

PROPUESTA PEDAGÓGICA EDUCACIÓN FÍSICA

Escuela: JINZ N° 3

Docente: Laura Táñez

Nivel: Inicial – Sala de 5 años

Turno: mañana y tarde

Área curricular: Educación Física

Título de la propuesta: “Nos movemos en casa”

- Contenido: “Habilidades motoras básicas de tipo locomotivo”
- Guía de Actividades:

1. Caminar por los diferentes espacios de la casa de las siguientes maneras: puntas de pie, con talones, rápido, lento, de costado, hacia atrás, etc.
2. Desplazarme imaginando que soy: un oso, un cangrejo, un gusanito, un perro, un canguro, un caballo, etc.



3. Desplazarme saltando con 2 pies, luego con un pie.
4. Dibujar un círculo/cuadrado en el piso o usar una baldosa de referencia y pedir al niño que salte: adelante, atrás, izquierda, derecha.
5. Ídem anterior, pero hacerlo saltando con un pie.

J.I.N.Z N° 3 – Sala de 5 años – Educación Física

6. Girar alrededor del círculo/baldosa para un lado y para el otro, hacia adelante y luego igual, pero para atrás.

7. Desde un banco o silla, saltar hacia el piso con dos pies juntos.

8. Juego: ¿Quién salta más lejos?

Dibujar una línea o usar las líneas del piso, tomar impulso de brazos y saltar con los dos pies juntos. Marcar las diferentes distancias que saltó cada uno de los integrantes. Gana el que saltó más lejos.



9. Ídem al juego anterior, pero hacerlo saltando desde un banco o una superficie (de 20 o 30 cm. de altura) fija.

10. Lavarse las manos e higienizarse después de las actividades realizadas.

Equipo de Conducción

Directora: Noelia Tejada

Vice directora: Laura Dominguez