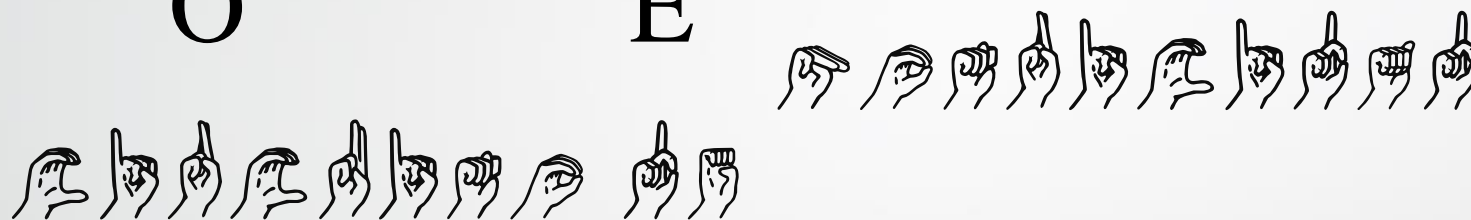


CIRCUIT D MOTRICIDAD O E



Maestra de Apoyo de la USAER 59

Mtra. Adriana Cambrón Vargas

PRESENTACIÓN

El presente proyecto del circuito de motricidad esta dirigido para ser trabajado con los grupos que este ciclo

escolar 2019 – 2020 tengo a mi cargo en el Jardín de Niños “María Elena Montes de Oca”, entre los cuales se encuentra el 2º “A, B, C, D, E” y el 3º “B” lo que pretendo con este es lograr la ejecución correcta del patrón cruzado a través de la practica de ejercicios de motricidad gruesa.

Para ello se pretende incluir en las diversas sesiones de trabajo semanal a los padres de familia los cuales se irán presentado de acuerdo a un rol que elaboraran las titulares de los grupos que mencione y esto con el fin de que puedan observar lo que se requiere reforzar en cada uno de los niños.

para trabajar en el beneficio del equilibrio emocional, controlar la tolerancia a la frustración, mejorar la empatía, mejorar las independendencia, seguridad y autonomía en los niños y las niñas de preescolar

Además de que también nos servirá de apoyo

estrés, disminuir la ansiedad, mejorar la habilidades sociales y reforzar su autoestima.

¿QUÉ ES EL CIRCUITO DE MOTRICIDAD?

Un circuito que consiste en la realización de una serie de acciones. Cada una constituye una estación

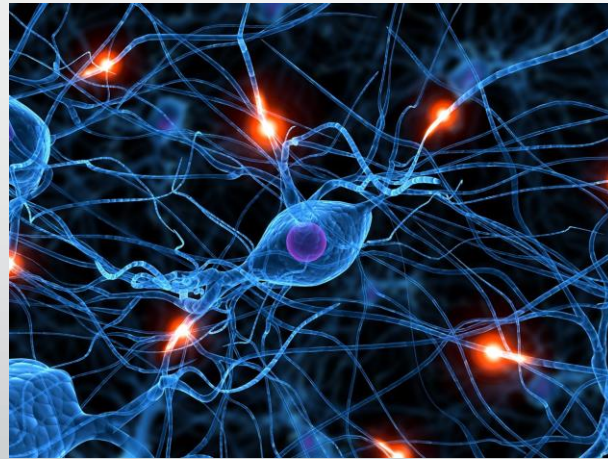
El trabajo se realiza de forma ordenada y sistemática de acuerdo con las acciones planeadas

- Facilita el trabajo simultáneo del grupo.
- Permite la individualización del esfuerzo.
- Favorece el autocontrol y conocimiento de los resultados propios.
- Se adapta a espacios reducidos.

Resulta atractivo y motivador para los alumnos.

FINALIDAD DEL CIRCUITO MOTRIZ

Mediante los ejercicios motores practicados desde edades muy tempranas se estimula la función y la organización de las neuronas lo cual permite la asimilación de aprendizajes cada vez más complejos.



OBJETIVOS DEL CIRCUITO DE MOTRICIDAD

- Una estructuración perceptiva.
- Un ajuste motor.
- Autocontrol de movimientos.
- Interiorización de patrones motores básicos.
- Desarrollar las habilidades motrices básicas.
- Desarrollar las cualidades básicas.
- Sentar las bases motoras específicas.

CARACTERÍSTICAS DEL CIRCUITO DE MOTRICIDAD

El circuito de motricidad tiene como cualidad la combinación de diferentes habilidades motrices, planteadas a modo de uno o múltiples recorridos, en función del espacio, del número de alumnos y de los recursos humanos y materiales que se tengan.

