

JARDIN DE NIÑOS: “ALFONSO REYES”

CLUB: ACTIVATE, JUEGA Y APRENDE

ELABORÓ: PROFA. ROCIO CERVANTES GONZÁLEZ

FECHA: 25 DE JUNIO 2020.

INDICE

DESCRIPCION GENERAL

- 1.- Presentación
- 2.- Justificación
- 3.- Descripción de los organizadores curriculares
- 4.- Componentes pedagógico-didácticos
- 5.-Objetivos
- 6.-Aprendizajes esperados
- 7.-Propuesta de evaluación

MATERIAL PARA EL DOCENTE

- 1.-Orientaciones didácticas para su aplicación.
- 2.-Aspectos teóricos metodológicos

MATERIAL PARA EL ALUMNO

MATERIALES Y RECURSOS DIDACTICOS

- 1.-Materiales de apoyo

PREPARACION DEL DOCENTE

- 1.-Papel del docente

SESIONES DE DIAGNOSTICO

- 1.-Los troncos
- 2.-Juego de los conejos
- 3.- Juego de las sillas
- 4.-Juego de carreras
- 5.-Juego queso partido y aplicación de escalas de actitudes
- 6.-Juego motor

SESIONES DEL CLUB

- 1.-Periodiquero
- 2.-Somos piratas
- 3.-Los genios de las lámparas
- 4.-Lento, muy lento....
- 5.-Cuento motor
- 6.-Rally activo 1
- 7.-Carrera de caballos
- 8.-Juegos recreativos 1
- 9.-Juegos tradicionales 1
10. Circuitos activos 1
- 11-Circuitosactivos 2
- 12-Fut bol 1
- 13-4x8
- 14-8x8
- 15-Juegos tradicionales 2
- 16-El laberinto
- 17-Actividad acuática 1
- 18-Rally motriz
- 19-Juegos tradicionales 3
- 20-Juguemos con las llantas
- 21-Respuestas motrices
- 22-Actividad acuática 2
- 23-Actividad con cuerdas
- 24- Actividad la cuerda larga
- 25-Expresion corporal
- 26-Hand bol (balón en mano)
- 27-Lineas divertidas
- 28-Rally activo 2
- 29-Juegos en movimiento
- 30-Mi juego favorito
- 31-Juegos olímpicos I
- 32-Juegosolimpicos II
- 33-Juegos organizados
- 34-Juegoscon resorte

BIBLIOGRAFIA

PRESENTACIÓN

La formación educativa de niños y adolescentes no solo se centra en el estímulo de las distintas habilidades intelectuales, sino que además involucra la actividad física como elemento favorecedor para el logro de un desarrollo integral eficaz

En el caso del nivel de educación preescolar, la clase de educación física resulta de una muy particular importancia ya que al ponerla en práctica adecuadamente y con los suficientes cuidados por parte del educador o profesor que imparta dicha clase, ayuda y contribuye a la vez a que el niño se desarrolle y se consolide para su desarrollo físico - motriz, social, psicológico, cognoscitivo en una forma armoniosa e integral.

JUSTIFICACIÓN

De cara al nuevo modelo educativo se retoma el de potenciar el desarrollo personal y social específicamente en el área de educación física.

La Educación Física es una forma de intervención pedagógica que contribuye a la formación integral de niñas, niños y adolescentes al desarrollar su motricidad e integrar su corporeidad. Para lograrlo, motiva la realización de diversas acciones motrices, en un proceso dinámico y reflexivo, a partir de estrategias didácticas que se derivan del juego motor, como la expresión corporal, la iniciación deportiva y el deporte educativo, entre otras. Constituye en la escuela el espacio curricular que moviliza el cuerpo (corporeidad y motricidad) y permite fomentar el gusto por la actividad física. Al ser un área eminentemente práctica brinda aprendizajes y experiencias para reconocer, aceptar y cuidar el cuerpo; explorar y vivenciar las capacidades, habilidades y destrezas; proponer y solucionar problemas motores; emplear el potencial creativo y el pensamiento estratégico; asumir valores y actitudes asertivas; promover el juego limpio; establecer ambientes de convivencia sanos y pacíficos; y adquirir estilos de vida activos y saludables, los cuales representan aspectos que influyen en la vida cotidiana de los estudiantes.

DESCRIPCIÓN DE LOS ORGANIZADORES CURRICULARES

La Educación Física en la educación básica requiere de una propuesta que considere las características del desarrollo y crecimiento de los alumnos y, al mismo tiempo, oriente la intervención pedagógica de los docentes en cada uno de los niveles educativos. Por ello, este programa delimita, con fines didácticos, un eje curricular: “Competencia motriz”; y tres componentes pedagógico didácticos: “Desarrollo de la motricidad”, “Integración de la corporeidad”, y “Creatividad en la acción motriz”, que favorecen la articulación de los conocimientos, habilidades, actitudes y valores que se pretende que adquieran desde preescolar hasta secundaria.



COMPONENTES PEDAGÓGICO-DIDÁCTICOS

Desarrollo de la motricidad

Se entiende la motricidad como el conjunto de acciones motrices que engloban una intención y un alto nivel de decisión; implica potenciar la capacidad de cada persona para darle sentido y significado a los movimientos a partir de sus intereses, expectativas, necesidades y motivaciones. Considera la integración de acciones reflexionadas que edifican la actuación inteligente y se manifiesta cuando los alumnos exploran y ponen a prueba sus posibilidades motrices en la sesión. Además, se vincula con la construcción permanente de conceptos como espacio, tiempo y causalidad e incorpora diversas experiencias para la construcción del *Yo en la acción*.

Integración de la corporeidad

Se entiende la corporeidad como una construcción permanente que las personas hacen de sí; una unidad que fusiona la parte física y funcional del cuerpo con lo cognitivo, afectivo, emocional, actitudinal, social y cultural. La corporeidad se manifiesta por medio de gestos, posturas, expresiones corporales y las distintas acciones motrices, relacionadas con las emociones y los sentimientos que cada uno experimenta. Favorecer este componente, equivale a amalgamar las experiencias, así como asociar el conocimiento de sí con saberes, habilidades, actitudes y recursos para la vida diaria. Para que las diversas acciones que despliega la Educación Física contribuyan a la integración de la corporeidad, se tienen que establecer *conexiones* con los procesos de decisión, anticipación y comprensión, que no son únicamente corporales, de rendimiento o de eficiencia, sino que consideran al cuerpo de una manera integral; por ejemplo, correr, saltar, girar, lanzar, atrapar, botar, entre otras, son acciones motrices que involucran el *Yo en la acción* (emocional, mental y corporal)

Creatividad en la acción motriz

En este componente se entiende la creatividad, como la capacidad de elaborar diversas respuestas para afrontar las tareas o situaciones que se presentan, mientras que la acción motriz es la suma de las distintas conductas y desempeños que realiza una persona; representa la oportunidad para explorar sus posibilidades y tomar decisiones. Con base en lo anterior, se busca que niñas, niños y adolescentes generen distintas propuestas, seleccionen las más apropiadas de acuerdo con cada problema o situación, las pongan en marcha, las organicen y, en todo caso, las reestructuren otorgándoles un toque personal, auténtico y creativo a su desempeño lo cual implica procesos de decisión, intención y anticipación

OBJETIVO GENERAL

Desarrollar en las niñas y los niños las capacidades físicas y motoras a través de la aplicación de actividades lúdico-recreativas y predeportivas

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- ✓ Contribuir, consolidar y fomentar el desarrollo de habilidades físicas, cognitivas y socioemocionales en las niñas y niños de educación básica.
- ✓ Inculcar en las niñas y niños hábitos y actitudes como el respeto, la equidad, el trabajo en equipo y el autocontrol entre otros.
- ✓ Transmitir a través del juego valores generalmente aceptados por la sociedad, el respeto a la diferencia y la convivencia pacífica

APRENDIZAJES ESPERADOS

EDUCACIÓN FÍSICA PREESCOLAR		
EJE	COMPONENTE PEDAGÓGICO-DIDACTICOS	APRENDIZAJES ESPERADOS
COMPETENCIA MOTRIZ	DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza movimientos de locomoción, manipulación y estabilidad, por medio de juegos individuales y colectivos. • Utiliza herramientas, instrumentos y materiales en actividades que requieren de control y precisión en sus movimientos.
	INTERGRACIÓN DE LA CORPOREIDAD	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica sus posibilidades expresivas y motrices en actividades que implican organización espacio-temporal, lateralidad, equilibrio y coordinación. • Reconoce las características que lo identifican y diferencian de los demás en actividades y juegos.
	CREATIVIDAD EN LA ACCIÓN MOTRIZ	<ul style="list-style-type: none"> • Propone distintas respuestas motrices y expresivas ante un mismo problema en actividades lúdicas. • Reconoce formas de participación e interacción en juegos y actividades físicas a partir de normas básicas de convivencia.

PROPUESTA DE EVALUACIÓN

La evaluación educativa se concibe como un proceso de carácter formativo, una acción permanente dentro de la enseñanza y no un momento de comprobación de lo aprendido al final del periodo; constituye la oportunidad de mejora continua, permite realimentar los aprendizajes logrados por los estudiantes e identificar la pertinencia de las actividades. Durante el desarrollo de estas es importante observar y escuchar lo que hacen y dicen; cómo resuelven las tareas motrices; cómo interactúan y asumen actitudes, y qué valoraciones hacen respecto a los resultados alcanzados.

Por esta razón cada una de las sesiones contiene un cierre, donde se evalúan los logros, dificultades reflexiones y experiencias a través de preguntas, así como dibujos, creaciones individuales y de equipo promoviendo la estimulación constante por parte del docente, fomentando su autoestima y sus capacidades motrices por medio del juego.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA SU APLICACIÓN:

- ✓ Favorezca la integración de los participantes de diferentes grados y edades.
- ✓ Fomente el trabajo colaborativo, anime a todos los niños y niñas a participar, así como a escuchar a sus compañeros.
- ✓ Se sugiere, de acuerdo a las necesidades, intereses y características de los participantes, adaptar las actividades de las sesiones.
- ✓ Es recomendable interactuar con los dibujos de los participantes preguntando aspectos que le llamen la atención.
- ✓ Recuerde a los participantes que escriban su nombre en todos los dibujos que realicen.
- ✓ Incentive la creatividad y la imaginación de los participantes.
- ✓ Identifique los materiales de caja de patio y los otros recursos disponibles en la escuela previamente a las sesiones
- ✓ Establezca acuerdos con los otros monitores así como con el personal directivo para el aprovechamiento de los espacios escolares y la organización de los tiempos de las sesiones.
- ✓ Mencione a los participantes la presentación de actividades y dibujos hacia el cierre del periodo del Proyecto (de acuerdo con la organización de cada escuela).
- ✓ Se sugiere hacer una distribución equitativa de materiales entre los participantes.
- ✓ En el desarrollo de las actividades, procure la seguridad de los niños y niñas.
- ✓ Propicie como una prioridad, la diversión en movimiento.

ASPECTOS TEORICO-METODOLOGICOS

Las Áreas de Desarrollo Personal y Social contribuyen a que los estudiantes logren una formación integral de manera conjunta con los Campos de Formación Académica y los Ámbitos de Autonomía Curricular. En estos espacios curriculares se concentran los aprendizajes clave relacionados con aspectos artísticos, motrices y socioemocionales. Estas áreas son de observancia nacional, se cursan durante toda la educación básica y se organiza en Artes, Educación Física, Educación Socioemocional (preescolar y primaria) y Tutoría y Educación Socioemocional (secundaria). Cada área aporta a la formación de los estudiantes conocimientos, habilidades, valores y actitudes enfocados en el desarrollo personal, sin perder de vista que estos aprendizajes adquieren valor en contextos sociales y de convivencia.

La Educación Física dinamiza corporalmente a los alumnos a partir de actividades que desarrollan su corporeidad, motricidad y creatividad. En esta área, los estudiantes ponen a prueba sus capacidades, habilidades y destrezas motrices mediante el juego motor, la iniciación deportiva y el deporte educativo. Este espacio también es un promotor de estilos de vida activos y saludables asociados con el conocimiento y cuidado del cuerpo y la práctica de la actividad física.

La Educación Física en el nivel preescolar, desde la perspectiva de la educadora, se centra en las capacidades motrices de los niños: locomoción, coordinación, equilibrio y manipulación; y en la consolidación de la conciencia corporal. Se pretende que, de manera progresiva, logren un mejor control y conocimiento de sus habilidades y posibilidades de movimiento. En educación preescolar es la educadora quien diseña o elige las situaciones didácticas para promover en sus estudiantes los Aprendizajes esperados establecidos en este Programa.

