

Pulmones felices frente a pulmones tristes

Actividad para niños

Resumen

Los niños identificarán actividades o situaciones que pueden ayudar a que sus pulmones estén sanos y actividades/situaciones que pueden dañar sus pulmones.

Temas tratados:

- #1 Los pulmones nos ayudan a respirar
- #2 Unos pulmones sanos ayudan a mantener nuestro cuerpo sano
- #3 Los pulmones nos ayudan a ir bien en la escuela
- #4 Utilizamos los pulmones para realizar actividades saludables
- #5 La respiración nos ayuda a gestionar nuestros sentimientos

Materiales

Plantillas de pulmón feliz y pulmón triste (apéndice A4-A5) 1 por grupo

Cuadros de actividades (apéndice A6-A7)
1 juego por grupo

Cinta

Antes de empezar

Ampliaciones/ adaptaciones:

Esta actividad puede realizarse en pequeños grupos en lugar de con toda la clase.

Haz una copia por grupo de las plantillas del pulmón feliz y del pulmón triste y un juego por grupo de las ilustraciones de la actividad. Recorta los dibujos de la actividad.

Pasos

Discusión antes de la actividad: Comenta con los niños la importancia de tener unos pulmones sanos (nos ayudan a respirar para que podamos realizar actividades divertidas como jugar, correr, cantar, soplar, etc.). Explícales que lo que hacemos y lo que respiramos puede ayudar o perjudicar a nuestros pulmones.

1. Ayude a los niños a pensar en una breve lista de actividades que creen que serían buenas para nuestros pulmones y comente por qué han elegido esas actividades (correr, jugar, bailar, cantar, soplar, respirar profundamente, saltar, nadar, montar en bicicleta, lavarse las manos, ir al médico para revisiones, comer alimentos sanos como frutas y verduras).
2. Repite con una pequeña lista de actividades que serían malas para nuestros pulmones y por qué (fumar, aire muy frío, ponerse enfermo, contaminación atmosférica/aire sucio). Di a los niños que tienen que cuidar bien sus pulmones todos los días porque tienen que seguir trabajando el resto de su vida.
3. Cuelga la plantilla del pulmón feliz y la plantilla del pulmón triste.
4. Selecciona una tarjeta y pide a los niños que adivinen si creen que muestra algo que puede ayudar o perjudicar a sus pulmones. Discute qué es el dibujo y cómo ayuda o perjudica a los pulmones. Si la actividad ayuda a los pulmones, pégala en la plantilla del pulmón feliz. Si la actividad perjudica a los pulmones, pégala en la plantilla del pulmón triste.
5. Cuenta cuántas tarjetas hay en cada plantilla de pulmón. Compara qué plantilla de pulmón tiene más actividades pegadas.

Dominios de Head Start y objetivos:

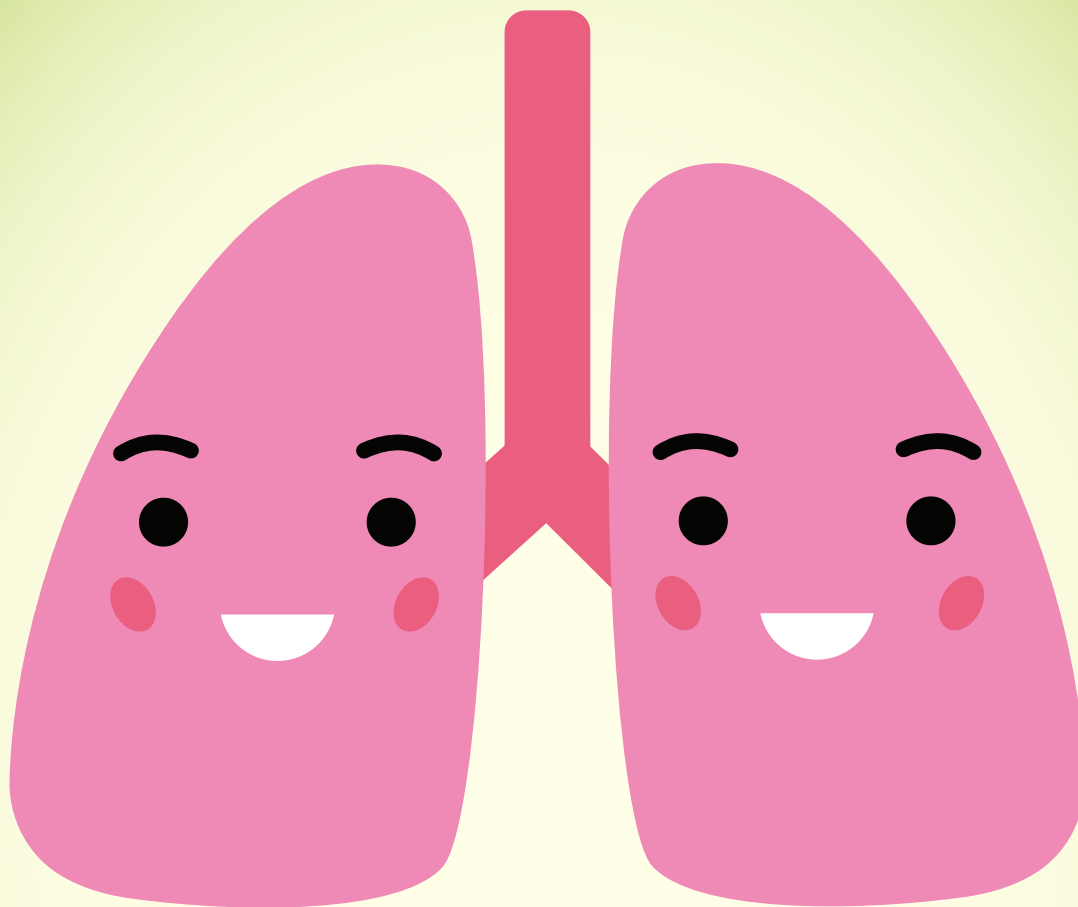
P-PMP 4, 5
P-MATH 1, 2, 3, 4
P-SCI 3, 5
P-LC 1, 2, 6, 7
P-ATL 8, 11

