

**E.E.E INDIA MARIANA**

**Profesores:** Eliana Salinas- Juan Pablo Ríos

**Atención a la Primera Infancia. Turno Tarde**

**Áreas Curriculares: Dimensiones- Área de Psicomotricidad**

**Título:** ¡Mi Cuerpo!

**Duración:** desde el 30/10 al 12/11.

**Contenidos**

**Dimensión Transversal: EL JUEGO**



- Juegos sensorio-motores.
- Juegos maternos o de crianza.
- Imitación de acciones.

**Dimensión de la Formación Personal y Social**

- Adquisición de prácticas higiénicas.
- Familiarización con la imagen de su propio cuerpo.
- Habilidades motoras de tipo manipulativo.
- Motricidad fina. Coordinación óculo-manual.

**Dimensión de la Comunicación y Expresión**

- Escucha de Cuentos.
- Expresión corporal.

**Área Psicomotricidad:**

- Coordinaciones generales.
- Representación gráfica.

**Desarrollo de Actividades:** Familia recordaremos los momentos trabajados al comienzo de las guías, ya que estos organizan las rutinas diarias del niño:

**Día 1: Momentos:**

LUNES A VIERNES

-HIGIENE Y VESTIMENTA.

- JUEGO LIBRE.

-ALIMENTACIÓN.

-PROPUESTAS DE JUEGOS.

-CUENTO.

- RELAJACIÓN.

**-Momento de Higiene y Vestimenta:** Inviten al niño a participar del lavado de manos, de la higiene del cuerpo, el cepillado de dientes, como también de la vestimenta (del vestido y desvestido) que utiliza, acompañando con la palabra cada acción que se realice en ese momento, permitirle manipular los diferentes elementos y darle la oportunidad de elegir que prenda quiere usar.

**-Momento de juego libre:** El niño debe tener la libertad de jugar, explorar y vivenciar el contexto que lo rodea por sí mismo, en este momento se busca que los padres no intervengan en el juego del niño, sino que lo acompañen con la observación únicamente.

**-Momento del desayuno- almuerzo- merienda y cena:** es la hora perfecta para establecer límites y normas que el niño debe respetar, como así también posturas y hábitos a tener: sentarse en la silla, uso de la cuchara y tenedor, servilleta, etc.

### **Día 2: Juegos:**

#### **-"Jugamos a la casita"**

Utilizar cajas grandes o telas, sábanas, almohadones, con el propósito de construir una casita, un refugio.

#### **- Jugar con hojas de diarios:**

Se necesitan hojas de diarios o revistas:

- ✓ Las sacudimos
- ✓ Nos tapamos distintas partes del cuerpo
- ✓ Las ponemos como capa
- ✓ Las ponemos en el piso, saltamos adentro- afuera
- ✓ Las arrugamos

- ✓ Las hacemos una pelotita y las tiramos para arriba

**-Las escondidas:**

Jugar libremente con el niño utilizando telas y en un momento dado cubrirse la cara, diciendo "¡está mamá!" o "no está mamá", según se muestre o se oculte.

Otra variante es tapar la carita del pequeño diciendo su nombre: "no está Juancito" o "acá está Juancito"

También pueden jugar a ser perseguidos o a perseguir, recorriendo diferentes lugares de la casa.

**Día 3: Mi cuerpo**

- Invitar al niño a bailar y realizar distintas acciones con el cuerpo a través de canciones.

Pueden buscar algunas canciones, o sino la canción que tengan acceso o la que más les guste, ejemplos:

1. [A sacudir las partes del cuerpo](#)
2. [La batalla del movimiento](#)
3. [Si yo tengo muchas ganas de aplaudir](#)
4. [Hocky Pocky](#)

- Con estas canciones podemos nombrar y reconocer las distintas partes del cuerpo:

1. [Las partes de mi cuerpo](#)
2. [Cabeza, hombros, rodillas, pies](#)

- La docente les enviará el vídeo relacionado con las partes del cuerpo y su cuidado: Descubriendo mi cuerpo. EL mono Buba

- Explorar el propio cuerpo buscando partes duras y blandas (rodillas, panza, mentón, mejillas, etc.)

