

- ✓ **Escuela:** E.N.I. N°31 Patricia Sanjuanina.
- ✓ **Docente:** María Josefina Romero Moreno.
- ✓ **Nivel Inicial:** Salas de 4 y 5.
- ✓ **Turno:** Mañana y Tarde.
- ✓ **Área Curricular:** Educación Física.
- ✓ **Propuesta Pedagógica:** “Moviéndonos en Casa”.

“MOVIENDONOS EN CASA”



A través del movimiento trabajaremos las partes del cuerpo.

Metodología: Cada desafío cuenta con dos clases que serán repetidas dos veces en cada semana. Puedes trabajar la clase uno la primera semana y luego la clase dos en la segunda.

Contenido: El cuerpo humano y sus partes.

CLASE 1:

¡¡¡TE INVITO A PONER MÚSICA MOVIDA, COLOCARTE ROPA CÓMODA Y ZAPATILLAS PARA COMENZAR CON EDUCACIÓN FÍSICA!!!

Con ayuda de un adulto o hermano/a mayor ponerse frente al espejo y señalar las siguientes partes del cuerpo: cabeza, hombros, codos, manos, dedos, cadera, rodilla, pies. (si

el niño/niña reconoce más partes que las señales) Decir juntos las características de cada parte. (las que el niño/a pueda identificar) ¡SIEMPRE ATENTOS A ESCUCHAR A LOS MÁS PEQUEÑOS!



Luego de señalarlas jugar cantando y bailando: (puedes buscar otras canciones si hay alguna que conozcas y te guste). Yo te propongo este link:

<https://www.youtube.com/watch?v=AlZeLejiuio>.

Si no tienes para ver el video anterior puedes adaptar la canción de cuna de “saco una manito y la hago a bailar” de la siguiente manera con mucha onda y más rapidito.

“Saco las manitos las hago bailar, las cierro, las abro y las vuelvo a guardar.

Saco mi cabeza la hago bailar la muevo a los lados y la vuelvo a su lugar.

Saco mis piécitos los hago zapatear, zapateo zapateo y vuelvo a zapatear.

Saco mi cadera y la hago bailar la muevo la muevo y que pueda girar.

Saco mis piernitas y vamos a saltar, saltamos y saltamos, todos a saltar.

Saco todo mi cuerpo lo hago bailar, me muevo me muevo y volvemos a empezar.”

Buscar en casa un globo (en lo posible), si no tienes puedes jugar con una pelota de cualquier deporte o fabricar una con trapos. Juega a trasladar el elemento de un lugar a otro con las diferentes partes del cuerpo. Debe repetirse cada forma de jugar con el elemento varias veces. ¡ESTAR SIEMPRE DISPUESTOS A ESCUCHAR Y LLEVAR A CABO LAS IDEAS CREATIVAS DE LOS NIÑOS/AS!!

Para terminar, trabajar en el suelo sentados señalando nuevamente las partes del cuerpo cada vez que señalan una de las partes hacen de cuenta que se duermen y de a poco se va

relajando todo el cuerpo hasta cerrar los ojitos y descasar. (es importante que el niño/niña realice las actividades con un adulto y más niños/as en caso de tener hermanos/as)

LUEGO DEL DESCANSO ORDENAR EL ESPACIO Y GUARDAR CADA ELEMENTO UTILIZADO EN SU LUGAR.

LAVAR LAS MANOS CON ABUNDANTE AGUA Y JABÓN.

CLASE 2:

¡¡¡TE INVITO A PONER MÚSICA MOVIDA, COLOCARTE ROPA CÓMODA Y ZAPATILLAS PARA COMENZAR CON EDUCACIÓN FÍSICA!!!

Realizar con elementos de la casa un muñeco que tenga las mayores partes del cuerpo. Puedes utilizar ropa, cajas, elementos de la cocina, zapatos, sábanas, almohadones, botellas, etc. todo lo que te sea útil para construir el muñeco. Al terminar el muñeco saca una foto para guardar de recuerdo y juega luego a guardar los elementos. Puedes poner el desafío de guardar en el menor tiempo posible.

Luego determinar un espacio mediano o grande dependiendo las posibilidades y jugar a trasladarse. Preguntar al niño de que manera se trasladaría usando: ¿sólo sus manos?, solo sus pies? ¿Solo su panza? ¿Solo su cola?, etc. cuantas preguntas creas posibles y haz que repita el traslado 2 o 3 veces.

Jugar algún juego que todos conozcan que sea tradicional, que implique varios movimientos. Ej.: juego de la silla, carrera de arañitas, pilladita, escondidita, etc.



Para terminar, estirar de a poco cada parte del cuerpo hacia los costados, hacia abajo y hacia arriba.

LUEGO DEL DESCANSO ORDENAR EL ESPACIO Y GUARDAR CADA ELEMENTO UTILIZADO EN SU LUGAR.

LAVAR LAS MANOS CON ABUNDANTE AGUA Y JABÓN.

Directora: Claudia B. Albar Diaz.