Alto Alcance Contenido del plan de estudios:

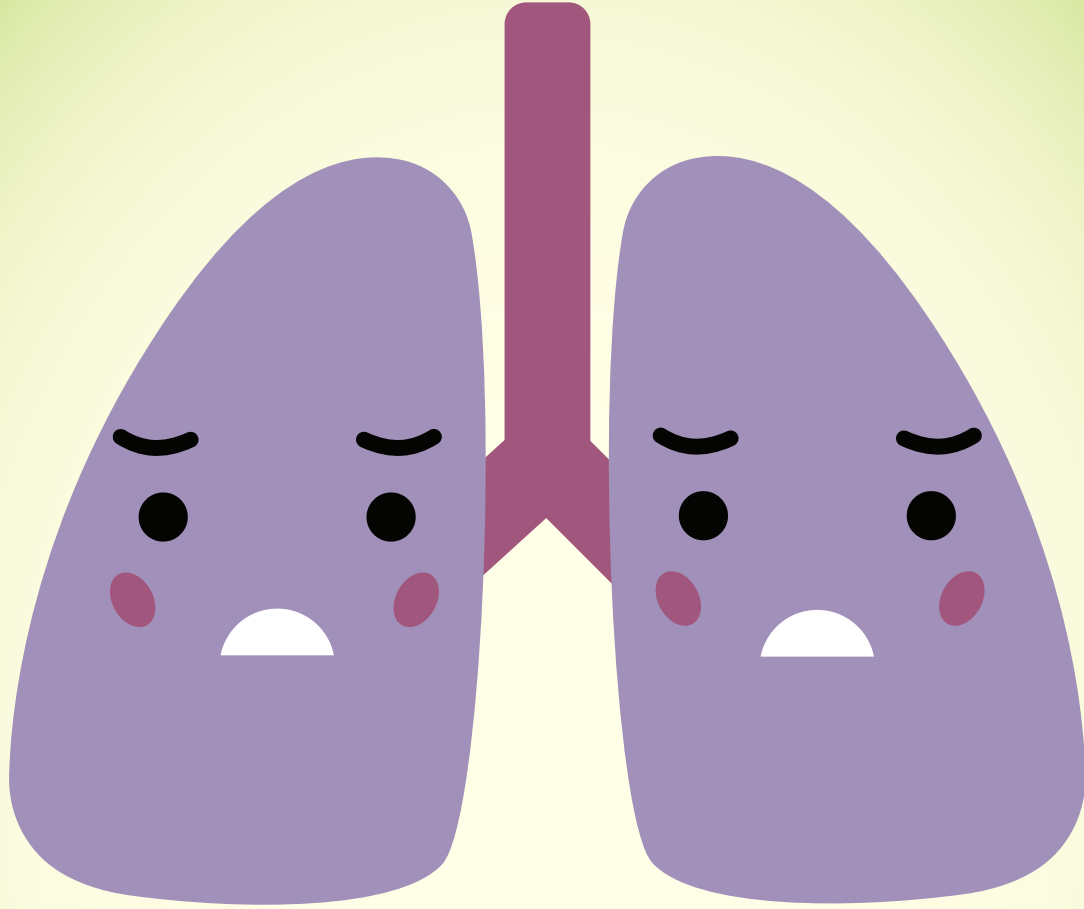
1, 3, 5, 19, 20, 21, 23, 32, 46, 48, 51, 58