En los circuitos también pueden incorporarse actividades de otro tipo, como por ejemplo: ejercicios de coordinación óculo-manual, motricidad facial, motricidad manual, actividades de experimentación corporal para la estructuración del esquema corporal: juegos de conocimiento del cuerpo, de tensión-relajación, control postural, respiración, dominancia lateral, etc.

ESTRUCTURACIÓN Y ORGANIZACIÓN DEL CIRCUITO

El circuito motor puede estructurarse de la siguiente manera:

Los patrones motores se trabajarán de forma independiente antes de incorporarse al sistema de circuito (este se considerara solo en la primera sesión que se tiene en el aula). Por un lado, generamos una adaptación de los niños y niñas al patrón en cuestión y por otro lado, observamos los problemas técnicos de ejecución del mismo, para su posterior corrección. Es conveniente que estos patrones se trabajen de forma jugada para lograr una mayor atención y motivación.

En las sesiones de inicio de la actividad se hará un solo recorrido en el que se incluirán entre dos y cinco patrones motores diferentes.

A medida que se observa el orden y disciplina en los niños y niñas, pueden incorporarse más recorridos dependiendo del espacio y de los materiales con los que contamos.

Los patrones motrices pueden repetirse en los diferentes recorridos planteados en la sesión.

Es aconsejable una persona adulta responsable por cada recorrido y área de trabajo.

Las sesiones de circuitos serán 1 vez a la semana con una duración de una hora realizando la secuencia establecida.

ROL DEL PROFESOR DENTRO DEL AULA DE MOTRICIDAD

Su misión es:

Establecer objetivos de trabajo, explicación, presentación de los materiales, el uso correcto del aula.

Organizar y estructurar el aula de motricidad.

Adecuar el espacio para el trabajo correspondiente.

Establecer un clima de trabajo con atención personal, motivación, ayuda y orientación.

Favorecer las relaciones socioemocionales positivas, regular los comportamientos negativos y manejo de normas y reglas para facilitar el aprendizaje

CONSIDERACIONES DIDÁCTICAS BÁSICAS

Preparar la sesión para evitar errores en la transmisión de la información sobre la actividad que se va a realizar.

Durante la actividad práctica, debemos controlar visualmente a todos los niños y niñas del grupo.

En la explicación se debe hablar mirando a todos los niños y niñas.

En la práctica es fundamental generar una conexión emocional con los niños y niñas, para relajarnos para ello, utilizaremos canciones

Delimitar bien las reglas y normas para evitar lesiones, accidentes, confusiones o malas interpretaciones de los ejercicios.

Ningún niño se elimina de la actividad sino que cambia de rol, de actividad, o de lo queda sin hacer nada.

Mejorar el uso de la voz para explicar los ejercicios, ya que si no utilizamos un tono de voz adecuada, es posible que los alumnos no se enteren y, sobre todo, no captaremos su atención.

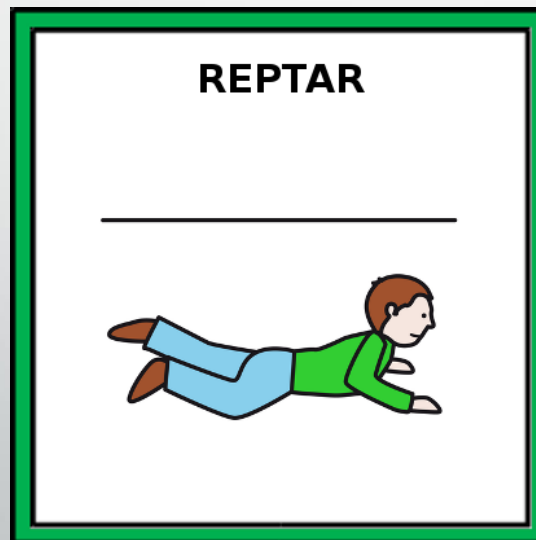
Es importante la continua motivación del alumnado.