Si bien los niños en este nivel han alcanzado control en sus movimientos, las oportunidades que vivan en la escuela harán que avancen y consoliden cada vez más sus capacidades motrices en acciones combinadas y complejas; desplazarse a distintas direcciones y velocidades al participar en juegos y actividades como saltar con un pie, caminar sobre líneas rectas; y en general, ejecutar movimientos corporales con coordinación y equilibrio.

Se busca que tomen conciencia y aprendan a conocer cómo es y cómo se mueven las distintas partes de su cuerpo, reconozcan sus límites y posibilidades, comprendan la importancia de los hábitos posturales correctos, mantengan el equilibrio en situaciones de movimiento y reposo, identifiquen a través de la respiración y relajación las sensaciones que experimentan después de una actividad física y adquieran confianza y seguridad en la ejecución de sus movimientos.

MATERIALES Y RECURSOS DIDACTICOS

Para la implementación de estas sesiones se requiere que el docente cuente con el material y recursos didácticos necesarios para su correcto desarrollo, cabe mencionar que a lo largo de las sesiones se ocuparan de manera alternada los mismos recursos y materiales que vienen previstos en la parte de las consideraciones previas.

Se proponen materiales didácticos de fácil adquisición y manejo por parte de los alumnos y docente relacionados con las habilidades que se abordaran en "ACTIVATE, JUEGA Y APRENDE", así mismo desarrollan actitudes que les permitan una mejor convivencia y la toma de acuerdos en el juego, la escuela y su vida diaria.

Estos materiales propuestos organizan y sugieren la utilización de estrategias didácticas como juegos cooperativos, juegos modificados, circuitos de acción motriz, cuentos motores, formas jugadas, entre otras.

Los materiales de apoyo serán: hojas blancas, crayolas, papel bond, pintura, tener preparada música en la USB, bocina, silbato, periódico, colchonetas, vigas de equilibrio, cuerdas, resortes, postes con cemento, aros, pelotas de vinil, pelotas de futbol, cajas de zapatos, llantas, cuerdas largas, paliacates, chapoteadero, albercas inflables, jeringas, esponjas, sillas, mesas, cartulina, círculos de colores, pandero, costales, gises, apoyo de padres de familia.

PAPEL DEL DOCENTE

En este sentido, el papel del docente requiere: Establecer una intención pedagógica en cada una de las sesiones, así como mecanismos de observación y mediación para valorar el desempeño y los logros alcanzados. Motivar la movilización de grandes grupos musculares el compromiso individual y colectivo, así como el placer de jugar y compartir con los demás. Diversificar el uso de estrategias didácticas para canalizarlos distintos ritmos de aprendizaje; es decir, que cada alumno tenga la posibilidad de emplear todo su potencial motor. Utilizar el juego motor para la enseñanza y práctica de iniciación deportiva y el deporte educativo, con el fin de promover estilos de vida saludables,

La intervención del docente ha de impulsar que los alumnos se sientan seguros, que canalicen su potencial, realicen diversas acciones motrices, y disfruten de sus movimientos y logros; por lo que propiciar las condiciones para que interactúen por igual niños y niñas, que sean serenos ante el triunfo y tolerantes ante la derrota, que respeten al otro en la confrontación lúdica y que incorporen su ***Yo en la acción***, son aspectos fundamentales de la sesión.

SESIONES DE DIAGNÓSTICO



SESION DE DIAGNÓSTICO JUEGO DE LOS TRONCOS

Componente Pedagógico Didáctico: Desarrollo de la Motricidad

Consideraciones previas: pelota gigante

Inicio:

En esta sesión iniciaremos con el juego de presentación: El Mundo. Donde la maestra explica que una pelota gigante es el mundo y a quien le toque debe decir su nombre de forma fuerte y clara para empezar a conocernos.

Desarrollo:

En el patio los niños se colocan en posición de troncos en el piso, estirando brazos y piernas. Debe existir una separación considerable entre cada niño para que las niñas salten por arriba de los troncos de distintas formas con dos pies, corriendo y de lado. En un segundo momento se cambian ahora las niñas serán los troncos y los niños pasan entre ellas.

Cierre:

Preguntar a los niños ¿les gusto el juego? ¿Cómo te sentiste siendo el tronco? ¿Te gusto más ser un tronco o pasar entre ellos?

Despedirse de la clase de forma verbal con frases de cortesía.

SESION DE DIAGNÓSTICO JUEGO DE LOS CONEJOS E INSTRUMENTO

Propósito:

Consideraciones previas: se requiere escuchar con atención las reglas del juego e historia

Inicio:

En esta sesión iniciaremos con el juego: LAS LANCHAS. Donde escucharan una breve historia de un barco que navega por el mar, de repente vino una gran tormenta con lluvia, truenos y relámpagos. El barco presento una falla mecánica por lo que los pasajeros tuvieron que agruparse en lanchas de 3...5...8...9... hasta formar lanchas de 3 para iniciar el juego de los conejos.

Desarrollo:

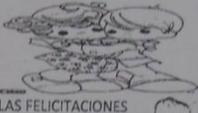
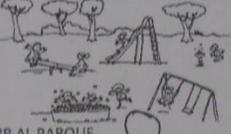
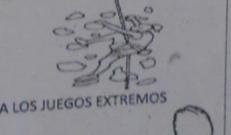
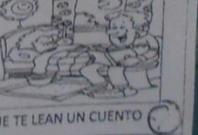
En equipos de 3 personas, dos formaran la casa de los conejos y otro se coloca dentro de la casa. Al marcar la palabra cambio los conejos se mueven buscando otra casita y así hasta lograr que los niños cambien constantemente de casita y se muevan cada vez con mayor rapidez

Cierre:

Resolver el instrumento

FOTO DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL ALUMNO: Tina INTERESES DE LOS ALUMNOS

	ARTES	EDUCACION FISICA	EDUC. SOCIOEM.
EN TU FIESTA QUE TE GUSTA	 BAILAR <input type="radio"/>	 JUEGOS ORGANIZADOS <input type="radio"/>	 LAS FELICITACIONES <input type="radio"/>
EN TUS VACACIONES QUE ES LO QUE TE AGRADA HACER	 ESCUCHAR MUSICA <input type="radio"/>	 IR AL PARQUE <input type="radio"/>	 ESTAR CON TU FAMILIA <input checked="" type="radio"/>
A QUE TE GUSTA JUGAR CON TUS AMIGOS	 PINTAR <input type="radio"/>	 HACER DEPORTE <input type="radio"/>	 PLATICAR <input type="radio"/>
QUE TE INTERESA HACER CUANDO ESTAS CON TU FAMILIA	 DISFRAZARTE <input type="radio"/>	 CORRER <input type="radio"/>	 IR DE VACACIONES <input type="radio"/>
A DONDE TE GUSTA QUE TE LLEVEN	 A VER A TU PERSONAJE FAVORITO <input type="radio"/>	 A LOS JUEGOS EXTREMOS <input type="radio"/>	 QUE TE LEAN UN CUENTO <input type="radio"/>

SESION DE DIAGNÓSTICO EL JUEGO DE LAS SILLAS

Componente Pedagógico:

Favorecer la integración de la corporeidad (esquema corporal)

Consideraciones previas: Para esta sesión se requiere una silla para cada niño, bocina y USB con música, silbato

Inicio:

Conversar con los niños acerca de lo que es un club, como se llama, en qué consiste, que actividades podemos hacer, y sobre todo comentar lo divertido, que va hacer.

Iniciemos con la canción de hola, hola, para saludarnos, “Hola, hola, como estas, yo muy bien, tú que tal, Hola, hola como estas, vamos a cantar, saltar, correr, gritar, silbar, etc.

Saltar en su lugar y a una señal, correr en diferentes direcciones, cuando escuchen el silbato.

Inhalar y exhalar simular apagar las velas de un pastel.

Desarrollo:

Juguemos el juego de las sillas, Para comenzar, se colocan las sillas formando un círculo con los respaldos hacia dentro, los participantes se deberán situar de pie alrededor de las sillas y uno detrás de otro. Al ritmo de una música los participantes deben bailar alrededor de las sillas. Cuando la música se para los jugadores deben sentarse, el que no encuentre sitio queda eliminado del juego y así sucesivamente. Gana el jugador que consiga sentarse en la última silla la variante es que primero se empiece por los hombres, luego por las mujeres y al final todo, al que gane se le brindara una porra.

Cierre:

Comentar con los niños que les pareció la actividad si se divirtieron, que fue lo que se es dificulto y se les gustaría seguir participando en otras actividades y juegos.

SESION DE DIAGNÓSTICO JUEGO DE CARRERAS

Propósito:

Favorecer el desarrollo de la motricidad

Consideraciones previas: Para esta sesión se requiere un silbato.

Inicio:

Saludarse con un apretón de manos, motivemos a los niños a participaren las actividades y juegos, iniciemos con el juego el gato y el ratón, se forma un circulo con todos los niños se tomas de las manos, y hay dos participantes que no forman parte de la cadena situándose uno dentro del círculo que hará de “ratón” y el otro se situará fuera que es el que hará de gato. El juego consiste en que el gato tiene que atrapar al ratón, éste tiene que escapar pasando por debajo de los brazos de los que forman la cadena. Simular tener un pañuelo en el aire y soplarle.

Desarrollo:

Peguntarle a los niños ¿Quiénes son los más veloces?, quien corre sin chocar, ni caerse?, ¿a quién le gusta correr?, escuchar sus comentarios .Explicar que hoy vamos hacer corredores y estamos entrenando porque tenemos competencias, hagamos un calentamiento ligero moviendo la cabeza, los brazos y las piernas, trotemos lentamente, realicemos paso yogi con más velocidad, conozcamos la pista para correr(espacio que se destinara para la carrera).

Dividir al grupo en dos equipos hombres y mujeres, enseñarles a todos como se acomodan los corredores para la salida, con apoyo de las niñas motivar a los niños al decirles en sus marcas, listos fuera, aplaudir y echarle una porra a los que llegaron primero, posteriormente se realizaran lo mismo las niñas, y para terminar correrán todos cuando suene el silbato para dar la salida. Siempre manifestemos una actitud positiva y motivante en todas las actividades.

Cierre:

Comentar con los niños si se cansaron y que podemos hacer para mejorar y cuidar nuestro cuerpo, felicitar a todos por su empeño y dedicación, y terminar diciéndoles nos vemos, hasta la próxima.

Observemos con detenimiento los intereses de los pequeños.

SESION DE DIAGNÓSTICO EL QUESO PARTIDO Y ESCALA DE ACTITUDES

Componente Pedagógico Didáctico:
Creatividad en la acción motriz

Consideraciones previas: Una escala de actitud para cada niño y crayolas amarillas

Inicio:

Iniciar la sesión preguntando a los niños ¿qué formas distintas saben para saludarse? Con frases de cortesía como: hola, buenos días, que tal cómo estas... o con acciones: un abrazo, moviendo la mano derecha, con una sonrisa.

Desarrollo:

En el patio formar un círculo grande con todos los niños del grupo tomados de las manos, explicar que ellos son el queso y la maestra el cuchillo que cortará ese queso. La docente elegirá distintas partes del círculo para partir. En ese momento ambos niños corren en dirección opuesta alrededor del círculo y llegan al lugar donde estaban, observando que niño es más veloz.

Cierre:

El niño resolverá una escala de actitudes guiado por su maestra
Conversar y analizar con los niños los resultados de algunas escalas

ESCALA DE ACTITUDES

PREGUNTAS	SI ME GUSTA	NO ME GUSTA
TE GUSTA HACER EJERCICIO		
TE AGRADA MOVER TU CUERPO		
TE GUSTA CORRER		
TE GUSTARÍA USAR DIVERSOS MATERIALES PARA JUGAR (PELOTAS, CUERDAS, LLANTAS..)		
TE AGRADA JUGAR EN EQUIPOS		

SESION DE DIAGNÓSTICO JUEGO MOTOR

Propósito:

Favorecer el desarrollo de la motricidad.

Consideraciones previas: Tres aros.

Inicio:

Saludarnos con choque de puños y frases de cortesía, motivar a los niños invitándolos que hoy en esta clase ellos decidirán a que club de intereses y necesidades deben anotarse, empecemos la clase.