- Colocar espejos y realizar proyecciones con sombras para que los niños jueguen libremente con su cuerpo y a través de gestos y movimientos puedan reconocer y disfrutar de su imagen corporal.

- Jugar a poner diferentes caras mirándose en el espejo; contento, triste, enojado, llorando, de susto, sorprendido, etc.

- Explorar y descubrir sonidos que podemos hacer con diferentes partes del cuerpo (boca, manos, pies) zapatear, aplaudir, toser, soplar, etc.

**Día 4:** Vamos a realizar un circuito diciendo que somos viajeros y vamos en una nave (puede utilizar una caja de cartón para simular la nave). Para ello colocaremos sillas sobre las que tendrá que pasar el niño, diciendo que es un puente sobre una montaña. Después

tendrán que cruzar un río pasando por encima de unas piedras (que serán folios, papeles o aros esparcidos por el suelo sobre los que tendrá que saltar el niño). En eso tendrán que bajarse de la nave y pasar por debajo de un túnel formado por sillas. A continuación cruzarán un río donde hay cangrejos y tendrán que saltar (de un pie a otro en el caso que pueda realizarlo). Por último entrarán en una cueva con telarañas (formada por mesas donde hemos de caminar de cuclillas y sábanas o telas para envolverse y jugar), cuando salgan se encontrarán con un obstáculo que habrán de saltar (almohadón) y llegando así a su destino.

### **Día 5: Mi Cuerpo**

- Contornear la silueta del niño en el piso con tiza. A continuación, proponer completar la figura dibujando la cara y demás partes del cuerpo.
- Con un muñeco/a grande explicarles las diferentes partes del cuerpo dándoles la posibilidad de que exploren y manipulen las diferentes partes del cuerpo del muñeco/a. Observar las partes del muñeco y compararlas con las nuestras hallando semejanzas y diferencias. Vestir al muñeco/a, según el clima o estación o simplemente variar el atuendo. Imitar las posiciones que realiza el muñeco/a.
- Presentar la siguiente poesía, invitar al niño a que la escuche y luego proponerle que se dibuje (lo importante no es el resultado del dibujo, sino lo que el niño exprese a través de sus trazos):

*Voy a dibujar mi cuerpo.*

*Primero haré la cabeza,  
El cabello, dos orejas,  
Los dos ojos y las cejas.*

*En el centro la nariz,  
Más abajo una boquita,  
Cuello, hombros y dos brazos  
Más la panza bien gordita.*

*Lo completo con las piernas,  
Cinco dedos en los pies,  
Cinco más en cada mano,  
¡Qué bonito que se ve!*

*Ahora que ya está listo  
Lo pintaré suavcito,  
Lo guardaré como recuerdo  
De cuando era chiquito.*

### **Día 6: Masa**

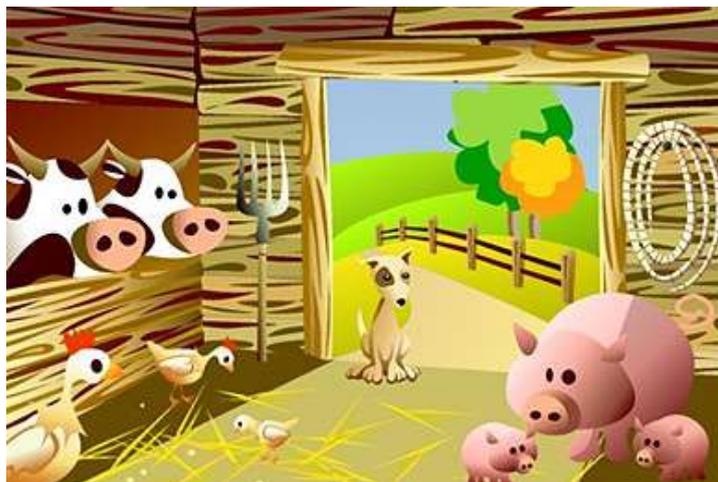
Preparar la masa de sal, con la receta de siempre:

Masa de sal: un poco de harina, agua, sal y si quieren algún colorante o ténpera para teñirla.

