

“2019. Año del Centesimo Aniversario Luctuoso de Emiliano Zapata Salazar, El Caudillo del Sur”

PROYECTO DE MATROGIMNASIA:

# Jugando en familia

## "Fomentando lazos de amor"

PROFR. JUAN ANTONIO MARCOS CAYETANO

A DESARROLLARSE EN LA  
ESCUELA PRIMARIA “MELCHOR OCAMPO”  
DE EL MUNICIPIO DE EL ORO. MÉXICO  
CICLO ESCOLAR 2019 - 2020

EL ORO DE HIDALGO, MÉXICO

OCTUBRE DE 2019.

## PRESENTACIÓN

La Matrogimnasia “**Jugando en familia**” es el contacto que existe entre los padres y sus hijo, que puede ser el padre, ésta vista básicamente desde el enfoque motriz de integración dinámica, una forma efectiva para la aplicación de la matrogimnasia “**Jugando en familia**” una mañana recreativa con actividades donde el niño sea atendido por el padre o la madre; durante la matrogimnasia se emplean diferentes actividades como: juegos, cantos, ejercicios; entre otros que le permitan en todo momento el trabajo entre madre e hijo. También la matrogimnasia es el ejercicio físico que es llevado a cabo por el hijo y la madre o padre, con la finalidad de fortalecer los lazos afectivos y de comunicación así como de una actitud cooperadora, fomentando la relación madre, padre-hijo.

Este documento cuenta con una carátula, en la cual se estipulan los datos generales de la institución; la presentación, que nos muestra como está integrado el proyecto; una justificación, en la cual se establece el ¿porqué? de la actividad; los objetivos, son los que se pretenden alcanzar con la actividad; un apartado de actividades previas al evento; un cronograma de eventos para las siguientes actividades; una hoja de firmas.

## JUSTIFICACIÓN

La Matrogimnasia “**Jugando en familia**” es una de las actividades que se emplea dentro de la Educación Física, la cual nos permite coadyuvar al desarrollo integral del alumno; este evento se lleva a cabo con el propósito de darles una herramienta a los padres de familia para que tengan una mejor y placentera forma de comunicación con sus hijos, valiéndonos de un medio básico como lo es el juego; tomando en cuenta que dentro de esta edad los alumnos son muy susceptibles en el ámbito emocional, de tal manera que los padres de familia tienen una oportunidad extra de convivir con sus hijos.

Se pretende dar una proyección a la comunidad de las actividades que se realizan dentro de la institución y como consecuencia involucrar más a los padres de familia en la educación de sus hijos.

## OBJETIVOS

1. Utilizar el juego como un medio que nos permitan provocar un acercamiento placentero entre padres de familia y sus hijos, para contrarrestar la desintegración familiar y exista más comunicación entre hijos y padres.
2. Obtener una comunicación plena, de cordialidad, de respeto entre padres e hijos ya que en algunos casos, el hecho de ser adulto, nos olvidamos de jugar y de conversar con nuestros hijos.
3. Fomentar los valores universales entre las familias para tener una mejor convivencia familiar y que se refleje hacia las demás familias y entre los alumnos, dentro de la institución, así como en el ámbito familiar y social.
4. Dar una proyección de la escuela hacia la comunidad por medio de actividades de Educación Física como la matrogimnasia, ya que en estas actividades como en otras se toman en cuenta a los padres de familia.
5. Involucrar a los padres de familia en la actividad de matrogimnasia que se realiza en la escuela y de esta forma todos somos partícipes de la educación y formación de los alumnos.

## ACTIVIDADES PREVIAS

- ◆ Elaborar el Proyecto de la actividad de Matrogimnasia “Jugando en familia”.
- ◆ Entregar el proyecto para su aprobación en supervisión.
- ◆ Reunión de organización con los docentes de grupo para el desarrollo del evento.
- ◆ Informar a los padres de familia del material que se empleará en la actividad de Matrogimnasia “Jugando en familia”.
- ◆ Desarrollar cada una de las actividades programadas de la Matrogimnasia “Jugando en familia”.

El proyecto de Matrogimnasia “**Jugando en familia**” se desarrollará el 30 de octubre de 2019  
 En el patio escolar con los alumnos y padres de familia de 1er grado  
 Dando inicio a las 8:10 hrs.

**Desarrollo de la Matrogimnasia. “Jugando en familia”**

	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>MATERIAL</b>	<b>MATERIAL POR GRUPO</b>	<b>RESPONSABLE</b>
	Activación física con padres de familia	Aparato de sonido completo, música		Conserje de la escuela
Distribución de equipos	Se llevará a cabo por medio de una Activación Física en donde se irán ubicando de entre 12 a 15 familias aproximadamente.			Promotor de Educación Física Profr. Manuel López Cabrera
Estación 1	<b><u>Atrapando al ratón</u></b>	60 Conos y 30 pelotas de esponja		Docente de grupo. 1° A
Estación 2	<b><u>Rodando a mi hijo</u></b>	30 Cobijas.		Docente de grupo. 1° B
Estación 3	<b><u>Botando la pelota con mi hijo en el aro.</u></b>	30 Pelotas de vinil. 30 Aros.		Docente de grupo. 1° C
Estación 4	<b><u>Juego de la lotería</u></b>	Varias loterías		Promotor de Educación Física Profr. Manuel López Cabrera
	Reflexión	Lectura o canción de reflexión		Promotor de Educación Física Profr. Manuel López Cabrera
	Compartirán un almuerzo padre, madre e hijo (s)	Alimentos		Cada familia

### Desarrollo de las estaciones

Estación	Actividad	Material	Lugar de realización
1	<p><b><u>Atrapando al ratón.</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se pasan una pelota de esponja rodando y la tienen que atrapar con el cono</li> </ul>	60 conos y 30 pelotas de esponja	Cancha deportiva
2	<p><b><u>Rodando a mi hijo</u></b> Se coloca la cobija doblada sobre el piso</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ El papá o mamá rueda a su hijo sobre la cobija.</li> <li>➤ Los papás forman un túnel con los pies y los hijos pasan entre ellos gateando.</li> <li>➤ Mecer al alumno entre 4 padres de familia.</li> </ul>	30 Cobijas.	Cancha deportiva
3	<p><b><u>Botando la pelota con mi hijo en el aro.</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Colocan el aro entre los dos, 2 pasos separados entre ellos, lanzan la pelota al aro y la atrapa el otro. Y así sucesivamente</li> <li>➤ El papá rebota la pelota en el piso y el hijo con el aro trata de que pase por el centro la pelota. Intercambian posiciones.</li> <li>➤ Se colocan a 6 pasos de separación, se pasan la pelota rodando y al centro intentan que la pelota salte el aro que está tirado sobre el piso.</li> </ul>	30 Pelotas de vinil. 30 aros.	Cancha deportiva
4	<p><b><u>Juego de la lotería</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cada familia con una planilla de lotería, el docente dice las cartas, gana la familia que haga lotería.</li> </ul>	Varias loterías	Gradas