Desarrollo:

Se escogerán voluntariamente a 8 alumnos que quieran ser los puentes y las piedras (4 y 4), quienes son los puentes se colocaran en 4 apoyos en el piso y las piedras deberán acurrucarse en el piso de igual manera, los demás deberán saltar las piedras y pasar por debajo de los puentes.

Jugaremos a los bomberos de colores en donde tendremos 3 aros de distintos colores, la maestra gritara auxilio, auxilio se quema la casa que vengan los bomberos de color. Y los que estén el aro de dicho color deberán ir a salvar a la maestra, etc.

Jugaremos a las cebollitas en donde se colocaran en una fila sentados y abrazándose todos intentando de que no se lleven a su compañero, la maestra jalara el de hasta delante y sus compañeros trataran de que no se lo lleven abrazándolo fuertemente, si de lo contrario la maestra logra conseguirlo, este deberá ayudarle a la maestra a jalar.

Jugaremos al perrito policía, en donde formaremos un circulo, colocando a un compañero en medio del circulo quienes deberá hacer el dormido acostado mientras los demás cantan una canción de cuna los que estén en el circulo se deberán acercar hacia el compañero y si este se despierta todos deberán correr y a quien atrape primero será el nuevo perrito policía.

Cierre:

Imaginaremos que tenemos un globo en el estómago así que inflaremos al inhalar y desinflaremos al exhalar, observaremos como se mueve el estómago al respirar suave o profundamente.

SESIONES DEL CLUB



SESION 1 EL PERIODIQUERO

Propósito:

Favorecer la integración de la corporeidad (Esquema corporal)

Consideraciones previas: Para esta sesión se requiere una hoja de periódico para cada niño, un pandero, bocina y USB con música

Inicio:

Explicar a los niños sobre las sesiones: DIVIERTETE, JUEGA Y APRENDE

Bale de presentación para conocernos

Juego rompe hielo (juego de la mosca)

Atrae la atención de los niños iniciando un cuento: “Había una vez un niño que se encontró una caja llena de periódicos y como no sabía leer se puso a pensar qué podía hacer con ellos...” ¿Qué podemos hacer con un periódico si no sabemos leer?, pregunta a los niños y escucha sus respuestas. Después, grita “periódico, periódico, llévelo”, entrega uno a cada niño, y diles que sigan las instrucciones:

Desarrollo:

Con la hoja de periódico extendida apoya o ubica diferentes partes del cuerpo: cabeza, cara, brazos, manos, espalda, pecho, estómago, rodillas, piernas y pies.

Con la hoja extendida en el piso, ponte de pie o siéntate en ella. Después de un estímulo auditivo con pandero tienes que doblarla por la mitad y volver a ponerte de pie sobre la ésta. (Repítelo hasta que en el periódico sólo quepa la mano del niño.)

Haz una bola con el papel periódico para desarrollar las siguientes habilidades motrices: patear, lanzar, recibir y golpear.

Corre y salta sobre las bolas que están tiradas en el piso.

Corre y patea las bolas de papel periódico.

Lanza el periódico: hacia adelante, atrás, arriba, abajo, por entre las piernas, con la mano derecha y con la izquierda, agarrando la bola con los dedos índice y pulgar.

Rasgar la hoja de periódico de acuerdo con el ritmo de la música.

Recolectar, entre todos, el papel y ponerlo en una bolsa

Cierre:

Comenta con los niños que les gusto o disgusto de la clase

Despedirse con un abrazo

SESION 2 SOMOS PIRATAS

Propósito:

Favorecer el desarrollo de la corporeidad (Lateralidad)

Consideraciones previas: Para este juego es necesario que el niño llegue a la escuela con un globo rojo en el pie derecho y un globo azul en el pie izquierdo.

Material para el circuito (colchoneta, aros, llantas, bloques de madera...); molde para el tesoro, harina, tesoro (bolsa de dulces).

Inicio:

Iniciar la sesión con palabras motivantes (ánimo, esfuérzate, diviértete, etc...)

Organiza dos equipos, unos que representen a piratas y otros a la gente del pueblo. Cada miembro de los equipos se amarra un globo inflado en cada pie (reafirmar derecha-izquierda) La batalla entre piratas y el pueblo consiste en tronar los globos del equipo contrario; los ganadores tienen el derecho de descubrir el tesoro que se ubique al final del circuito.

Desarrollo:

El circuito se forma con distintas actividades y elementos como brincar, trepar, arrastrarse, etcétera. El tesoro se esconde en un recipiente con arena o harina. Pide a los niños que con los ojos cerrados introduzcan la mano derecha y saquen un objeto. Con sólo tocarlo debe describir el objeto y saber qué es. Después se repite el ejercicio alternando las manos, siguiendo las indicaciones: derecha-izquierda. El otro equipo recorre el circuito posteriormente. Se puede dar un estímulo a los integrantes del equipo ganador

Cierre:

Comente con los niños lo que más le agrado de la actividad.

Despedirse con la mano derecha.

SESION 3 LOS GENIOS DE LAS LAMPARAS

Propósito:

Favorecer la integración de la corporeidad (espacio).

Consideraciones previas: Para este juego se requiere aros, música árabe, bocina y USB.

Inicio:

Pregunta a los niños si conocen la historia del genio de la lámpara maravillosa, escucha sus comentarios y luego cuéntales el cuento (versión corta) Al terminar, pídeles que se distribuyan en el espacio y entrega un aro a cada uno para que lo coloquen en el piso. El aro representa a la lámpara y ellos a los genios.

Desarrollo:

Cuando escuchen la música, salen de su aro (de su lámpara) a bailar por todo el espacio, y cuando pare la música todos corren de regreso dentro del aro. Todos deben buscar un aro para compartir, nadie debe quedar fuera. Inicia la música para que salgan a bailar, haciendo algunas pausas, en las cuales también se retiran algunos aros hasta quedar los necesarios para que todos estén muy juntos y se apoyen para quedar dentro de un aro.

Cierre:

Solicite a unos niños que ayuden a levantar los aros.

Dibujar lo más les gusto de la clase.

SESION 4 LENTO, LENTO....

Propósito:

Favorecer la integración de la corporeidad (noción de tiempo)

Consideraciones previas: Para este juego necesitamos costalitos con semillas.

Inicio:

Iniciar la sesión con un saludo verbal.

Delimita un trayecto para una carrera y establece un punto de llegada como meta. Realiza una introducción hablando de los caracoles (cómo son, cómo se mueven) y pregunta si les agradan, etcétera. Después reparte a cada uno de los niños un costalito con semillas.

Desarrollo:

Cuando todos se han colocado el costalito en la espalda, da la señal de salida para iniciar la carrera. El objetivo es llegar a la meta, pero para ganar es necesario que el costal nunca caiga al piso; de lo contrario, el jugador vuelve a comenzar la carrera de manera lenta y con mucho cuidado.

Cierre:

Dibujar a cerca de la clase de hoy.

Comentar sus dibujos.

SESION 5 EL CUENTO MOTOR

Propósito:

Favorecer el desarrollo de la motricidad e imaginación.

Consideraciones previas: Bocina, USB con canción del juego del calentamiento, hojas para colorear de gatos, perros, pájaros, serpiente....y crayolas.

Inicio:

Iniciar la sesión con la canción del juego del calentamiento.

Ubicarlos en el patio y prepararlos para escuchar y escenificar un cuento.

Desarrollo:

Érase una vez un niño o niña que se llamaba... Pablito y que tenía vuestra edad, más o menos. A este niño, desde que nació, desde que era pequeñito pequeñito y estaba en la barriga de su mamá, le gustaba jugar a ser animales. A veces hacía que era un gato (miau, miau...) e iba dando zarpazos; otras veces, pensaba que era un perro (guau, guau...) También le gustaba volar como los pájaros y arrastrarse como las serpientes. Como los caracoles también, aunque eran muy lentos. (Imitamos la forma de moverse y comunicarse de todos los animales.) Pero los animales que más le gustaban del mundo... eran los leones (grrrrr.....).

Cierto día todos los animales salieron de paseo por el bosque donde se encontraron trampas que tenían que (brincar) lagos que tenían que (nadar) y troncos que tenían que (pasar) hasta que le llegó la noche y todos, todos se quedaron dormidos....

Cierre:

Colocar dibujos de gatos, perros, pájaros, serpientes, caracoles y leones.

El niño escoge un dibujo para colorear.

Comentar sobre el dibujo elegido y la sesión de trabajo.

SESION 6 RALLY ACTIVO 1

Propósito:

Desarrollo de la motricidad.

Consideraciones previas: Para esta sesión necesitará una hoja rota folio, plumones punto grueso y la caja de patio conteniendo figuras geométricas, colchonetas, cuerdas, conos., cajas de zapatos, llantas, Caja de patio” se refiere al material que van a usar durante todas las sesiones, apoyo de padres de familia en cada estación (5), bocina, USB y música para los ejercicios 8x8, 5 Tableros para anotar los de los puntajes de los equipo y marcadores.

Inicio:

Organice al grupo en un círculo, desles la bienvenida a los participantes y preséntese de la siguiente manera: Soy “Juan” y me pica la boca. Posteriormente, pase la palabra al participante que esté a su derecha. Éste deberá mencionar el nombre del participante anterior y decir dónde le picaba, luego, él o ella también dice su nombre y dónde le pica. Siga la dinámica hasta que el último participante se haya presentado. Motive a los participantes mencionándoles que deben recordar los nombres de todos sus compañeros. Si alguno no recuerda el nombre, ayúdele con alguna pista sobre el nombre; por ejemplo: empieza con la letra “C”. Posteriormente, indique a los participantes que durante este proyecto van a realizar diversas actividades físicas y muy divertidas. Inicie una activación física en la que introduzca el primer bloque de la secuencia de los ejercicios 8x8. Se sugiere que incluya al menos cuatro de los ejercicios y que por cada día ligue dos de ellos. Invítelos a realizar la actividad imitando los movimientos. Posteriormente, prepare la entrada al rally activo preguntando a toda velocidad ¿quién me dice a toda velocidad las figuras geométricas sin equivocarse?, ¿cuántos lados tiene el triángulo?, ¿qué número le sigue al 18356?, ¿qué figura geométrica se parece a un perro?, ¿qué figura geométrica se parece a una nube? Recupere las respuestas de las figuras geométricas que reconoce. Organice al grupo en equipos de 5 participantes, indíqueles que deben elegir un nombre para su equipo. Explíqueles que las actividades que van a realizar a continuación las deben resolver trabajando, todo momento, en equipo. Solicite a cada equipo que invente un saludo, éste será la manera de saludarse durante todas las sesiones. Una vez tengan el saludo listo, invite a los equipos para que lo representen.

Desarrollo:

En una hoja rota folió escriba los nombres de cada uno de los equipos y por cada equipo señale la casilla para ir escribiendo los puntos que van acumulando. Ejemplificar las actividades del rally activo, el reto físico y la dinámica para obtener puntos. La primera estación es rodar en la colchoneta, segunda estación brincar la cuerda, tercera estación correr en zig-zag, siguiendo la forma de los conos. En la cuarta estación los niños formaran torres con las cajas de cartón, o cualquier objeto que ellos propongan, la quinta estación brincarán las llantas alternado los pies, y después con los pies juntos.

Al concluir el reto y/o actividad física, realice una pregunta básica de verdadero o falso de Pensamiento Lógico Matemático. Ejemplo tu equipo acumulo en total 10, etc. Cada vez que los participantes contesten acertadamente, asigne los puntos de acuerdo a la complejidad de las preguntas y/o el reto y vaya anotando los puntos ganados en la hoja rota folio. Los puntos son acumulativos para el siguiente rally. Pregunte ¿a quién se le ocurre algún otro reto o actividad para realizar?, recupere las respuestas en función del trabajo

en un rally. Haga una actividad de respiración profunda. Indique a los participantes que tomen aire por la nariz, simultáneamente deben subir los brazos; posteriormente, que lo saquen por la boca, simultáneamente bajan los brazos. Repita lo mismo tres veces.

Cierre:

Solicite a un integrante de cada equipo que pase a realizar la suma de los puntos que obtuvo su equipo. Mencione que el equipo que conformaron hoy será el mismo que trabajará el siguiente jueves. Para ello, apóyese escribiendo los nombres de los participantes por equipo. Haga una retroalimentación del rally preguntando ¿cómo se sintieron en el rally?, ¿les gustaron las actividades?, ¿qué fue lo que más les gustó?, ¿qué fue lo que menos les gustó?, ¿hubo algo que se les dificultara?, ¿les gustaría volver a jugarlo?.

