

- Escuela: Jinz n° 13
- Docente: Mariana Giavarini
- Nivel Inicial: sala de 5 años
- Turno: mañana y tarde
- Área curricular: Educación Física
- Título de la propuesta: “¿Jugamos desde casa en familia?”

Contenido: “El cuerpo y sus diferentes formas de desplazamiento”.

Actividades

Se detallan una serie de actividades y juegos lúdicos para realizar en casa con ayuda de la familia, utilizando y adaptando los elementos que cada uno disponga.

- 1) Caminar por el patio y a la orden de un adulto tocar la parte del cuerpo que mencione: oreja, pies, rodilla, espalda, etc.
- 2) Trotar por el patio y a la orden del adulto sentarse arrodillado, acostarse, tocar la rodilla con el piso, sentado con piernas flexionadas, posición de banco, posición de cuclillas, etc.
- 3) Caminar como enano y como gigante.
- 4) Trotar con un hermanito o primo de las manos, espalda con espalda.
- 5) Imitar los movimientos que realice el adulto.
- 6) Confeccionar junto con el adulto una pelota de trapo: se utiliza una media vieja y en desuso y se rellena en el interior con pedazos de diferentes telas.



- 7) Desplazarse con la pelota en la mano y a la orden del adulto tocar distintas partes del cuerpo con la pelota (rodilla, mano, piernas, cabeza, pies, espalda).

- 8) Correr con la pelota entre las piernas
- 9) Caminar con la pelota en la cabeza, con ayuda de una mano
- 10) Trotar con la pelota debajo de la axila sin que se caiga al suelo.
- 11) Saltar con los dos pies sosteniendo la pelota entre los tobillos.
- 12) Impulsar la pelota con el pie.
- 13) Juegos lúdicos:

- Jugar al vóley: el niño debe lanzar la pelota hacia el adulto que tiene enfrente y luego tratar de recibir la pelota y así sucesivamente. Es lógico que primero la pelota caiga al suelo y luego la toman con sus dos manos y así la pueden devolver.

- Búsqueda del tesoro: el adulto debe esconder la pelota de trapo y darle distintas pistas para que encuentre el tesoro.

- Futbol con la pelota de trapo.



- Pato Ñato: sentados en ronda y el niño parado con la pelota en la mano debe correr alrededor y cuando dice ñato elige a un amigo, hermano, primo, vecino y le coloca la pelota entre sus piernas. El elegido deberá levantarse y correr tratando de atraparlo.

- Circuito de elementos: el adulto colocará lo que disponga en su casa (tarros, sillas, bancos, baldes, palanganas,). La idea es que lo hagan con los elementos a un metro de distancia y de diferentes maneras (línea recta, zig zag). El niño deberá saltarlos, esquivarlos, con trote, caminando, con galope, saltando con dos pies

Docente: Mariana Giavarini

JINZ n° 13 Esc. Sede “Cap. Eugenio de Mallea” Educación Inicial. Sala de 5 años



14) Confección con ayuda del adulto una bolsita de arena. Se necesitarán dos trozos de telas iguales. La medida que ustedes quieran les aconsejo 15 x 15 cm. La deben rellenar con lo que ustedes dispongan (arena, porotos, lentejas) y luego se cose en todos los lados y extremos.



15) Los niños se desplazan llevando la bolsita en distintas partes del cuerpo (cabeza, pie, espalda, brazo).

16) El niño trota por el patio y a la orden del adulto lanza la bolsita al aire y debe sentarse en el suelo antes de que caiga la bolsita.

17) Juego del equilibrista: todos corren y a la orden debe sostener la bolsita con la mano y solo un pie apoyado. El que primero pierde el equilibrio tendrá una prenda.

18) Los Circuitos de elementos: se debe esquivar los obstáculos llevando la bolsa en la cabeza sin que se caiga.

19) Carrera de embolsado: el niño coloca la bolsita entre sus piernas y a la orden debe salir saltando con los dos pies juntos sin que se le caiga hasta un extremo que se ha delimitado con alguna marca. Gana quien llegue primero realizándolo correctamente.

20) Juego de puntería: colocamos botellas de plástico y a una distancia determinada el niño debe derrumbarlas con la bolsita.

Docente: Prof. Mariana Giavarini

Directora: Prof. Patricia Martínez