SECUENCIA PARA EL DESARROLLO DEL CIRCUITO

ACTIVIDADES PARA INICIO DE SECUENCIAS	DESARROLLO DE MISMA SECUENCIA DE EJERCICIOS							
REPTAR O ARRASTRE	Saltar aros o salto en costales	Barra de equilibrio	Tapete de huellas (pies y manos)	Brincos en el tomblí	Caminar en el puente de colores	Escarar y bajar como bombero	Pasamanos	Subir y bajar escaleras
GATEO	Saltar aros o salto en costales	Barra de equilibrio	Tapete de huellas (pies y manos)	Brincos en el tomblí	Caminar en el puente de colores	Escarar y bajar como bombero	Pasamanos	Subir y bajar escaleras
CAMINATA EN 4 PUNTOS	Saltar aros o salto en costales	Barra de equilibrio	Tapete de huellas (pies y manos)	Brincos en el tomblí	Caminar en el puente de colores	Escarar y bajar como bombero	Pasamanos	Subir y bajar escaleras
RODAR	Saltar aros o salto en costales	Barra de equilibrio	Tapete de huellas (pies y manos)	Brincos en el tomblí	Caminar en el puente de colores	Escarar y bajar como bombero	Pasamanos	Subir y bajar escaleras
MAROMETAS	Saltar aros o salto en costales	Barra de equilibrio	Tapete de huellas (pies y manos)	Brincos en el tomblí	Caminar en el puente de colores	Escarar y bajar como bombero	Pasamanos	Subir y bajar escaleras
CAMINAR COMO CANGREJO	Saltar aros o salto en costales	Barra de equilibrio	Tapete de huellas (pies y manos)	Brincos en el tomblí	Caminar en el puente de colores	Escarar y bajar como bombero	Pasamanos	Subir y bajar escaleras
VOLTERETAS HACIA ADELANTE	Saltar aros o salto en costales	Barra de equilibrio	Tapete de huellas (pies y manos)	Brincos en el tomblí	Caminar en el puente de colores	Escarar y bajar como bombero	Pasamanos	Subir y bajar escaleras

REPTAR O ARRASTRE

Se refiere a desplazarse arrastrándose por el suelo como los reptiles, en esta actividad se inicia la coordinación del patrón cruzado, ya que la ejecución del movimiento se realiza con pie izquierdo y mano derecha y viceversa.



GATEO

Andar una persona apoyando las manos y las rodillas en el suelo. Es un movimiento en un superficie horizontal y es la fase previa al andar.



CAMINATA EN 4 PUNTOS

Esta actividad consiste en realizar un avance caminando con manos y pies, es decir avanzar mano derecha con pie izquierdo y viceversa hasta lograr llegar a la meta establecida en un recorrido establecido



RODAR

El rodar es aquel movimiento corporal que implica una rotación a través de los ejes ideales que atraviesan el ser humano. El rodar, desde el punto de vista funcional constituyen una de las habilidades de utilidad en la orientación y situación de la persona, favoreciendo la capacidad de orientación espacial. Además rodar implica que la persona apoye las manos y las rodillas en el suelo, pues es un movimiento en un superficie horizontal.



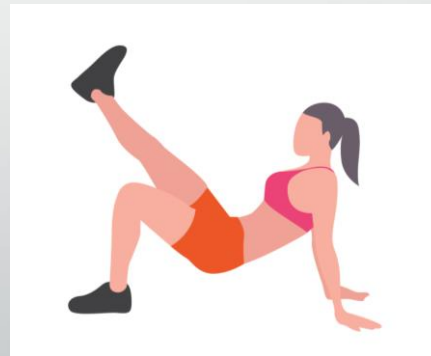
MAROMETAS

Se refiere al giro que realizamos con el cuerpo, iniciando por colocar manos y cabeza en una superficie plana y hacemos impulso con los pies para ejecutar ese giro.