SESIÓN 7 CARRERA DE CABALLOS

Propósito:

Creatividad en la acción motriz.

Consideraciones previas: el material son aros y el material de la caja de patio, dados También puede tener como apoyo un rota folio y plumones para que los equipos vayan anotando su avance.

Inicio:

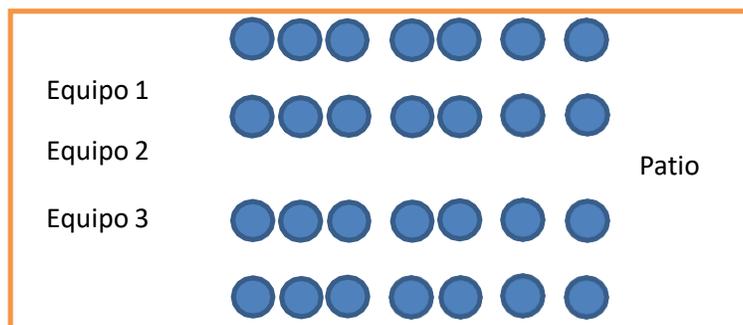
Iniciemos la sesión con el juego “A CASITA QUE LLUEVE”, se distribuyen en el suelo dos aros menos que el número de alumnas que haya en clase Todos los niños se desplazan libremente entre los aros sin pisarlos ni entrar dentro de ellos, a la señal “a casita que llueve” buscan ocupar cada uno un aro. Los dos que se queden sin él seguirán jugando, pero formando pareja y tomados de la mano debiendo introducirse en el mismo aro cuando se vuelva a dar la señal. Se van quitando aros, de manera que de nuevo dos niños se quedarán fuera y formarán otra pareja. En el caso que una pareja sea la que se quede sin aro se unirán al otro niño formando un trío, de este modo se puede llegar a formar grupos más numerosos. El juego termina cuando se quede un niño libre sin pareja.

A continuación, indique a los participantes que van a realizar la siguiente actividad: Ritmo y Movimiento 8x8, en esta ocasión se volverá a insertar el énfasis en los primeros cuatro ejercicios, ejecutando la secuencia uno seguido del otro, por ocho tiempos cada uno.

Haga una actividad de respiración profunda. Indique a los participantes que tomen aire por la nariz, simultáneamente deben subir los brazos; posteriormente, que lo saquen por la boca, bajen los brazos. Repita lo mismo tres veces.

Desarrollo:

Para este juego previamente debe tener preparado un dado y dibujar en el patio con gises de colores cuatro secuencias de círculos en forma de fila, más o menos así:



Puede aumentar tantos círculos como desee.

A continuación, indique a los participantes que van a jugar a la “Carrera de Caballos”. Para ello, organice al grupo en 4 equipos. Cada equipo se ubica al frente de cada columna de círculos. Invite a los equipos para que seleccionen al participante que será el caballo, éste debe colocarse al inicio de los círculos. El primer equipo lanza el dado y el caballo avanza las casillas señaladas. Luego el segundo equipo lanza el dado y así sucesivamente. Gana la carrera el primer caballo que llegue al final de la fila.

Los demás participantes pueden animar a su equipo con porras y aplausos.

Cierre:

Solicite a 3 o 4 voluntarios para ayudar a organizar el material de trabajo. Proporcione una hoja blanca para que dibujen lo que más les gustó de la sesión. Recoja y guarde los dibujos.

SESIÓN 8 JUEGOS RECREATIVOS I

Propósito:

Desarrollo de la Motricidad.

Consideraciones previas: para esta sesión necesitará aros, pelotas de plástico, cubetas, hojas y crayolas

Inicio:

Saludemos a los niños con la canción de **EL CHIPI CHIPI**” En círculo, unos detrás de otros. Uno se queda en el centro. Éste propone una forma de desplazarse teniendo que mover simultáneamente brazos y piernas Canción: “Ayer fui a mi pueblo a ver a la Juani, la Juani me enseñó a bailar el chipi-chipi Baila el chipi-chipi (3 veces), pero bailalo bien, hey”. Los alumnos se desplazan de la forma indicada cantando “Ayer fui a mi pueblo a ver a mi novia, mi novia me enseñó a bailar el chips-chipi”. El que no baila se queda a realizar los movimientos en el centro del círculo y propone otros para desplazarse y así sucesivamente.

Haga una rutina de Ritmo y Movimiento 8x8. Propicie la práctica de la secuencia de estos ejercicios en 8 tiempos cada uno. Mencione: levante la mano las niñas y los niños que quieren participar en un juego muy divertido.

Desarrollo:

Mencione a los participantes que a continuación van a jugar “alto para...”. El juego consiste en que el monitor lanza la pelota al aire hacia arriba mientras dice “alto para y el nombre del participante que quiera que agarre la pelota”. El participante nombrado debe ir a recoger la pelota. El resto de los participantes deberán correr para alejarse lo que más puedan. En el momento en que el participante agarre la pelota, los demás deben quedarse quietos como estatuas. El participante de la pelota la debe lanzar intentando ponchar a algún/a compañero/a. una vez ponchado/a, vuelve a iniciar el juego. Al finalizar, todos los participantes que fueron ponchados deberán pagar una penitencia. Propicie la participación de las niñas y los niños para asignar la penitencia. Propicie un fuerte aplauso y felicítelos por lo bien que trabajaron.

A continuación jugaremos a encestar, el juego consiste en colocar varios botes en algunos lugares del patio bajo la consigna “ a encestar”, tratar de meter su pelota en algún bote , desde distancias variadas según el bote que escojan, contar cuantas pelotas se encestaron.

Para concluir juguemos “relevos”, se juega formando equipos de 4 o 5 elementos de acuerdo a la cantidad de niños que haya, se colocan en fila, recorren a toda velocidad tomados de las manos en equipo los circuitos formados por botes distribuidos en el piso en zig.zag, gana el equipo más veloz que hizo correctamente el recorrido y que llegaron todos los integrantes juntos.

Estimulémoslos con un aplauso y abrazo a, y compartamos el desempeño que tuvieron en las actividades, Indique a un voluntario llevar la pelota al lugar donde usted le diga para guardarla.

Cierre:

Haga una relajación. Indique a los participantes caminar alrededor del espacio como tortugas. Mencione: vamos caminando lento, muy lento. De repente, vemos un peligro y nos metemos en el caparazón. Para ello, debe agacharse y hacerse “bolita”. Invite a los participantes para que lo imiten. Repita 3 o 4 veces el ejercicio. El que no se haga como bolita paga penitencia.

Reparta a cada participante una hoja blanca para que dibujen lo que más les gustó de la sesión. Recoja y guarde los dibujos.

Propósito:

Desarrollo de la motricidad.

Consideraciones previas: se necesitan costales, gises y pandero.

Inicio:

Recibamos a los niños con un choque de palmas enseguida juguemos **“GATOS Y RATONES”** En círculo con un niño en el centro será el GATO. A toques cortos y rápidos de silbato o pandero sólo se mueven los ratones con pasos cortitos, cuando cambie la señal, toques largos y separados, se detienen los ratones y los que se mueven son los gatos con pasos largos intentando tocar a un ratón. Los ratones atrapados se convierten en gatos no habiendo cambio de rol. El juego finaliza cuando todos son gatos. Posteriormente juguemos **“YO MUEVO UN DEDO”** Nos vamos moviendo simultáneamente las partes del cuerpo que se van cantando: “Yo muevo un dedo, triquitri, triquitri. Yo muevo dos dedos triquitri, triquitri. Yo muevo tres dedos triquitri, triquitri.(Hasta los cinco dedos)Yo muevo una mano triquitri, triquitri, Yo muevo el hombro triquitri, triquitri” variante Se puede continuar con otras partes del cuerpo: un pie, otro pie, cadera todo el cuerpo....motivemos a los niños preguntándoles están listos para los sensacionales juegos vamos todos a participar y divertirnos.

Desarrollo:

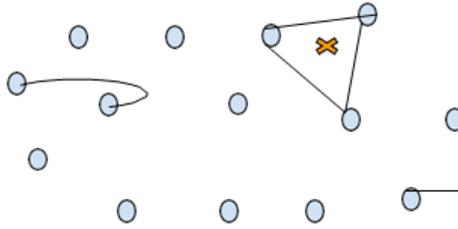
Empecemos con la carrera de sacos para jugar este juego se forman cuatro equipos este debe realizarse en una superficie sin obstáculos, ya que las caídas son inevitables. Los niños deben colocarse en línea recta y meter los pies dentro de un costal y, cuando se da la orden de salida, salen uno por uno haciendo una carrera, llegando a la línea marcada manteniéndose agarrados al saco. Durante toda la carrera, los pies deben estar dentro del saco. Cuando se llega con el equipo se sale del costal y este lo da el siguiente compañero se mete al costal, y así sucesivamente hasta que pasen todos los niños del equipo. Gana quien llega primero a la línea de meta

A continuación, indique al grupo que van a jugar a “Timbiriche”. El juego consiste en que el monitor indica a los participantes que localicen algún punto de gis que está pintado en el piso y se coloque sobre éste. Posteriormente, indique que deben hacer equipos de a... (Indique el número de participantes por equipo de tal manera que queden 4 equipos de trabajo). Con un volado se determina qué equipo empieza primero. Pregunte al primer equipo ¿qué forma geométrica tiene el Sol? Si el equipo contesta correctamente, indíqueles que deben unir con el gis dos puntos.

Continúe con las preguntas a los demás equipos y méncioneles que la intención es que al final de unir puntos, hagan una figura geométrica. Preguntas: ¿Cuándo un carro gira qué tipo de línea hace en el suelo? ¿De qué forma geométrica son las ventanas del salón? ¿De qué color son las nubes? ¿De qué color es el pasto que comen las vacas? ¿De qué tamaño es el avión que va volando? ¿De qué material está hecho el balón de fútbol? ¿De qué color es el cielo? ¿Qué forma tiene esa nube? Etc.

Invite a cada equipo a explicar las figuras que trazaron en el suelo con los puntos que unieron. Cada vez que un equipo termine la exposición de sus figuras, propicie un fuerte aplauso.

Ejemplo:



Cierre:

Solicite a los participantes que se acerquen a usted e invítelos a contar del 1 al 8 y después del 8 al 1. Repita 2 o 3 veces el ejercicio propiciando que cada vez la repetición se haga con mayor velocidad. Despida a los participantes mencionándoles que en sus casas y lugares que visiten identifiquen las figuras geométricas y los tipos de líneas que aprendieron durante la semana. Reparta una hoja blanca a cada participante para que dibuje lo que más le gustó de la sesión. Recoja y guarde los dibujos.

SESIÓN 10

CIRCUITOS ACTIVOS 1

Propósito:

El desarrollo de la motricidad gruesa y la coordinación.

Consideraciones previas: Para esta sesión deberá armar con el material de la caja de patio 3 estaciones de ejercicios deportivos (fútbol, basquetbol y voleibol) y la participación de 3 padres de familia un por estación

Inicio:

Dé la bienvenida al grupo y pregunte ¿qué beneficios creen que les da realizar actividades físicas? Recupere las respuestas relacionadas con la salud. Pregunte ¿qué lugar es adecuado para hacer ejercicio? Recupere las respuestas relacionadas con los parques, la escuela, los gimnasios, algún lugar de la casa que sea amplio, etc. Pregunte ¿qué actividad física realizas en tu tiempo libre? Recupere y propicie la participación de la mayoría. Aplique la secuencia de Ritmo y Movimiento 8x8, con énfasis en las secuencias 7 y 8. Los participantes deben realizar desde la secuencia 5 hasta la 8. Pregunte de manera animada ¿quién quiere participar en un juego?

Desarrollo:

Organice al grupo en 3 equipos de trabajo. A cada equipo asigne una estación e indíqueles que deben practicar el deporte que en ella se encuentre. A la señal, puede ser un silbatazo, deben hacer cambio de estación. Los equipos deben anotar goles y encestar canastas tantas veces sea posible. Recuérdeles ir registrando sus puntos. Propicie el cálculo mental a la hora de hacer las sumatorias. Estos puntos pueden o no, sumarlos a los del rally activo. Haga una actividad de respiración profunda. Indique a los participantes que tomen aire por la nariz, simultáneamente deben subir los brazos; posteriormente, que lo saquen por la boca, simultáneamente bajan los brazos. Repita lo mismo tres veces.

