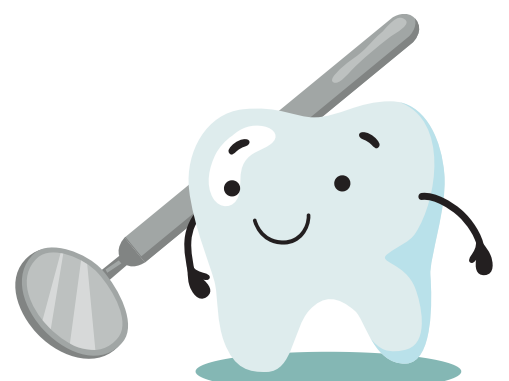
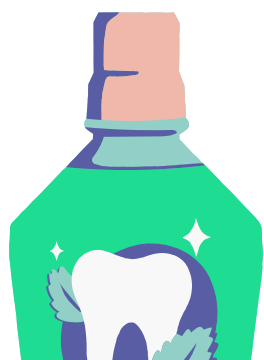
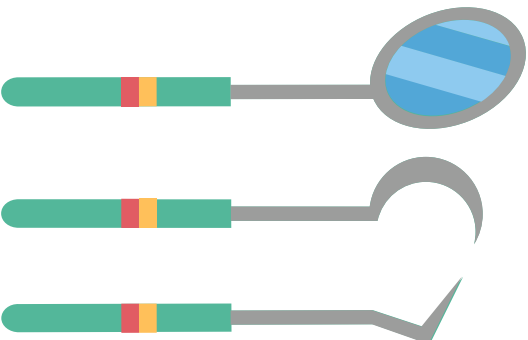
- Plantillas de dentaduras o bocas en 3D (material reciclado).
- Rotuladores de pizarra para simular suciedad.
- Cepillos simulados (palos con esponja).
- Lana para representar el hilo dental.
- Bandejas para organizar los materiales.
- Espacio amplio del aula.

## RECOMENDACIONES METODOLOGICAS

- Priorizar la correcta limpieza frente a la rapidez.
- Explicar previamente la técnica básica de cepillado.
- Reforzar mensajes positivos sobre el cuidado personal.

## CIERRE Y REFLEXIÓN

Para finalizar, se realiza una reflexión conjunta en gran grupo en la que el alumnado comparte qué ha aprendido sobre el cuidado de los dientes y cómo puede aplicar estos hábitos en su vida diaria. Se refuerza la idea de que cuidar la salud bucodental forma parte del derecho a la salud y que pequeños gestos diarios contribuyen al bienestar general.





# MATERIAL DESCARGABLE (EJEMPLIFICACION DE LOS RECURSOS)

