

ESCUELA: E.E.E Martina Chapanay

DOCENTE: Pizarro Yesica Andrea

NIVEL: Nivel inicial

TURNO: Tarde

ÁREA CURRICULAR: Educación Física

TÍTULO DE PROPUESTA: Nos conocemos más

CONTENIDOS A TRABAJAR:

- La exploración, el descubrimiento y la experimentación motriz de su cuerpo, sus posibilidades de movimiento.
- Exploración de las nociones de ubicación y orientación del propio cuerpo y los objetos en el espacio.
- Habilidades motrices básicas manipulativas que involucren coordinación óculo manual u óculo podal.

ACTIVIDADES

Calentamiento:

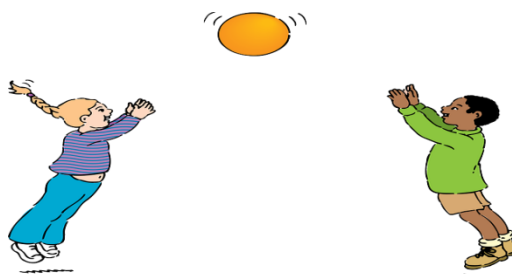
- Dibujar círculos grandes en el aire con un brazo, hacia los lados ,al frente y atrás (con una mano o con las dos)
- Dibujar en la pared círculos de diferentes tamaños y colores , con una hoja de papel trato de embocar



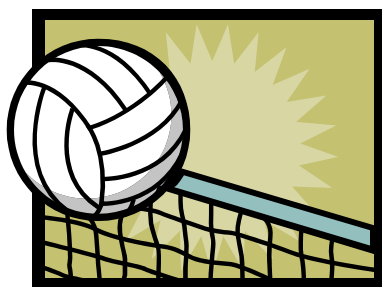
Pizarro Yesica Andrea

Parte Principal:

- Nos pasamos la pelota: En parejas nos pasamos la pelota de diferentes maneras (con una silla , mesa , cuerda) por arriba , abajo, al costado.



- Juego a Básquet: Junto a mamá o papá trato de encestar la pelota en un tarro (ir variando la distancia)
- Quién gana?: Con una pelota de medias juego a vóley por equipo, colocar una soga (ir variando la altura). El equipo que menos veces se les caiga la pelota gana.



- Carrera: realizar un circuito (botellas, sillas, palos ,etc.) Colocando a una distancia de un metro (ejemplos 6 botellas) , en parejas salir haciendo zig-zag por las botellas.

Vuelta a la calma:

- Momento de relajación: con una pelota de medias chica, aprieto y aflojo con una mano (ir variando las dos) y luego las dos juntas

Pizarro Yesica Andrea

E.E.E MARTINA CAHAPANAY NIVEL INICIAL EDUCACIÓN FÍSICA

- En el suelo: escuchamos música y jugamos a los brazos mágicos (ideal representaciones de animales) ejemplos; mariposas , aves, monos. Solo hacemos el movimiento con los brazos.

NO OLVIDAR LAVARSE LAS MANOS ANTESY DESPUÉS DE LAS ACTIVIDADES

OBSERVACIONES:

Las actividades se pueden realizar una vez a la semana con una duración de 40 minutos, se puede ir variando las actividades de la parte principal hacer 2 actividades por semana.

Directora: Lic Mariela García.

Pizarro Yesica Andrea