Cierre:

Organice al grupo en un círculo en medio del patio y pregunte ¿quién nos quiere compartir la actividad que más le ha gustado? Recupere varias participaciones.

Pregunte ¿qué aprendiste hoy? Recupere la mayor cantidad de participaciones.

Realice una breve caminata por la escuela haciendo ejercicios de respiración.

SESIÓN 11

CIRCUITOS ACTIVOS 2

Propósito:

El desarrollo de la motricidad gruesa y la coordinación.

Consideraciones previas:

Estación 1 llantas

Estación 2 palos con resortes

Estación 3 colchonetas

Bocina Y USB con música

Tres padres de familia uno para cada estación

Inicio:

Dé la bienvenida al grupo y pregunte ¿Cómo se sienten hoy? ¿Quién trae energía y ganas de trabajar?

Realizar un calentamiento corporal con música.

Desarrollo:

Organice al grupo en 3 equipos, señale que cada equipo debe pasar por las estaciones que se encuentran en el patio. En esta ocasión la primera es pasar entre las llantas de distintas formas, la segunda reptar debajo de unos resortes largos y la tercera practicar la rodada en unas colchonetas.

Cierre:

Realice un dibujo de su experiencia en la actividad.

Comente los dibujos con los niños.

SESIÓN 12 FÚTBOL BASE 1

Propósito:

Desarrollo de la motricidad y creatividad en la acción motriz.

Consideraciones previas: Para esta sesión debe prever el uso de un pandero o tambor; además, preparar balones de futbol y dos porterías también puede tener como apoyo un rota folio y plumones para que los equipos vayan anotando sus goles.

Inicio:

Dé la bienvenida al grupo. Indíqueles que la primera actividad que van a realizar hoy se llama “Sigue mi ritmo”. La actividad consiste en que, el monitor marca un pulso constante con el pandero o tambor, los participantes deben seguirlo con distintas formas de desplazamiento. Cuando usted haga una pausa, ellos deben detenerse y quedar inmóviles. Hay dos variantes para reanudar la marca. Si la reanuda haciéndola más rápido, los participantes deberán moverse para atrás. Y si la reanuda como antes, los participantes se siguen moviendo de manera libre. Puede agregar complejidad en los movimientos.

Desarrollo:

Organice al grupo en equipos de igual cantidad de participantes, procurando que los equipos en total den un número par, puesto que para jugar futbol se necesitan dos equipos. Con el material de la caja de patio, forme, con apoyo de 3 o 4 voluntarios, las porterías dependiendo de la cantidad de los equipos. Promueva que todos los participantes interactúen con el balón. Cada vez que un participante haga gol, proporciónale un plumón para que con un círculo, un tache o una paloma marque su gol en la casilla de su equipo. Para aumentar el reto, permita que se juegue con dos balones a la vez. Pida a un voluntario de cada equipo hacer la suma de los goles utilizando el cálculo mental. Otorgue a los participantes unos minutos para inhalar y exhalar.

Cierre:

Felicite a los participantes por lo bien que lo hicieron. Haga un ejercicio de relajación. En primer lugar, mencione a los participantes que deben moverse como si fueran un robot, con movimientos rígidos y músculos muy tensos. A continuación, deles una señal visual o auditiva para que deje de tensar los músculos y se convierta en un muñeco de trapo, es decir, abandonará la rigidez y pasará a un estado más blando. En este proceso, vaya guiando para indicarle cuándo está tenso y cuando relajado.

SESIÓN 13 4X8

Propósito:

Integración de la corporeidad, aspecto percepción espacio temporal estableciendo el ritmo

Consideraciones previas: para esta sesión debe colocar material deportivo a lo largo y ancho del espacio de trabajo (patio) simulando obstáculos. De igual manera, debe hacer tantos puntos con gis como participantes hayan, alrededor de todo el patio. También debe contemplar el uso de una grabadora para reproducir la música propuesta.

Inicio:

Dé la bienvenida a los participantes y pregúnteles ¿cómo se sienten hoy? indique que hagan gestos con la cara expresando su sentir. Usted puede empezar haciendo una gran sonrisa, misma que propicie las sonrisas de los participantes. Propicie una caminata alrededor del espacio yendo para atrás. Mencione que el participante que choque con los compañeros/as o con algún elemento de la escuela o material, pierde y debe pagar una penitencia. Asigne la penitencia a los participantes que perdieron. Apóyese de las ideas de los demás para la penitencia.

A continuación, mencione que van a jugar a “Las Estatuas de Marfil”, los participantes se desplazan libremente por el espacio de trabajo, rebasando todos los obstáculos, mientras usted canta: “A las estatuas de marfil, uno dos y tres así, el que se mueva baila el twiss”. Al terminar la canción, los participantes deben quedarse como estatuas. Quien se mueva primero pierde y al final debe pagar una penitencia. Puede apoyarse de las ideas de los niños para asignar las penitencias.

Desarrollo:

Organice al grupo en equipos de 5 integrantes. Indíqueles que cada grupo debe formar la figura que usted mencione. Por ejemplo, equipos en forma de cuadrado. Equipos en forma de círculo. Equipos en forma de triángulo. Equipos en línea recta. Equipos en línea curva. Propicie un fuerte aplauso. Practique los ejercicios de Ritmo y Movimiento 8x8. Elija la música que considere pertinente.

Haga énfasis en la práctica de los primeros 4 ejercicios de la secuencia 8x8, marcando los cambios, para que los participantes los realicen cada 8 tiempos, (de ser posible formando líneas y/o figuras geométricas), los participantes deben contar en voz alta y realizar la secuencia completa de los ejercicios practicados durante todas las sesiones anteriores.

Cierre:

Conversar con los niños acerca de cómo se sintieron en la actividad, repartir una hoja blanca para dibujar lo que más les gusto de la sesión.

SESIÓN 14 8X8

Propósito:
Expresión corporal.

Consideraciones previas: Para esta sesión se necesita una bocina, USB con música, aros y mesitas para los refugios.

Inicio:

Dé la bienvenida al grupo y mencione que van a realizar una actividad llamada “los aros musicales cooperativos”. La actividad consiste en que los jugadores forman un círculo y colocan sus aros en el piso situándose de pies fuera de los mismos. Mientras suena la música, todos se mueven a su ritmo dando vueltas alrededor, siempre en el mismo sentido. Cuando la música deje de oírse, todos buscan un aro en el cual meterse y cada vez se va retirando un aro. El objetivo del juego es ver cuantos participantes son capaces de meterse en un aro. Varios participantes pueden compartir un mismo aro.

Desarrollo:

Previamente prepare el material de la caja de patio para que 5 o 6 voluntarios construyan dos refugios. Invite a los participantes a jugar “Cuidado con el lobo”. Se colocan dos refugios separados, en uno estarán todos los participantes a excepción del que hará de lobo y se colocará en el centro del patio. Los participantes del refugio cantarán “Juguemos en el bosque, mientras el lobo no está, porque si el lobo aparece a todos nos comerá”. El lobo dirá “¿quién le tiene miedo al lobo?” Los demás contestarán ¡Yo no! y rápidamente todos saldrán corriendo del refugio. El lobo tratará de tocar al mayor número de niños que se convertirán en lobos. Gana el participante que quede al último.

Cierre:

Haga un ejercicio de respiración profunda, inhalando y exhalando aire. Realice un ensayo general con música, de la demostración general de los ejercicios de Ritmo y Movimiento 8x8. Aplique una técnica de respiración profunda.

PROPOSITO:

Integración de la Corporeidad y creatividad en la acción motriz

Consideraciones previas: para esta sesión necesitara caja de patio con figuras geométricas, hojas blancas y marcadores

Inicio:

En esta sesión iniciaremos con el juego **“LOS SALUDOS”** De forma libre sin salirse de un espacio delimitado Los niños se desplazan de distinta formas y con los compañeros que se crucen se van saludando de diferentes maneras según se les vayan indicando:

Andando: saludo chocando manos derechas, decimos “hola que tal”. Andando rápido: chocando las manos izquierdas, decimos “adiós que tengo prisa”. Trotando: toco el hombro derecho de mi compañero diciéndole, “qué pasa tío”. Marcha atrás: chocamos nuestros traseros y decimos “plom, plom”. Desplazamiento lateral: juntamos manos distintas, damos un giro y decimos “hasta luego Lucas”. Pata coja pisando con la pierna derecha: saludamos ponemos la misma mano apoyada con el dedo pulgar en la frente y moviendo los dedos y diciendo “kikiriki”. Cambiamos a pata coja con la izquierda y repetimos saludo, pero ahora con la mano izquierda ,Dando saltos a pies juntos: nos tomamos de la mano y saltamos tres veces juntos diciendo “boing, boing, boing..Posteriormente organicemos al grupo en un círculo para conversar ¿que son las reglas de los juegos? ¿ por qué son importantes?, tomemos y registremos los acuerdos.

Desarrollo:

Primer juego: En círculo, pida la participación de un voluntario, indíquele que le señale y diga tres figuras geométricas que vea en el patio. Solicite a otro participante que le señale tres figuras geométricas diferentes a la anterior que se encuentre en el material de la caja de patio. Repita la pregunta hasta hallar la mayor cantidad de figuras geométricas.

Solicite al grupo que cuando usted diga “círculo”, todos deben moverse en zigzag. Cuando diga “cuadrado”, todos deben moverse haciendo de cojito. Cuando usted diga “triángulo”, todos deben dar pequeños brincos. Puede realizar más movimientos con las demás figuras geométricas que los participantes hayan recuperado.

Cierre:

Elaborar un dibujo libre de su experiencia en la clase.

SESIÓN 16 EL LABERINTO

Propósito:

Desarrollo de la motricidad

Consideraciones previas: Para esta sesión se requiere material diverso para formar laberintos como: cajas de cartón, bloques de madera, aros, cuerdas, palos, bocina y USB con música.

Inicio:

Lleve a cabo una técnica de respiración profunda.

Aplice los ejercicios 5 al 8 del Ritmo y Movimiento 8x8. Procure ligar las secuencias de ejercicios del 1 al 8, en una sola evolución, por ocho tiempos cada uno.

Desarrollo:

Reforzamiento Lúdico - Juegos Tradicionales.

Indique a los participantes que ahora van a jugar “El laberinto”. Para ello, organice al grupo en 3 equipos de trabajo. El juego consiste en que el monitor presenta a los participantes un ejemplo de laberinto que ha construido con los materiales de la caja de patio, enfatizando en que observen los retos y obstáculos que lo componen, los participantes deberán construir por equipo uno propio, lo recorrerán y posteriormente podrán intercambiar espacios con los otros equipos. Una vez que todos los equipos hayan pasado por todos los laberintos, solicite que cada equipo exponga sus experiencias de construcción y qué hicieron para lograr superar los retos y obstáculos; durante la exposición pregunte ¿cuál laberinto fue más sencillo?, ¿cuál fue el reto más difícil?, ¿cómo lo resolvieron? Recupere las respuestas relacionadas con el trabajo en equipo y la comunicación.

Cierre:

Reparta a cada participante una hoja blanca para que dibujen lo que más les gustó de la sesión. Despida a los participantes haciendo movimientos de robot de manera divertida.

SESIÓN 17 ACTIVIDAD ACUÁTICA 1

Componente Pedagógico Didáctico:
Creatividad en la acción motriz.

Consideraciones previas: para esta sesión se requieren 4 albercas inflables llenas de agua y globos con agua. Es necesario citar a los padres de familia para que al final de la sesión cambien de ropa a los niños.

Inicio:

Vamos a iniciar esta actividad acuática con el juego de la papa caliente, donde los niños se forman en círculo, mientras cantamos pasamos un globo con agua de mano en mano el que se quede con él al final del coro se lo rompe en la cabeza canción: la papa caliente estaba en un sartén, tenía mucho aceite ¿quién se quemó? 1, 2,3

Dar las reglas para usar y jugar en las albercas para la seguridad de los niños.

Desarrollo:

Una vez que los niños están ambientados con el agua al terminar el juego previo entraran a las albercas y desarrollaran juego libre con precaución.

Cierre:

Secar y cambiar de ropa a los niños.

Comentarios finales acerca de la actividad ¿te gusto la actividad acuática? ¿Cómo te sentiste? ¿Qué hiciste en la alberca?