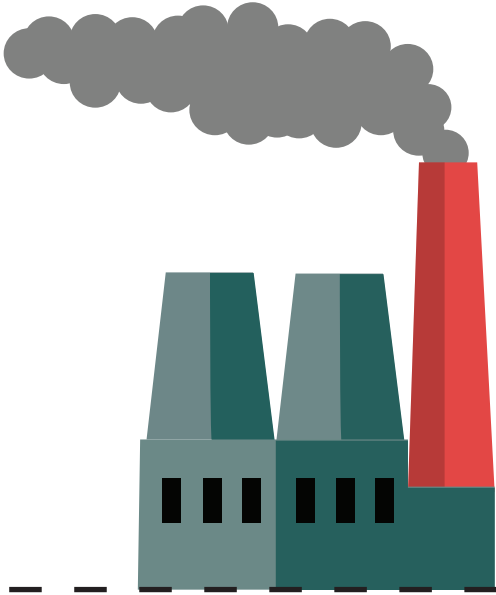
PULMONES FELICES



PULMONES TRISTES



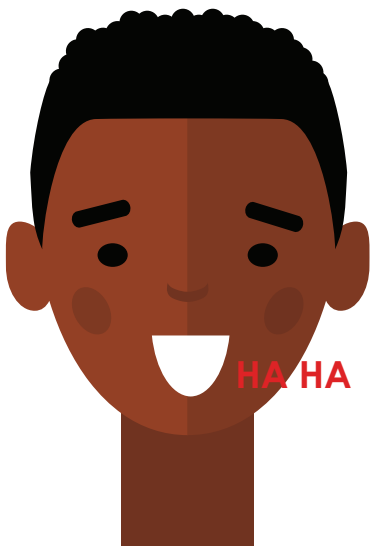
Contaminación



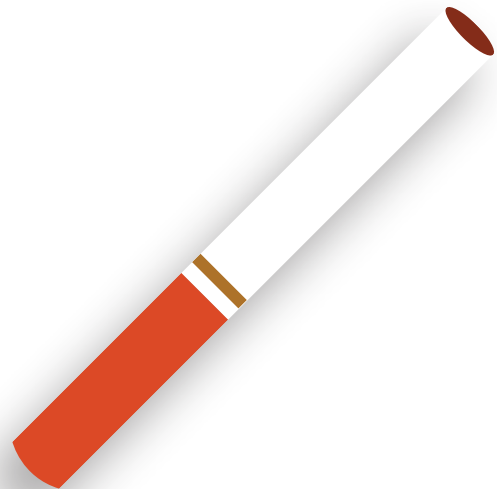
Correr



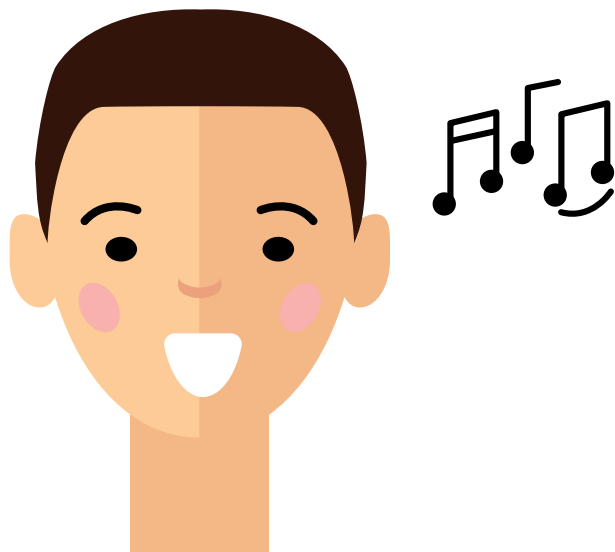
Reír



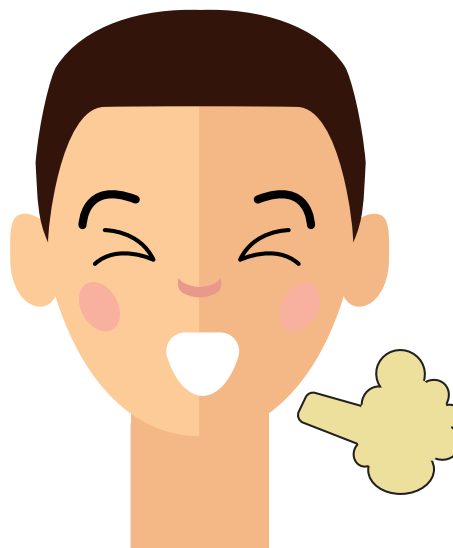
Fumar



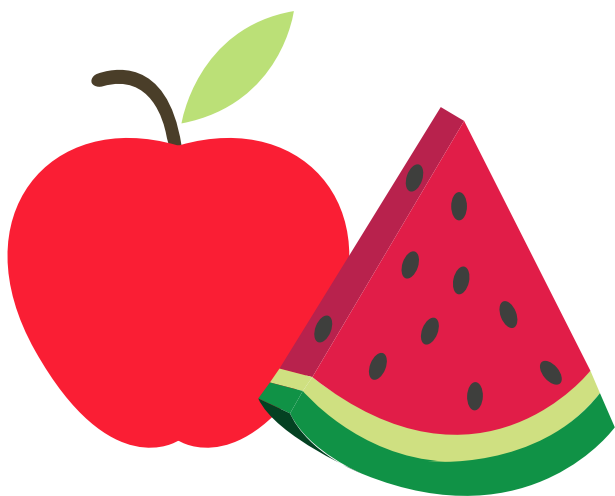
Cantar



Estar enfermo



Comer alimentos sanos



Andar en bicicleta

