

ENI N° 12 “TELTANTI YU”

PROFESORA: ALCIRA SANCHEZ

ACTIVIDADES PARA SALA DE 5

TURNO MAÑANA Y TARDE

AREA: EDUCACION FISICA

TITULO: “Me ejército en casa”

Estas son actividades para que los alumnos los realicen en forma de juegos con sus hermanos y/o con un adulto responsable quien esté a cargo de ellos en estos días.

Clase N° 1:

Contenido seleccionado: “El cuerpo: cuáles son sus partes: posturas y/o posiciones”

Con un celular o equipo de música buscamos canciones del agrado del niño, y que un adulto debe parar a cada ratito para realizar distintas consignas:

El juego de la estatua: en el que cuando la música suena bailamos, cuando esta se detiene debemos:



1. Quedarnos como estatua. Luego sigo bailando.
2. Me quedo como estatua con la mano en la cara en posición de parado. Sigo bailando
3. Me quedo como estatua con la mano en la cabeza en posición de sentado. Sigo bailando
4. Me quedo como estatua con la mano en la cadera en posición de acostado boca arriba. Sigo bailando
5. Me quedo como estatua tocando las piernas en cuclillas. Sigo bailando
6. Me quedo como estatua tocando la panza arrodillado. Sigo bailando
7. Me quedo como estatua tocando los pies agachado. Sigo bailando

8. Me quedo como estatua con las manos en la espalda parado sobre un pie. Sigo bailando
9. Me quedo como estatua apoyando el codo, luego las rodillas, los hombros, la cintura, tobillo, tocando algún objeto en la casa.

Clase N°2:

Contenido seleccionado: “El cuerpo: cuáles son sus partes. Diferentes formas de desplazamiento. Diferente formas de salto.”

Con un globo realizamos juego libre:

golpeándolo con las manos  Con

los pies

pasándolo a la persona que realiza la actividad con el niño

atarle una piola y caminar, trotar y correr con el globo.

Dejarlo suspendido y que el niño trate de alcanzarlo saltando.

Golpeándolo tratando de que no caiga al piso con diferentes partes del cuerpo como mano, pie, rodilla, brazo, codo, pierna, cabeza, hombro.

También podemos jugar con burbujas donde un adulto las hace y el niño las persigue, las revienta.

Clase N° 3

Contenido seleccionado: “Habilidades motoras básicas de tipo locomotivo:



diferentes formas de desplazamientos y saltos.”

Con una tiza o con cinta papel marco en el piso líneas rectas, zig-zag y curvas:

El alumno deberá seguir el recorrido sobre las líneas primero gateando, de rodillas, caminando, trotando lentamente, Corriendo. Luego cada vez que encuentre una línea la salto primero caminando, luego trotando. Haciendo equilibrio sobre las mismas.



Juego:

El osito dormilón: el adulto q realiza las actividades será el oso que se sentara en un lugar y se hará el dormido y el niño debe despertarlo. Cuando se despierta enojado trata de atrapar al niño persiguiéndolo.

Clase N° 4

Contenido seleccionado: “Habilidades motoras básicas de tipo manipulativo: formas de lanzamientos.”

Buscar distintos elemento de diferentes tamaños y pesos que puedan ser lanzados como almohadones, pañuelos, pelotas.

El niño debe empezar con el elemento más liviano como el pañuelo lanzarlo con las 2 manos, luego con una y con la otra mano; lanzarlo y golpearlo antes de que caiga; en distintas direcciones hacia arriba, abajo, adelante, atrás, tratando de embocar en lugares cada vez más pequeños y a



diferentes distancias como por ejemplo embocar entre las patas de la silla, en una caja pequeña, luego en una más grande y también derribando distintos elementos como botellas de la más grande a la más pequeña.

Después realizar las mismas actividades con el almohadón y al final con la pelota y a la que no solo la manipulo con la mano sino que también la puedo realizar con el pie.

Juego: pilladita el adulto primero atrapa al niño, luego el niño atrapa al adulto.

Equipo directivo: Lucia Benitez

Cristina Jofre