SESIÓN 18

RALLY MOTRIZ

Componente Pedagógico Didáctico:

Integridad de la corporeidad

Consideraciones previas: Para esta actividad se requiere preparar el siguiente material: juego de boliche gigante, cartulinas de colores y material para lanzar (fichas o bloques de plástico), sillas pequeñas resistentes, zancos, pelotas de vinil y mini canasta de basquetbol.

Inicio:

Saludarse con el coro: saludar las manos compañero.... ir mencionando diferentes partes de su cuerpo.

Desarrollo:

Prueba 1.Los bolos

Con este juego popular los niños trabajan los brazos y las piernas en el lanzamiento. Además, aprenden a coordinar los movimientos con la intención de tirar el mayor número de bolos posibles.

Prueba 2.Puntería de colores

Podemos trabajar la destreza en los lanzamientos con unas cartulinas de colores y algún pequeño objeto que no rueda. El juego trata de colocar las cartulinas de distintos colores en el suelo y dar instrucciones para que el niño lance el objeto dentro de uno u otro color. El niño mejorará sus brazos, el movimiento del lanzamiento y asentará el conocimiento de los colores.

Prueba 3.El puente de sillas

Con este juego el niño mejora el equilibrio. Colocar un gusano de sillas en las que debe pasar por encima y en un segundo momento por abajo.

Prueba 4.Los zancos

Podemos lograr que el niño logre equilibrio y coordinación motriz al usa los zancos en espacios libres.

Prueba 5.El basquetbol

En este juego los niños mejoran la coordinación ojo-mano al encestar en repetidas ocasiones una pelota en una mini-canasta de basquetbol.

Cierre:

Elaborar y comentar un dibujo sobre la experiencia del día

PROPOSITO:

Integración de la Corporeidad y creatividad en la acción motriz.

Consideraciones previas: para esta sesión necesitara caja de patio con figuras geométricas, hojas blancas y marcadores.

Inicio:

En esta sesión iniciaremos con el juego **“LOS SALUDOS”** De forma libre sin salirse de un espacio delimitado Los niños se desplazan de distinta formas y con los compañeros que se crucen se van saludando de diferentes maneras según se les vayan indicando:

Andando: saludo chocando manos derechas, decimos “hola que tal”. Andando rápido: chocando las manos izquierdas, decimos “adiós que tengo prisa”. Trotando: toco el hombro derecho de mi compañero diciéndole, “qué pasa tío”. Marcha atrás: chocamos nuestros traseros y decimos “plom, plom”. Desplazamiento lateral: juntamos manos distintas, damos un giro y decimos “hasta luego Lucas”. Pata coja pisando con la pierna derecha: saludamos ponemos la misma mano apoyada con el dedo pulgar en la frente y moviendo los dedos y diciendo “kikiriki”. Cambiamos a pata coja con la izquierda y repetimos saludo, pero ahora con la mano izquierda, dando saltos a pies juntos: nos tomamos de la mano y saltamos tres veces juntos diciendo “boing, boing, boing...Posteriormente organicemos al grupo en un círculo para conversar ¿que son las reglas de los juegos? ¿Por qué son importantes?, tomemos y registremos los acuerdos.

Desarrollo:

Primer juego: En círculo, pida la participación de un voluntario, indíquele que le señale y diga tres figuras geométricas que vea en el patio. Solicite a otro participante que le señale tres figuras geométricas diferentes a la anterior que se encuentre en el material de la caja de patio. Repita la pregunta hasta hallar la mayor cantidad de figuras geométricas.

Solicite al grupo que cuando usted diga “círculo”, todos deben moverse en zigzag. Cuando diga “cuadrado”, todos deben moverse haciendo de cojito. Cuando usted diga “triángulo”, todos deben dar pequeños brincos. Puede realizar más movimientos con las demás figuras geométricas que los participantes hayan recuperado.

Cierre:

Elaborar un dibujo libre de su experiencia en la clase.

SESIÓN 20 JUGUEMOS CON LAS LLANTAS

Propósito:

Lograr desarrollar en el alumno la estimulación perceptivo motriz y la orientación de direcciones. Integración de la corporeidad).

Consideraciones previas: Para esta dinámica se utilizaran globos y aros.

Inicio:

Formaremos 2 filas una de hombres y una de mujeres en donde a cada niño y niña se les dará un aro lo deberán de rodar y conforme vaya rodando el aro deberán caminar correr y trotar.

Nos colocaremos en círculo y nos meteremos en el aro en la forma sentada, flexionaran el tronco en la parte de enfrente para recogerlo, lo subirán y lo pasaran por todo el cuerpo terminando de realizar dicha dinámica repetirán este nuevamente.

Tomaran distancia lateralmente, y lanzaran el aro con una mano mientras que con la otra mano lo atraparan, patearan su aro con un pie y después con el otro.

Jugaremos a los encantados en donde se pondrán a correr y la maestra deberá encantarlos al momento de tocarlos en la parte del hombro estos ya no podrán moverse a menos de que pase un compañero y los toque del hombro diciendo desencantado.

Formar un círculo diciendo ponerse como un bombón es decir inhalar ponerse como un jamón es decir exhalar

Desarrollo:

Correr alrededor de una llanta y a la hora de escuchar a la maestra silbar sentarse sobre la llanta, se desplazaran por el borde de las llantas midiendo su distancia para no chocar con sus compañeras, se desplazaran a gatas por el borde las llantas cuidando su distancia, por ultimo tomaran una llanta y la irán rodando por el alrededor del patio con una mano y posteriormente con la otra mano.

Jugaremos a la carrera de llantas en donde se juntaran por parejas de 2 el equipo debe estar formado de 3 o 4 niños , deberán transportar su llanta de un extremo a otro , ganara el equipo que todas las parejas que conforma el equipo haya pasado y terminado en el menor tiempo posible.

Cierre:

Cantaremos dormir cantaran los gallos de san Agustín se deberán acostar y simular que duermen , se contara 1,2,3 despertaran y conversaremos acerca de que les gusto de la actividad, cual fue lo que más se les dificultó, ellos , que actividad ellos sugerirían. Pidamos a cinco niños que guarden el material, dibujemos en una hoja la actividad más significativa para ellos.

SESIÓN 21 RESPUESTAS MOTRICES

Propósito:

Creatividad en la acción motriz.

Consideraciones previas. Para esta dinámica se hará uso de palos y pañuelos de tela, cartulina, crayolas.

Inicio:

Caminaremos por el patio y en cuanto diga la maestra ando alegre los alumnos deberán mostrar las actitudes que ellos tienen cuando están alegres, tristes, enojados, etc.

Con el pañuelo de tela lo agitarán por encima de la cabeza, a los hombros, después lo colocarán en el piso y deberán saltar sobre él, después deberán lanzarlo y cazarlo.

Tomarán aire y lo soltarán por la boca, Silbarán la canción de una mosca pegada en la pared

Desarrollo:

Se les explicará que van a ver tres señales que estarán ubicadas la primera en el chapoteadero, la segunda en la dirección y la tercera en el salón de 2º “C”, cuando la maestra aviente el pañuelo hacia arriba, deberán correr a la primera señal, cuando la maestra levante el palo (bastón), correrán a la segunda señal al aproximarse a la señal llegarán saltando, cuando la maestra levante el pañuelo y el palo correrán a la tercera señal y al aproximarse a la tercera señal deberán acostarse. La actividad se irá haciendo más compleja al realizarlo con más rapidez.

Jugaremos a ordenes contrarias en donde la maestra cuando de una orden los alumnos deberán ejecutar lo contrario de esta ejemplo: Acostarse / quedarse de pie., brincar/sentarse, etc.

Transportar el palo con diferentes partes del cuerpo, mano, pierna, pie, los niños opinarán con que otra parte del cuerpo lo pueden transportar. Posteriormente se formarán en un equipo de, dos niños tomarán los palos con las manos por los extremos y el tercero se sentará en medio de los palos simulando que es una silla y entre los dos lo cargarán, se cambiarán los roles y ellos buscarán la estrategia para evitar que se caiga el compañero que está sentado

Cierre:

Para concluir los niños harán tres respiraciones profundas buscarán un lugar como en el círculo para compartir cual fue la estrategia que buscaron para no caerse, escuchar con atención sus alternativas y darles un aplauso por su esfuerzo, al final se les dará una cartulina para que en equipo dibujen su experiencia.

SESION 22 ACTIVIDAD ACUATICA 2

Propósito:

Estimulación perceptivo motriz elemento principal experiencias motrices básicas.

Consideraciones previas: Para esta sesión se utilizaran círculos color rojo, verde, amarillo, popotes, esponjas y barcos de papel, chapoteadero.

Inicio:

iniciar el calentamiento con la canción “el burrito” un burrito muy chiquito, y orondo al caminar, caminaba despacito pues le gustaba mas ja,ja,ja cambiar la consignas de movimiento y mover las manos colocándolas en la cabeza como si fueran orejas.

Desplazarse por el patio controlar la acción mediante estímulos visuales, si se muestra un circulo de color rojo hacer alto, si se muestra un circulo de color verde correr, si el circulo es amarillo caminar. Por parejas, frente a frente tomándose de los hombros, realizar flexión del tronco al frente, parados, tomarse de los tobillos o de entre las piernas realizar flexión y extensión de piernas. Soplar atreves de un popote al cabello de un compañero u otros objetos. Motivar al niño diciendo “están listos para realizar nuestras actividades acuáticas”.

Desarrollo:

Empecemos a jugar con esponjas y agua, mojándose las manos, cara, brazos, etc, pasar por charcos de agua caminando saltando o corriendo, boca abajo en la orilla del chapoteadero introducir las manos y moverlas libremente, sentados en la orilla del chapoteadero mover dentro del agua libremente los pies. Entrar y salir de chapoteadero. Entrar y salir del chapoteadero, sin soltar la orilla. Recorrer el chapoteadero tomado de la orilla. Imitar ranas o patos, desplazándose en el chapoteadero. Ejecutar saltos por pareja o tercia. Correr por el chapoteadero y a una señal sentándose. Soplar un barco de papel tratando de desplazarlo de un extremo al otro del chapoteadero.

Juegos organizados: “El tiburón y el lobo” desplazar por el chapoteader, a la voz de ¡AHÍ VIENE EL TIBURON!, salir del chapoteadero y a la voz de ¡AHÍ VIENE EL LOBO!, METERSE NUEVAMENTE.

Cierre:

Imitar el baño diario con regaderas, secarse, vestirse preguntar a los niños que les parece la actividad, como se sintieron, plasmar sus experiencias con un muro colectivo.

SESIÓN 23 ACTIVIDAD CON CUERDAS

Propósito:

Desarrollo de la motricidad (equilibrio).

Consideraciones previas:

Para esta sesión se utilizarán cuerdas, popotes y una caja con artículos de higiene.

Inicio:

Esta sesión iniciaremos con un saludo espontáneo y propuesto por los niños, posteriormente realizaremos el saludo a través del coro “en otoño” en otoño las hojitas de los árboles se caen, viene el viento las levanta y se ponen a bailar (correr, saltar, gatear, etc.) realizar las acciones al desplazarse por el patio, acompañándolas con palmadas. Alternar los siguientes movimientos sucesivamente: golpear el piso con uno y otro pie, dar dos palmadas. Aumentar número de pisadas y palmadas. Por equipos de cuatro, unir sus cuerdas, dos compañeros las agitan en el piso mientras los otros dos, saltan esquivando la cuerda. Por parejas, niño y niña, el niño coloca su cuerda alrededor de la cintura de la niña, esta trata de correr y el niño la detiene con la cuerda; cambiar papeles. Con un popote jalar aire, tapar el popote y retener el aire y luego expulsar lentamente el aire.

Desarrollo:

Formemos un círculo para explicar y realizar las siguientes actividades desplazarse por el patio con los ojos tapados y saludar, adivinando que compañero se encuentra en su camino jugar “el lazarillo”, por parejas, uno delante del otro el de atrás con los ojos cerrados apoya sus manos en los hombros del de adelante quien lo guía por el patio. Frente a frente, por parejas, elevar una pierna de manera que su compañero la pueda tomar con la mano del lado que corresponde, al mismo tiempo tomar de igual manera la pierna del compañero realizar así giros saltando. Por parejas, caminar sobre cuerdas paralelas en el piso saltar con pies separados sobre las cuerdas parados con pies juntos, entre las cuerdas, saltar y con pies separados sobre las cuerdas. Un compañero tomar las dos cuerdas y las mueve como viboritas en el piso, el otro las salta, evitando pisarlas.

