Proyecto de lectura

Autor: Adriana Costanzo

Editora: Asociación Casa Editora Sudamericana

Grado de estudios: 1er y 2do grado

Áreas de trabajo relacionadas: Comunicación, Desarrollo personal, Religión.

Tema: Cuidado y apreciación personal

Objetivos

- Valorar el cuerpo como una creación perfecta de Dios.
- Fomentar el desarrollo de hábitos saludables teniendo en cuenta los ocho remedios naturales (aire, descanso, ejercicio, luz del sol, agua, nutrición, temperancia, esperanza en Dios).
- Comprender que es uno mismo quien toma decisiones saludables sobre su propio cuerpo.

Justificación

Nuestro cuerpo es un regalo muy especial que Dios nos dio. Cuando él creó al ser humano, lo hizo a su propia imagen, con una belleza y simetría perfectas. Sin embargo, cuando el pecado entró a nuestro mundo, llegaron también las enfermedades y la muerte. A pesar de esto, Dios, en su Palabra, nos da consejos para que podamos cuidar nuestra salud. Es crucial que cada persona tome conciencia de su responsabilidad de cuidar su cuerpo para evitar enfermedades.

A través de la lectura de este libro, los niños podrán reflexionar sobre su propio cuerpo, reconocerlo como una bendición de Dios y tomar decisiones para cuidarlo responsablemente.

Sugerencia de actividades

Tener con anticipación algunos globos inflados para los estudiantes. Los globos deben ser de diferentes colores. Pedir a cada estudiante que escoja uno de ellos y luego dialogar acerca de los gustos que cada uno tiene. Preguntar: ¿Qué color eligieron y por qué? ¿Les gustan los colores que eligieron sus amigos? ¿Cómo te sentirías si no te dan la opción de elegir el color? ¿Cuáles colores te gustan más y cuáles menos? ¿Por qué? ¿cómo sería el mundo si todos tuviésemos los mismos gustos? Reflexionar con los estudiantes en que nuestros distintos gustos nos hacen personas diferentes y únicas. Dios nos dio características especiales porque nos ama. El ser únicos también es un regalo de Dios. Sin embargo, hay un regalo que nos dio a todos por igual. ¿Qué será?

Si es que ya se leyeron otros libros de la serie Cuido este regalo, dialogar con los estudiantes acerca de los regalos que Dios nos dio y que ya fueron vistos en los libros anteriores: la naturaleza, los animales, los demás. Recordar a los estudiantes que todos ellos son regalos maravillosos que nos fueron entregados con amor para que podamos ser felices.

Realizar la siguiente actividad con los estudiantes para descubrir un regalo más que Dios nos dio. Los únicos elementos necesarios serán una venda -que sirva para tapar los ojos o atar las manos- y tapones para los oídos.

La actividad se realizará tantas veces como el docente lo crea conveniente, intentando la mayor participación de los estudiantes. El objetivo es que los estudiantes puedan valorar la importancia de cada uno de los órganos del cuerpo.

Instrucciones

1. Colocar sobre una mesa algunos objetos como cuadernos, lápices, sacapuntas, etc. y reunir a los estudiantes alrededor de ella.
2. Vendar los ojos a uno de ellos y pedirle que tome el objeto que se le indique.
3. Atar las manos y pedir que sujeten con alguna parte de su cuerpo uno de los objetos.
4. Colocar los tapones en los oídos asegurándose que queden bien tapados, colocar una melodía suave y pedir que identifiquen qué melodía es.

Al finalizar la actividad preguntar qué dificultades encontraron y qué tan importantes creen que son los órganos que deberían haber sido usados. Dialogar acerca de la importancia de los ojos, los oídos y las manos, dejando la idea de que esos órganos son solo una muestra de que cada órgano que Dios colocó en nuestro cuerpo cumple una función muy especial para que cada ser humano pueda estar bien y cumplir diversas tareas necesarias en su vida cotidiana.

Preparar una silueta del cuerpo humano en un papel grande. Tener imágenes de los diferentes órganos del cuerpo y repartirlas entre los estudiantes para que ellos las coloquen en el lugar correcto del cuerpo. Preguntar: ¿cuáles son las funciones que cada órgano del cuerpo realiza? ¿Es necesario que tengamos todos los órganos o alguno de ellos puede faltar? ¿Cuál es la función básica que cada uno de ellos realiza? ¿Trabajan los órganos en conjunto para realizar alguna función? ¿De qué manera permiten que nuestra vida sea agradable? Dar lugar a que todos los estudiantes puedan expresar sus

ideas acerca de los distintos órganos del cuerpo y llegar a la conclusión de que el cuerpo humano, conformado por todos los órganos del cuerpo, es un regalo maravilloso que Dios nos dio.