La amasamos, hacemos chorizos, viboritas, pelotitas, la pellizcamos, la cortamos, podemos usar bolillos, cortantes, etc. Hacemos un nene o muñeco, con las partes del cuerpo: cabeza, tronco, piernas, brazos, manos y pies.

Luego le hacemos su carita y le ponemos sus partes: ojos, cejas, nariz, boca, orejas, pelo.

### **Día 7: Momento del Cuento: Los animales de la granja**



Había una vez un hombre que vivía en una granja. Todos los días se levantaba muy temprano (**Bostezar como sí nos estuviéramos levantando**). Luego se lavaba y después desayunaba leche y unas tostadas de pan muy ricas (**Abrir y cerrar la boca primero despacio y después rápido, aumm, aumm,..... imitando comer**). Seguidamente, se iba a cuidar a los animales.

Después de haberlo limpiado todo, empezaba a dar palmadas (**distintos ritmos de palmadas**), diciendo:

– Todos a comer.

Y todos los animales se relamen, porque ya tenían hambre (mover la lengua de un lado para otro pasándola por los labios de arriba y luego por los de abajo, despacio y rápido. Luego apretar los labios uuummm) y se preparaban para recibir la comida.

El granjero empezó a darle de comer a las gallinas:

Las gallinas lo recibían muy contentas (coooco, cocoooooco.) y los pollitos también (pío píoo...) y empezaban a picar el trigo que les echaba.

Después siguió con los patos:

– Hola patitos, y silbaba para llamarlos (intentar silbar varias veces, aunque solo salga el soplo).

Los patitos acudían rápidos (cuaca, cuaca, cuaaa...) y comenzaban a comer.

Luego se iba a donde estaban otros animales, la vaca, el cerdo, las ovejas y las cabras, a los que también saludaba.

Y todos los animales contestaban alegres (la vaca: muuu, muuu, muuu,... el cerdo: oinnn oííinnn oííinnn,... las cabras y las ovejas: beeee, beeee, beee) y se pusieron a comer.

Por último acudió corriendo su caballo (tocotoc, tocotoc, tocotoc,..) y también los conejos, porque ellos también querían comer. Y cuando les dio la comida, empezaron a mover su boca (movimiento de labios cerrados, abiertos, lento, y algo más rápidos), y allí se quedaron todos.

El granjero, cuando acabó la tarea, se fue a su casa a cenar, y después a dormir (Inspirar por la nariz y echar el aire por la boca, como si estuvieran durmiendo).

Todos los animales de la granja, también dormían felices, porque tenían un granjero que los cuidaba muy bien, y por eso lo querían mucho.

Colorín, colorado,....

### **Día 8 Relajación:**

#### **-Técnicas de respiración:**

Hacer que el niño se siente en una posición cómoda y que, en silencio o con música suave, inspiren profundamente por la nariz y exhale poco a poco por la boca. Puede poner

una mano en su pecho y otra en el estómago, para observar cuál de los dos se mueve. En los más pequeños puede ser útil utilizar analogías, como imaginar que es un acordeón o un globo.

**-Cantar:**

La música es un elemento muy importante para el ser humano, ya que acompaña nuestro estado emocional e incluso aliviar nuestro malestar.

Cantarles o hacerles cantar de forma conjunta una canción simple, corta, que les guste y que exija un ligero esfuerzo para controlar el tono y el ritmo ayudará a mejorar el estado de tensión y relajar al pequeño.

**-Abrazar el peluche:**

Este ejercicio consiste en utilizar un peluche y dar instrucciones para que el pequeño lo abraze aumentando y disminuyendo la fuerza poco a poco, de manera gradual, de forma ajustada con la respiración. De esta forma los músculos se tensan y se destensan sin llegar a realizar mucho esfuerzo, de manera que queda una sensación de relajación.

**-El muñeco de nieve/cubito de hielo:**

Se propone al pequeño que es un muñeco de nieve o un cubito de hielo, totalmente congelado durante el invierno.

En este estado inicial debe tensar todo lo que puedan los músculos y estar inmóvil y encogido. Sin embargo, está llegando la primavera y con el sol, el cual lo va a ir derritiendo poco a poco. Con ello, de forma progresiva el niño ha de ir relajando los músculos, estirándose y aflojándose



**Director Prof. Raúl Riveros**