

Escuela: Escuela San José Gabriel del Rosario Brochero

Docente: Noelia Rocha

Nivel Inicial, sala de 5 años

Turno: Mañana y Tarde

Área Curricular: Educación Física

Título de la propuesta: ¡A divertirse!

Contenidos seleccionados:

- Habilidades motoras básicas de tipo locomotivas y no locomotivas
- Habilidades motoras básicas de tipo manipulativo: lanzamientos
- Desplazamientos

Desarrollo de actividades:

- 1) Saltar sobre compañeros tumbados



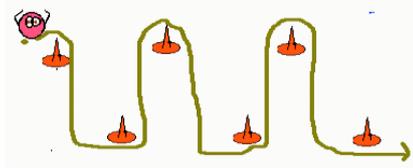
- 2) Camino flexionando el tronco tocándose los pies



- 3) Troto elevando rodillas

4) Corro en zig zag. Esquivando algunos elementos.

*En el caso de no tener conos: pueden ser, zapatillas, recipientes, ropa etc.

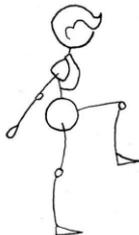


5) Salto como rana

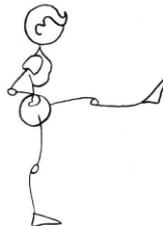


6) Camino elevando piernas

Caminar en todas
direcciones elevando
rodillas



Elevando las piernas
extendidas al frente.



7) Corro haciendo círculos con los brazos hacia adelante y hacia atrás

8) Salto en el lugar , abriendo y cerrando piernas

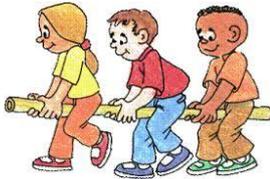
9) Paso la pelota o algún elemento por encima de la cabeza de mi compañero



10) Colocamos cinta en el suelo, y transportamos algún elemento en la cabeza

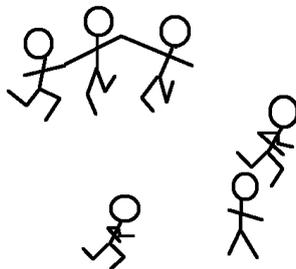


11) Con algún palo de escoba nos desplazamos por todo el lugar



12) Jugar al “Pato al Agua pato a la tierra”. Colocamos una sogá, en el suelo; delante de la sogá es el agua, detrás de la sogá es la tierra. Un adulto toma el mandato diciendo pato al agua o pato a la tierra, debemos saltar con los dos pies juntos hacia adelante o hacia atrás.

13) Cadena Partida. Juego de Persecución. Uno de los participantes pilla. Cuando pille a alguien, se dan la mano y continúan. Cuando vuelvan a pillar a otro, los tres van de la mano. Pero al pillar a un cuarto niño, la cadena “se separa” dos por un lado y dos por otro lado. Así, hasta que estén todos pillados.



¡A DISFRUTAR!

Escuela San José Gabriel del Rosario Brochero
Nivel Inicial, sala de 5 años
Educación Física