

Escuelas: JINZ N° 35, Escuelas: República del Perú, Julio Verne y Provincia de Neuquén.

Docente: Barboza Magali

Salita: 5 años

Ciclo: Nivel Inicial

Turno: Mañana y Tarde.

Área curricular: Educación Física

Título de la propuesta: “A moverse en casa”!!

CONTENIDO SELECCIONADO: “LADOS DEL CUERPO”

DESARROLLO DE ACTIVIDADES:

Elementos: con ayuda de un adulto, elegir un juguete de los que tenemos que tenga la posibilidad de rolar o tenga rueditas para deslizarse, como por ejemplo un autito, una pelota, etc. O de lo contrario puede ser un elemento de casa como por ejemplo una botella chica de plástico, un vaso de plástico, un cono de cartón del rollo de servilleta, etc.

Actividades:

- deberemos sentarnos en el piso y hacer rodar el elemento elegido, una vez con la mano derecha y luego con la izquierda. Hacerlo rodar y que llegue hasta donde se quiera. (repetirlo 5 veces con cada mano aproximadamente).
- Seguimos sentados con las piernas extendidas y con el elemento elegido lo hacemos rodar por sobre la pierna izquierda y con la mano izquierda y luego cambiamos al otro lado con el brazo y sobre la pierna derecha. Desde la cadera hasta los pies (repetirlo 5 veces con cada mano aproximadamente).
- Ponernos de pie y empujar con el pie el elemento hasta una distancia de 2 metros. Primero con el pie derecho y luego cambiamos al izquierdo. Sin patear el elemento.
- Correr con el elemento en la mano derecha hasta una silla ubicada a 4 metros dejarlo ahí y volver a correr desde donde salimos y volver a buscarlo y traerlo con la mano izquierda. (Lo repetimos unas 6 veces o más.)
- Saltar con el pie derecho y el elemento en la mano derecha, luego cambio a la izquierda. (10 veces con cada pie.)
- Luego saltamos con el elemento por sobre la cabeza, es decir en alto. Primero con derecha y luego con izquierda. (10 veces con cada pie.)

- Con una escoba o secador empujar el elemento elegido, y con la otra mano la llevo atrás, ir caminado hasta unos 4 metros, primero con la mano derecha y luego con la izquierda.

- Finalizamos cantando la canción del cocodrilo que mira hacia a un lado y al otro.

Un cocodrilo se metió a la cueva...

De pronto saco su cabeza....

Miro para un lado y el otro...

¿Y qué paso?... ¿y qué pasó?...

Que se encendió....

Se repite tres veces...

¿Y qué paso?... ¿y qué pasó?...

Que se durmió...

DIRECTORA : PATRICIA PINTO

Escuelas: JINZ N° 35, escuelas: República del Perú, Julio Verne y Provincia de Neuquén.

Docente: Barboza Magali

Salita: 4 años

Ciclo: Nivel Inicial

Turno: Mañana y Tarde.

Área curricular: Educación Física

Título de la propuesta: A moverse en casa!!

CONTENIDO SELECCIONADO: "LADOS DEL CUERPO"

DESARROLLO DE ACTIVIDADES:

Elementos: con ayuda de un adulto, elegir un juguete de los que tenemos, que tenga la posibilidad de rolar o tenga rueditas para deslizarse, como por ejemplo un autito, una pelota, etc. O de lo contrario puede ser un elemento de casa como por ejemplo una botella chica de plástico, un vaso de plástico, un cono de cartón del rollo de servilleta, etc.

- **Actividades:** deberemos sentarnos en el piso y hacer rodar el elemento elegido, una vez con la mano derecha y luego con la izquierda. Hacerlo rodar y que llegue hasta donde se quiera. (repetirlo 5 veces con cada mano aproximadamente).
- Seguimos sentados con las piernas extendidas y con el elemento elegido lo hacemos rodar por sobre la pierna izquierda y con la mano izquierda y luego cambiamos al otro lado con el brazo y sobre la pierna derecha. Desde la cadera hasta los pies (repetirlo 5 veces con cada mano aproximadamente).
- Ponernos de pie y empujar con el pie el elemento hasta una distancia de 2 metros. Primero con el pie derecho y luego cambiamos al izquierdo. Sin patear el elemento.
- Correr con el elemento en la mano derecha hasta una silla ubicada a 4 metros dejarlo ahí y volver a correr desde donde salimos y volver a buscarlo y traerlo con la mano izquierda. (Lo repetimos unas 6 veces o más.)
- Con una escoba o secador empujar el elemento elegido, y con la otra mano la llevo atrás, ir caminado hasta unos 4 metros, primero con la mano derecha y luego con la izquierda.
- Finalizamos: nos colocamos de pie, levantamos un brazo hacia arriba bien alto, lo estiro como queriendo tocar el techo. Luego hago lo mismo con el otro.
- Llevo los dos juntos hacia arriba. Luego separo los brazos llevándolas hacia abajo, hasta los pies. Me pongo derechita con el cuerpo extendido y aplaudo bien fuerte!!

DIRECTORA : PATRICIA PINTO

Escuelas: JINZ N° 35, escuelas: República del Perú, Julio Verne y Provincia de Neuquén.

Docente: Barboza Magali

Salita: 3 años

Ciclo: Nivel Inicial

Turno: Mañana y Tarde.

Área curricular: Educación Física

Título de la propuesta: a moverse en casa!!

CONTENIDO SELECCIONADO: "LADOS DEL CUERPO"

DESARROLLO DE ACTIVIDADES:

Elementos: con ayuda de un adulto elegimos un juguete de los q tenemos en casa que role o tenga rueditas para deslizarse, un autito, una pelota, etc. O de lo contrario puede ser un elemento de casa como por ejemplo una botella chica de plástico, un vaso de plástico, un cono de cartón del rollo de servilleta, etc

- **Actividad:** deberemos sentarnos en el piso y hacer rodar el elemento elegido, una vez con una mano y luego con la otra. Hacerlo rodar y que llegue hasta donde se quiera. (repetirlo 5 veces con cada mano aproximadamente).
- Seguimos sentados con las piernas extendidas y separadas, el elemento elegido lo hacemos rodar sobre una pierna y luego sobre la otra, como masajes desde la cadera hasta los pie, (repetirlo 5 veces con cada mano aproximadamente).
- Colocamos dos sillas enfrentadas a una distancia de 4 metros entre ambas y poner en el asiento varios elementos (juguetes varios y pequeños) el niño/a deberá trasladarlos de una silla a la otra cambiándolos de lugar. Cuando todos estén cambiados y la otra silla sin elementos deberá cambiarlos nuevamente. Repetirlo hasta 4 veces.