Presentar la tapa del libro *¡Aquí estoy yo!* y pedir a los estudiantes que la observen detalladamente y que comenten qué es lo que observan y qué es lo que les llama la atención: ¿qué es lo que ha recibido la niña de regalo? ¿Qué emociones creen que siente al recibir el regalo? ¿Quién le habrá enviado ese regalo? ¿Cuán bueno es recibir regalos? ¿Nos gusta más dar o recibir regalos? ¿Por qué? ¿Qué es lo que hacemos cuando recibimos un regalo? ¿Qué detalles habrá tenido en cuenta la persona que le envió el regalo? ¿Por qué lo creen así?

Presentar a Lupe (p.3) y dialogar acerca de quién envía el regalo, quién lo recibe, cómo creen que ha sido preparado y por qué creen que es tan emocionante recibirlo.

Motivar a los lectores iniciales a seguir la lectura que puede ser realizada por la maestra con el fin de que se vayan relacionando más con las palabras y con el texto en general e ir realizando los "altos" necesarios para formular las preguntas que plantea la maestra en el libro. En todo momento permitir la interacción de los lectores con el texto aprovechando que este presenta narrativa y diálogos.

Leer las páginas 8 a 14 y ayudar a los estudiantes a que expresen qué ideas del texto les gustan y por qué. Guiarlos a identificar cuáles son las características de un regalo especial: se lo hace con las propias manos, se piensa en los gustos de quien lo va a recibir, se lo entrega con mucho amor.

Pedir a los estudiantes que lleven al aula fotos de cuando eran bebés y fotos actuales también. Si es posible, pueden llevar algún objeto que tenga relación con su nacimiento. Puede ser un regalo especial que un familiar les dio. Crear un momento para que socialicen en grupo mostrando sus fotos y contando alguna anécdota alegre relacionada a su nacimiento, poniendo énfasis en los preparativos que realizó su familia para esperarlos. Mostrar mucha atención a lo que narra cada uno de los estudiantes generando en ellos el sentimiento de que su historia es importante para todos los que la están escuchando.

Reflexionar con ellos en que cada uno fue soñado en el corazón de Dios. Fue él quien formó a cada ser humano y fue él quien los hizo especiales. Leer el siguiente texto bíblico y entonar la canción de Steve Green "Tú me tejiste"·(**ver video**).

> "Dios mío, tú fuiste quien me formó en el vientre de mi madre. Tú fuiste quien formó cada parte de mi cuerpo. Soy una creación maravillosa, y por eso te doy gracias. Todo lo que haces es maravilloso, ¡de eso estoy bien seguro! Tú viste cuando mi cuerpo fue cobrando forma en las profundidades de la tierra; ¡aún no había vivido un solo día, cuando tú ya habías decidido cuánto tiempo viviría! ¡Lo habías anotado en tu libro!" (Salmo 139:13-16).

Relacionar el hecho de que fue Dios quien nos creó en el vientre de nuestra madre con la perfección de nuestro cuerpo. Dar lugar a que los estudiantes expresen sus sentimientos frente a tan gran amor de Dios al crearlos tan especiales y motivarlos a ser agradecidos a él a través de la oración. Para esto, preparar con anticipación un frasco trasparente grande. Imprimir algunas figuras pequeñas relacionadas con el agradecimiento: manitos de oración y la palabra gracias en diferentes formatos.

Pegar estas imágenes en el contorno del frasco o decorar como mejor les parezca. Luego, pedir a los estudiantes que escriban un agradecimiento específico en una hoja de papel relacionado con el cuerpo que Dios les ha dado y que lo coloquen dentro del frasco. Esto se utilizará al finalizar el proyecto.

Leer con los estudiantes 1 Corintios 6:19:

> "¿No saben ustedes que su cuerpo es templo del Espíritu Santo que Dios les ha dado, y que el Espíritu Santo vive en ustedes? Ustedes no son sus propios dueños".

Preguntar: ¿Cómo deberíamos cuidar este regalo tan importante y que a la vez es el templo de su Santo Espíritu? Dar lugar a sus respuestas y complementarlas a través de la lectura de las páginas 15 y 16 del libro. Reflexionar en cuán cuidadosos debemos ser con el cuidado de cada órgano que conforma el cuerpo, proponerles el desafío de encontrar los consejos brindados en las páginas 17 a 21 y preguntar quiénes ya los toman en cuenta.

Organizarlos por grupo y proponer que cada grupo cree un canto relacionado con uno de los consejos. En conjunto pueden presentarse palabras claves para que sean una guía en la preparación del canto. Cuando estén listos, compartirlos en clase y aprenderlos. Los cantos pueden acompañarse con instrumentos que ellos mismos fabriquen para darles un ritmo musical con el fin de que sea más fácil aprenderlos. Felicitarlos por sus creaciones. Estos cantos pueden ser utilizados para enseñar los cuidados aprendidos a estudiantes de grados menores.