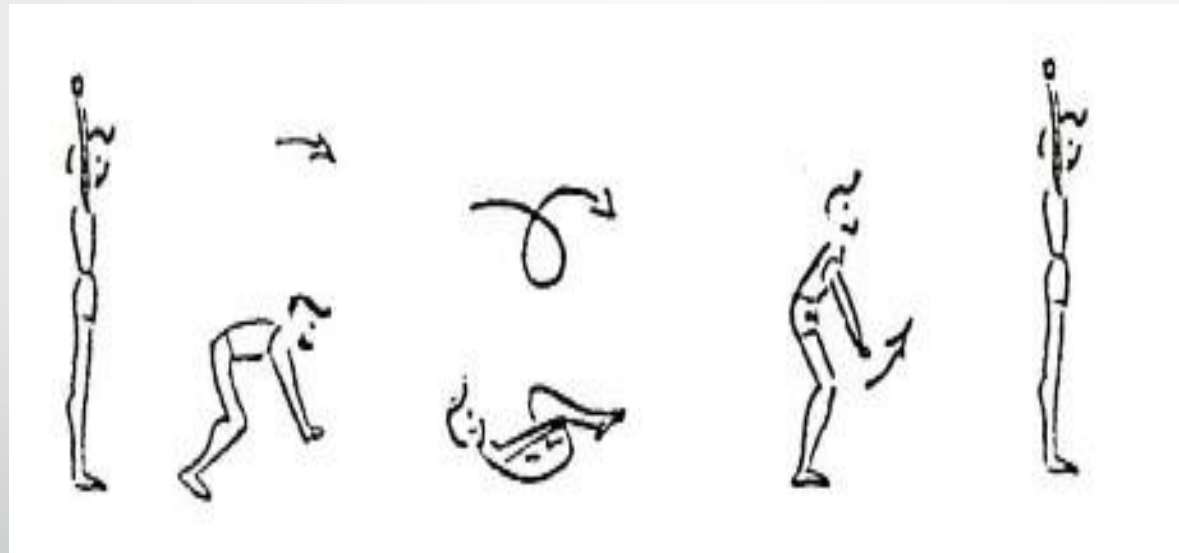
CAMINAR COMO CANGREJOS

Es el traslado que se realiza de un lugar a otro en el cual se pone en movimiento en propio cuerpo; pero en esta actividad se realiza la caminata solo con apoyo de pies y manos viendo hacia el frente y avanzado en sentido contrario es decir hacia atrás y realizando fuerza porque se levantan las pompas del piso.



VOLTERERA HACIA ADELANTE

La voltereta adelante se inicia de pie, con los pies juntos. El primer movimiento es la flexión de las rodillas hasta la posición de cuclillas. Se lleva el centro de gravedad adelante hasta contactar con las manos en el desequilibrio, la cabeza se flexiona sobre el pecho, los brazos se y la espalda se apoya sucesivamente, volviendo a la posición inicial



BARRA DE EQUILIBRIO

Por equilibrio podemos entender, la capacidad de asumir y mantener una determinada postura en contra de la gravedad. Factores como la base, altura del centro de gravedad, número de apoyos, elevación sobre el suelo, estabilidad de la propia base, dinamismo del ejercicio, etc., pueden variar la dificultad de las tareas equilibradoras. El equilibrio es un factor de la motricidad infantil que evoluciona con la edad y que está estrechamente ligado a la maduración del Sistema Nervioso Central.



SALTAR (Tompli)

Saltar es una habilidad motora en la que el cuerpo se suspende en el aire debido al impulso de una o ambas

pierna y cae sobre uno o ambos pies. El salto requiere complicadas modificaciones de la marcha y carrera, entrando en acción factores como la fuerza, equilibrio y coordinación. Tanto la dirección como el tipo de salto son importantes dentro del desarrollo de la habilidad física de salto. Éste puede ser hacia arriba, hacia abajo, hacia delante, hacia detrás o lateral, con un pie y caer sobre el otro, salto con los uno o dos pies y caída sobre uno o dos pies, salto a la pata coja... La capacidad física necesaria para saltar se adquiere al desarrollar la habilidad de correr. Sin duda el salto es una habilidad más difícil que la carrera, porque implica movimientos más vigorosos, en los que el tiempo de suspensión es mayor.



ESCALAR

Cuando escalamos, realizamos los mismos movimientos que al gatear, solo que nos desplazamos por una superficie vertical.



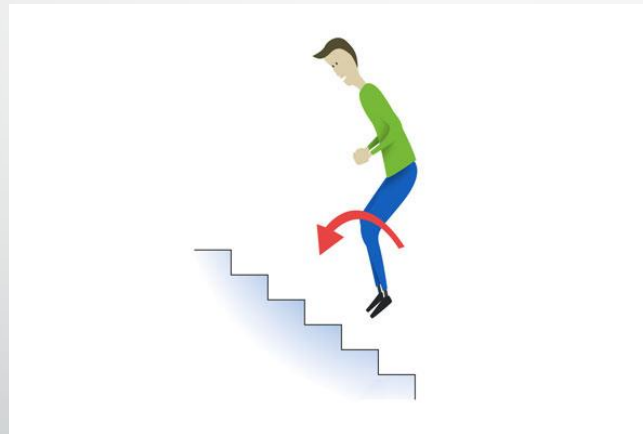
PASAMANOS

Es un riel diseñado como juego para ser agarrado por la mano para proporcionar estabilidad o soporte a las personas.



SUBIR Y BAJAR ESCALERA

Cuando subimos y bajamos escaleras, realizamos los mismos movimientos que al gatear, solo que lo hacemos en una superficie vertical.



IMPACTO A LA COMUNIDAD ESCOLAR

Las actividades que se presentaron en el proyecto consideran un impacto muy importante para toda la comunidad escolar especificando esencialmente en el trabajo con alumnos y padres de familia para motivar sus aprendizajes integrales en el desarrollo de habilidades, destrezas, capacidades y valores que promuevan en ellos los aspectos socioemocionales para brindarles una mejor autonomía en las actividades escolares. Así mismo se requiere el apoyo primordial de las familias y de toda la comunidad escolar para un mejor desenvolvimiento en su vida cotidiana.



GRACIAS