Cierre:

Con un popote jalar aire, tapar el popote y retener el aire un momento, luego expulsarlo lentamente, sentarnos en un círculo preguntar a los pequeños ¿por qué es importante tener higiene después de una actividad física? mostrar a los niños la caja con algunos objetos ocultos para su aseo (jabón, toalla, cepillo, etc.), un alumno saca un objeto de la caja y con mímica muestra a sus compañeros que hacer con él. Posteriormente se les dará una hoja blanca donde los niños registraran la actividad que más les haya gustado.

SESIÓN 24 ACTIVIDAD LA CUERDA LARGA

Propósito:

Desarrollo de la motricidad (flexibilidad general).

Consideraciones previas:

En esta sesión se utilizaran cuerdas grandes una o dos.

Inicio:

Saludarse con un choque de manos a todos sus compañeros. Posteriormente por tercias tomados de la mano, el alumno del centro de cada tercio cerrara los ojos, los otros dos lo guían por todo el patio intercambian posiciones. Por parejas, uno atrás del otro, el de atrás cierra los ojos y toma al de adelante por los hombros seguir al guía y tratar de hacerlo que le indica su compañero, que a su vez indica su maestra quien actúa sin hablar, sugiere ejercicios sencillos a manera de calentamiento. Realizar movimientos en su lugar haciendo paso yogui (elevación de muslos alternada con su braceo), a diferente velocidad. Simular inflar y desinflar un globo lentamente.

Desarrollo:

Formar con el grupo uno o dos grandes círculos, cada círculo tendrá en sus manos una cuerda grande atada en forma de círculo también, caminar hacia la derecha o la izquierda, subir y bajar la cuerda, hacer alto, lanzar la cuerda hacia arriba y recibirla todo el grupo en cuclillas. Parados con las piernas separadas hacer circular la cuerda hacia la derecha o izquierda pasándola entre sus manos, mientras mantienen el tronco flexionado al frente. Colocar la cuerda(círculo) en el piso acostarse boca arriba fuera del círculo que forma la cuerda, en esa posición flexionar el tronco de manera que pueda tocar la cuerda con los pies, al llevar estos hacia la cabeza (repetir la acción no más de tres veces intercalando descanso). Acostados boca arriba dentro del círculo que forma la cuerda, tomar la cuerda con extensión de brazos y llevarla hacia el centro del círculo, al flexionar el tronco hacia a delante y regresar (repetir la acción no más de tres veces cada serie intercalando descanso).

Cierre:

Formar una cadena acostados en el piso colocar la cabeza sobre el estómago del compañero hacer tres respiraciones profundas cuestionar a los niños como se sintieron que fue lo que más les gusto y que fue lo que más les dificulto. Registrar por medio de sus dibujos sus opiniones.

SESIÓN 25 EXPRESION CORPORAL

Propósito:

Integración de la corporeidad ubicación espacio temporal estableciendo el ritmo.

Consideraciones previas: se necesitara una bocina, memoria y pandero.

Inicio:

Saludarse por medio de un abrazo con todos sus compañeros, posteriormente caminar por el patio y contestar repetidamente con movimientos de cabeza a una pregunta de la maestra ejemplo: están contentos, los niños contestan si, si, si, si, si (moviéndola cabeza adelante y atrás), están enojados, no, no, no, no, no (mueven la cabeza a la izquierda y derecha), aumentar con movimientos de no sé (levantar y bajar hombros), ¿lloverá hoy? Contestaran no sé, no sé, no se combinaran los tres movimientos caminar por el patio imitando con sus brazos la hélice de un avión. Hacer tres respiraciones profundas.

Desarrollo:

Formar un círculo al tomarse de las manos aplaudir o patear en el piso al ritmo que se le marque con el pandero cantar: cuando tengas ganas de aplaudir si tú tienes la razón y no hay oposición no te quedes con las ganas de aplaudir y así se irán realizando otras acciones chasquear, saltar, chiflar, correr, etc. jugar a la orquesta de animales (jirafas, osos y elefantes) jirafas siguen el ritmo con la voz, los osos siguen el ritmo con los pies y los elefantes con las manos con la canción de la raspa. Experimentar el ritmo propio ejecutando movimientos libres al compás de una melodía infantil muy rítmica utilizar la memoria mezclada con varios ritmos para experimentar cambios inesperados. Bailar libremente al ritmo de otra melodía, de preferencia folklórica. Cantar “El lagarto y la lagartija” siguiendo el ritmo con palmadas salieron a tomar el sol, en invierno porque hace frío y en verano por el calor. Jugar al cazador de animales. Uno o dos serán los cazadores y tendrán que atrapar a los animales.

Cierre:

Sentarse libremente, cerrar los ojos inhalar y exhalar profundamente tres veces, cuestionar a los niños como sintieron que sensaciones experimentaron a través de la actividad, estimular a los niños con un aplauso cada vez que expresen sus ideas.

SESIÓN 26 HANDBALL (BALONMANO)

Propósito:

Desarrollo de la motricidad.

Consideraciones previas: Para esta sesión debe preparar balones de futbol, portería, botes pelotas pequeñas de plástico, También puede tener como apoyo un rotafolio y plumones para que los equipos vayan anotando sus goles.

Inicio:

Dé la bienvenida a los participantes e indíqueles que para empezar esta sesión, ellos deben imitarlo. Desplácese por el espacio iniciando desde un lado, yendo “como tortugas”, “como canguros”, “como arañas”, etc., hasta que llegue al otro lado del espacio.

Indíqueles que van a jugar a la “La Tía Mónica” y el equipo que cante más fuerte gana. El juego consiste en: Cantar “Yo tengo una tía, la tía Mónica, que cuando va al mercado le gritan ula la, ula la. Así se mueve (moviendo la cintura en círculos) la tía Mónica, así se mueve (poniendo las manos en la cabeza y girar meneando la cadera) así, así, así”. Los participantes imitan los movimientos que realiza el monitor. Repita la canción con diferentes formas de mover el cuerpo con pasos de baile. A continuación, organice al grupo en parejas. A cada una proporcionele un bote y una pelota. La actividad consiste en que un participante lanza la pelota hacia el otro, y éste debe atraparla con el bote. A la señal cambian de material para que los dos participantes tengan la oportunidad tanto de lanzar, como de atrapar. Solicite el apoyo de 3 o 4 participantes para recoger el material de trabajo y guardarlo en el lugar que usted les indique.

Haga una actividad de respiración profunda. Indique a los participantes que tomen aire por la nariz, simultáneamente deben subir los brazos; posteriormente, que lo saquen por la boca, bajen los brazos. Repita lo mismo tres veces.

Pregunte ¿conocen como se juega handballl , quieren saber que deporte es?

Desarrollo:

Organice al grupo en equipos de igual cantidad de participantes, procurando que los equipos en total den un número par, puesto que para jugar balonmano se necesitan dos equipos. Con apoyo de 3 o 4 voluntarios, coloque las porterías. Para jugar el balonmano, cada equipo tiene que lanzar, rebotar y pasar el balón a fin de anotar goles contra el equipo contrario

Promueva que todos los participantes interactúen con el balón. Cada vez que un participante haga gol, proporcionele un plumón para que con un círculo, un tache o una paloma marque su gol en la casilla de su equipo.

Para aumentar el reto, permita que se juegue con dos balones a la vez. Pida a un voluntario de cada equipo hacer la suma de los goles utilizando el cálculo mental. Otorgue a los participantes unos minutos para inhalar y exhalar.

Cierre:

Solicite a 3 o 4 voluntarios para ayudar a organizar el material de trabajo. Proporcione una hoja blanca para que dibujen lo que más les gustó de la sesión. Recoja y guarde los dibujos.

SESIÓN 27 LINEAS DIVERTIDAS

Propósito: Desarrollo de la motricidad.

Consideraciones previas: Para esta sesión necesitará aros y pelotas de plástico, gises, hojas y crayolas

Inicio:

Dé la bienvenida a los participantes y pregunte ¿quién me dice cuáles son los estados de ánimo de una niña o niño? Recupere las participaciones relacionadas con los sentimientos y emociones, también aspectos relacionados con la película Intensa-mente.

Indíqueles que van a jugar a “Gansos y escopetas”. Para ello, organice al grupo en parejas. A cada una proporcione un aro y una pelota de plástico. El juego consiste en que los participantes se ubican a una distancia de 3 a 5 m. uno del otro. El participante que tiene el aro, lo sostiene a ras del suelo, de tal manera que el que tiene la pelota la intente atravesar por medio del aro. La altura del aro puede ir aumentando y también se puede lanzar levemente al aire para que el otro participante procure hacer pasar la pelota a través de éste. A su señal, los participantes se intercambian el material para que los dos tengan la oportunidad de lanzar y sostener. Indique a las parejas hacer una fila para que guarden el material en el lugar que usted les indique.

Desarrollo:

Indíqueles que el juego se llama “Las Líneas Divertidas”. Pregunte ¿alguien sabe qué es una línea?, ¿qué tipos de línea existen? Recupere las respuestas y solicite a un voluntario que represente un tipo de línea que hayan mencionado. Pregunte ¿cómo se llaman las líneas? Recupere las respuestas en relación a rectas y curvas. Atienda los comentarios de los participantes si alguno menciona un tipo de dirección, vertical, horizontal, diagonales, mixtas. Invite a los participantes a trazar con gises de colores en el piso del patio diferentes formas de líneas rectas y curvas. Enseguida, organice al grupo en parejas y a cada una proporcione una pelota de plástico e indíqueles que deben lanzarla siguiendo la trayectoria de las líneas trazadas en el piso, pueden agacharse para ir la llevando con sus manos por las líneas.

Introduzca la canción “Bota, bota la pelota” (bota la pelota, bótala con fuerza, mírame botarla sin hacer esfuerzo); indique que deben intercambiar la pelota con su pareja mientras usted canta y cuando usted de la señal (puede ser un silbatazo o un fuerte aplauso), ellos deben quedarse inmóviles con la pelota en las manos. Siga cantando e indique que ahora la deben rodar sobre el suelo y al escuchar la señal se acostarán sobre ella. Siga cantando e indique que ahora la deben lanzar con las dos manos y al escuchar la señal, deben agarrar la pelota y ponerla debajo de sus pies. Recuérdeles en todo momento que el trabajo es en parejas. Siga cantando e indique que ahora deben girarla como un trompo y al escuchar la señal, se acostarán boca arriba y uno debe ponerle la pelota sobre la barriga del otro. Propicie un fuerte aplauso y solicíteles que cada pareja lleve las pelotas a donde usted les indique para guardarlas.

Cierre:

Haga una relajación. Indique a los participantes caminar alrededor del espacio como tortugas. Mencione: vamos caminando lento, muy lento. De repente, vemos un peligro y nos metemos en el caparazón. Para ello, debe agacharse y hacerse “bolita”. Invite a los participantes para que lo imiten. Repita 3 o 4 veces el ejercicio. El que no se haga como bolita paga penitencia. Reparta a cada participante una hoja blanca para que dibujen lo que más les gustó de la sesión. Recoja y guarde los dibujos.

SESIÓN 28 RALLY ACTIVO 2

Propósito:

Desarrollo de la motricidad

Consideraciones previas: Para esta sesión va a necesitar la lista con el nombre de los participantes de cada equipo para el rally y la hoja rotafolio donde se anotaron los puntos que cada equipo acumuló, vigas, sillas, mesas, resortes, costalitos, brinca brinca y un padre de familia como apoyo para cada ocasión.

Inicio:

Dé la bienvenida a los participantes y pregunte ¿quién me dice qué actividades realizamos en el rally de la semana pasada?, ¿alguien se acuerda de su grupo? Recupere la mayor cantidad de participaciones.

Mencione que antes de iniciar con el rally van a realizar una actividad llamada “¡Auxilio salvavidas!”. La actividad consiste en: tres o cuatro participantes llevan una pelota de vinil y son “perseguidos”; otros tres o cuatro participantes llevan un aro y son “salvavidas”. El resto de los participantes corre por el espacio de trabajo intentando no ser tocados por los perseguidores. Si uno es tocado, se queda en el sitio y permanece inmóvil como una “estatua” y grita muy fuerte “¡auxilio salvavidas!”. Los que llevan el aro tienen que ir a salvar a los jugadores que piden ayuda, haciendo pasar al compañero por dentro del aro, desde la cabeza hasta los pies. Opciones de aplicación: realizar la misma acción de salvamento, sólo que ahora los dos se agarran de la mano y siguen intentando salvar a sus compañeros. Aumentando cada vez más al tamaño de la cadena.