Presentar a los niños ocho tarjetas grandes con los remedios naturales que Dios ha dado y colocarlos en el pizarrón. Preparar tarjetas con palabras que se relacionen con los remedios naturales en cuanto a la necesidad que los órganos del cuerpo tienen de estos, por ejemplo: plantas (necesitan del agua), pulmones (necesitan del aire). Entregar las tarjetas con palabras a los estudiantes y pedir que las coloquen debajo o alrededor del remedio natural que corresponde. Enfatizar que el uso de los ocho remedios naturales favorece una vida más saludable: el cuidado del regalo dado por Dios.

Dividir a los estudiantes en ocho grupos de trabajo. Cada grupo se encargará de investigar más a fondo uno de los ocho remedios naturales. En su exposición se debe incluir actividades que los estudiantes de los distintos grados de estudio puedan practicar en su vida cotidiana, tales como: abrir la ventana al levantarse y realizar inspiraciones de aire puro, tomar luz solar todos los días (teniendo los cuidados respectivos), comer una buena ración de verduras y frutas de distintos colores, realizar actividades de ejercitación como juegos al aire libre para activar el corazón, etc. Organizar en la institución educativa un "Rally de salud" con estaciones para cada remedio natural. En las estaciones se brindará información del remedio natural a los estudiantes de otros grados y se los motivará a practicarlos en su vida diaria.

Presentar a los niños la palabra TEMPERANCIA. Preguntar qué creen que significa. Quizá alguno ya la escuchó con anterioridad. Dar lugar a que expresen sus ideas y explicar que podrán conocer el significado de la palabra a través de una historia.

Dividir a los estudiantes en dos grupos y darles a leer los textos de las páginas 23 a 27:

Mucho de lo bueno no siempre es lo mejor.

Ser equilibrado. Al finalizar la lectura pedir que expongan sus ideas principales. Anotar estas ideas en carteles y colocarlos en algún lugar visible del aula. Preparar un semáforo con los círculos de color grandes. Llamarlo el semáforo del autocontrol, que significa que para tomar una decisión debo parar (círculo rojo), pensar (círculo ámbar) y después actuar (círculo verde). Explicar que toda decisión necesita de reflexión. No es bueno actuar sin pensar. La temperancia está relacionada con el autocontrol, es decir, con el equilibrio en todo lo que hacemos. Debo pensar antes de actuar en todo lo que se relacione con el cuidado de mi cuerpo. Usar los carteles que se escribieron con anterioridad y relacionarlos con los colores del semáforo y su significado. Luego, leer la p. 27 y pedir a los estudiantes que completen con otros cuidados que nos ayudan a ser temperantes.

Complementar la idea del cuidado del cuerpo con la historia "El camioncito de Félix". Preparar "Tarjetas de decisiones" en las que los estudiantes puedan escribir una decisión que toman para cuidar su cuerpo (que incluye lo físico, lo mental, lo social, lo espiritual) y colocarlas en un mural especial que preparen en el aula para fomentar el cuidado del cuerpo a través del uso de los **ocho remedios naturales**.

Dedicar un momento a dialogar acerca de las enfermedades. En algunos casos son causadas por los malos hábitos y en otros casos pueden deberse a distintos factores ajenos al cuidado que cada persona tenga de su salud. Explicar algunos puntos importantes:

- Cuando Dios creó a Adán y Eva, los creó perfectos para que vivan con salud eternamente.
- El pecado solo trajo malas consecuencias, entre ellas, las enfermedades.
- Dios no es el autor de las enfermedades ni del sufrimiento. Él es el dador de la vida y desea que sus hijos vivan saludablemente.
- Cuando Jesús vino al mundo restauró la salud del cuerpo y del alma de muchas personas.
- Dios promete que nos restaurará. No más habrá enfermedades, dolor ni muerte.
- Las enfermedades son consecuencias del pecado, no son parte del plan original de Dios.

Leer la página 32 del libro y meditar en la promesa de Dios:

> "Él tomará nuestro débil cuerpo mortal y lo transformará en un cuerpo glorioso, igual al de él. Lo hará valiéndose del mismo poder con el que pondrá todas las cosas bajo su dominio" (Filipenses 3:21, NTV).

Para finalizar el proyecto, retomar la actividad del frasco de gratitud y dedicar un momento para agradecer a Dios por ser una creación maravillosa y especial. Acompañar este momento de agradecimiento con el canto **"Mayor construcción"**.