Haga un ejercicio de respiración profunda. Indique a 3 o 4 voluntarios guardar el material en el lugar que usted les indique.

Desarrollo:

Implemente el Rally Activo de 6 retos. Para ello, ejemplifique al menos una actividad del rally activo, otra del reto físico y la dinámica para obtener puntos. primera actividad caminar por la viga, segunda actividad caminar sobre las sillas arriba como si fueran un puente, tercera actividad pasar por abajo de las mesas gateando, rodando, cuarta actividad colocarse el costalito en la cabeza mantener el equilibrio y transportarlo de un lugar a otro, quinta actividad brincar con el brinca, brinca, sexta actividad jugar el resorte se organiza con tres compañeros, dos lo sujetan colocándose entre las piernas y el otro compañero brinca adentro, afuera, del lado derecho, izquierdo.

Al concluir el rally, invite a los participantes para que se desplacen libremente, haciendo énfasis en la respiración adecuada para su recuperación, mientras reflexiona acerca de su experiencia en el mismo preguntando si les gustó el juego, si les gustaría volver a jugarlo, etc.

Cierre:

Haga la suma total con el apoyo de los participantes; éstos pueden estar sentados a su alrededor, y escriba el resultado debajo de cada suma. Pregunte ¿cuál es el equipo ganador? Recupere las respuestas de quienes mencionen los números más altos. Pregunte ¿por qué ellos son los ganadores? Recupere las respuestas que comparen los números, así como las relacionadas con el trabajo en equipo.

Propicie una porra para el/los equipo/s ganador/es.

Indique que ahora van a realizar movimientos para poner a descansar sus músculos. Para ello, solicíteles que respiren como león. Posteriormente, indíqueles que respiren como una hormiga. El fin es que los participantes terminen respirando como hormigas.

Reparta a cada participante una hoja blanca para que dibujen lo que más les gustó de la sesión. Recoja y guarde los dibujos.

SESION 29 JUEGOS EN MOVIMIENTO

Propósito:

Creatividad en la acción motriz.

Inicio:

En parejas crear un saludo y presentarlo a los demás para que todos nos saludemos de las formas que cada pareja propuso, a continuación jugaremos el juego ganso, pato, Todos los niños se sientan en el piso formando un círculo. Una persona es el "ganso" y el resto son "patos". El ganso camina por afuera del círculo, dándoles golpecitos en la cabeza a los patos y diciendo "ganso". El jugador le toca la cabeza a uno de los participantes y grita "¡Ganso!". El pato seleccionado se levanta y corre al ganso alrededor del círculo. El ganso corre y trata de llegar al asiento vacío y se sienta antes de que el pato lo pueda alcanzar. Si lo logra, el ganso se queda sentado con el resto de los patos y el nuevo ganso comienza el juego nuevamente. Si el primer ganso es alcanzado por el pato, éste se debe sentar en el centro del círculo y el juego continúa. A medida que hay más niños que son alcanzados, el círculo se cierra más y la carrera es más desafiante. La persona que queda última parada es el ganso ganador.

Desarrollo:

A continuación, indique a los participantes que van a jugar a "Un kilómetro a Pie". Pregunte ¿alguien sabe qué es un kilómetro? Recupere las respuestas relacionadas con la distancia. El juego consiste en que el monitor enseña la siguiente canción: "Un kilómetro a pie ya hice, ya hice. Un kilómetro a pie ya hice con mis pies". Los participantes deben repetir la canción desplazándose libremente por el área; una vez terminen de cantar, esperan a que el monitor indique el lugar al que han llegado. El monitor menciona un lugar que forma parte del contexto escolar por ejemplo: "el parque" y pregunta ¿saben dónde está? Propicie la participación de todos los participantes. Puede preguntar por los sanitarios, el salón de primer grado, de segundo grado, de tercer grado, la puerta de entrada del colegio, la cafetería, la dirección, la enfermería, la biblioteca, la cancha, etc.

Posteriormente juguemos Juego: ¿Qué hora es, Señor fox? , Los niños se agrupan a un lado de la sala y el adulto (el Señor Fox) se para en el lado opuesto. El adulto hace una señal y los niños dicen "¿Qué hora es, Señor Fox?". El Señor Fox responde, "¡Es hora de saltar!". Los niños saltan en dirección al Señor Fox, hasta que éste les dice que paren. Repita esto, usando diferentes movimientos (saltar, gatear, caminar hacia atrás) hasta que los niños llegan al Señor Fox. A medida que los niños se acercan al Señor Fox y le hacen la pregunta, la última respuesta del Señor Fox es "¡Es medianoche!". Al llegar ese momento, el Señor Fox pretende correrlos hacia la parte de la sala donde estaban los niños inicialmente. Entonces el juego puede comenzar nuevamente

Cierre:

Realizar tres respiraciones profundas, y comentar con los niños como se sintieron en estos juegos, que incrementarían ellos, registrar sus conclusiones en una hoja blanca a través de sus dibujos.

SESION 30 MI JUEGO FAVORITO

Propósito:

Creatividad en la acción motriz.

Consideraciones previas: Papel bond, crayolas.

Inicio:

Iniciaremos proponiendo entre todos un saludo con una frase de cortesía, posteriormente nos sentaremos formando un círculo para crear un cuento donde los personajes sean animales, representar a los animales del cuento caminando, reptando, gateando, saltando, etc., hacer tres respiraciones profundas, marchar y a una señal hacer una flexión y caminar tratando de tocar las puntas de los pies. Reflexionar acerca de las reglas de convivencia, el buen trato para todos, escuchar las aportaciones de los niños, para poder iniciar nuestro juego favorito preguntar a los niños están todos listos para divertirse.....

Desarrollo:

Empecemos jugando a las Escondidillas Establece las reglas. Si no pones reglas, los jugadores se esconderán en lugares que no deben. Por ejemplo, pueden esconderse en lugares peligrosos, Comienza el juego. Una vez que se haya escogido a la persona que va a buscar, ella se quedará en el punto inicial, deberá cerrar los ojos y contará hasta el número preestablecido en voz alta y a un ritmo constante. El que cuenta no puede mirar cuando los demás se estén escondiendo Una vez que la persona que va a buscar haya terminado de contar, gritará: “Listos o no, allá voy”. En este punto, deberá buscar a todos los demás que se hayan escondido. Cuando vaya a buscarlos, La primera persona a quien encuentren será quien busque en la siguiente ronda.

Segundo juego las Ollitas, consiste en balancear a una persona que se pone en posición de cuclillas agarrando sus manos entre las piernas. A cada niño niña se le pone el nombre de un objeto de cocina. Un niño compra y el otro vende, cuando el que compra adivina el nombre adivina el nombre del objeto de la cocina, entre el vendedor y comprador tiene que balancearlo 10 veces sin que se rompa si se rompe, el niño se sale del juego.

Tercer juego En este juego de los Listones se elige a un niño o niña que será el comprador y uno que será el vendedor. Los demás son los listones. Cada listón escoge color procurando que sea uno difícil de adivinar. El comprador y el vendedor repiten este diálogo (siendo el comprador el número uno y el vendedor el dos): 1toc, toc, 2 ¿Quién es?, 1 soy yo ,2 y que quería, 1 un listón, 2de que color, 1 menciona el color si hay el niño de ese color corre para que no lo alcance, pero si no hay dice 2 no hay, 1 menciona otro color, etc.

Cierre:

Inhalemos describiendo un movimiento grande y al exhalar un movimiento pequeño, preguntemos a los niños ¿Cuál fue el juego que más les gusto y por qué?, respetemos los turnos y opiniones de todos los participantes, de acuerdo a las opiniones formemos tres equipos 1 escondidillas, 2 ollitas, 3 listones y una vez conformados realizar un mural del juego que eligieron como su favorito, guardar su evidencia.

SESION 31 JUEGOS OLIMPICOS 1

Propósito:

Favorecer el desarrollo de la motricidad.

Consideraciones previas: Colchonetas, metro, balón de basquetbol cal, pelota (bala), cajas de zapatos de diferentes tamaños, palos con bote, cuerdas medallas de chocolate, micrófono, USB, bocina, cartulina, palos de bandera, marcadores, números impresos, Papel bond, crayolas, invitar a 7 padres de familia a participar como jueces.

Inicio:

Fomentar las relaciones sociales a través de dar un abrazo a todos los compañeros, sentar a los niños formando un círculo, motivarlos a participar en los juegos olímpicos, preguntarles ¿saben que son los juegos olímpicos, que deportes se realizan?, registremos sus saberes de los niños, mencionarles los deporte que se realizan y los que vamos a organizar para nuestro club. Formemos siete equipos de acuerdo a la cantidad de alumnos que haya, cada equipo decidirá cual nombre de la competencia van a realizar en un banderín y decorarlo libremente

Inscribirse en la competencia a participar (carrera de 100 mts., carrera de obstáculos, carrera de relevos, bicicleta, lanzamiento de bala, baloncesto, salto de longitud)

Desarrollo:

Estos juegos olímpicos se desarrollaran en dos sesiones, en esta sesión se practicarán los juegos en los que se inscribieron los alumnos, se realizarán las medallas, se darán a conocer las reglas, practicarán el desfile (recorrido por el que van a pasar conformando ya los equipos y eligiendo al competidor que llevara el banderín). y se pondrán de acuerdo en el número que cada participante deberá traer colocado en su playera, así como el uniforme con el que van a participar, organizar el desfile de los participantes, invitar a los padres de familia a observar los juegos, presentar a los competidores de la carrera de 100 mts, realizar la competencia, hacer la premiación, presentar a los competidores de la carrera de relevos, realizar la competencia, dar la premiación, presentar a los competidores de la carrera de obstáculos y dar la premiación.

Cierre:

Se detallara con los niños todos los puntos anteriores y se despedirán con un fuerte abrazo, e invitándolo a que sigan practicando en casa el juego olímpico que eligieron.

SESION 32 JUEGOS OLIMPICOS 2

Propósito:

Favorecer el desarrollo de la motricidad, La integración de la corporeidad y la creatividad en la acción motriz

Consideraciones previas: Colchonetas, metro, balón de basquetbol cal, pelota (bala), cajas de zapatos de diferentes tamaños, palos con bote, cuerdas medallas de chocolate, micrófono, USB, bocina, cartulina, palos de bandera, marcadores, números impresos, Papel bond, crayolas, invitar a 7 padres de familia a participar como jueces.

Inicio:

Saludarse con una frase de cortesía y motivar están todos listos, competidores, nos vamos a divertir, activar y jugar, así que vamos a disfrutar, integrarse en su equipo de competencia para realizar el desfile, pasar a los papas a la actividad.

Desarrollo:

En esta sesión se realizaran los juegos, se realiza el desfile de los participantes, invitar a los padres de familia a observar los juegos, presentar a los competidores de la carrera de 100 mts, realizar la competencia, hacer la premiación, presentar a los competidores de la carrera de relevos, realizar la competencia, dar la premiación, presentar a los competidores de la carrera de obstáculos y dar la premiación, presentar a los competidores de la carrera de bicicleta, realizar la competencia, dar la premiación, presentar a los competidores de salto de longitud y dar la premiación, presentar a los competidores de baloncesto, realizar la competencia, dar la premiación, presentar a los competidores de lanzamiento de bala y dar la premiación.

Cierre:

Estimular a todos los competidores con un beso y un abrazo, escuchar comentarios de algunos padres de familia y de algunos alumnos. Tomar algunas fotos de la actividad.

SESION 33 JUEGOS ORGANIZADOS

Propósito:

Favorecer el desarrollo de la creatividad en la acción motriz.

Consideraciones previas: USB, bocina, música grabada de la víbora de la mar, doña blanca, la rueda de san Miguel.

Inicio:

Propondrán un coro para saludarse, entonarlo entre todos. Se desplazaran al ritmo de la música, al suspenderá repentinamente los alumnos se agruparan entre amigos, en equipos de dos, de tres o cuatro, se irá aumentando el número, después caminar lo más rápido posible, lo más lento posible, al caminar ejercitar brazos arriba, abajo laterales, alternando, caminar sin hacer ruido, caminar haciendo mucho ruido.

Desarrollo:

El primer juego será “la víbora de la mar” Consiste en formar una fila de niños uno tras otro tomándose de la cintura o de un extremo de la camisa. , dos niños se tomaran de las manos haciendo el puente se pueden hacer tantos puentes como lo sugieran los niños, al iniciar la canción, A la víbora, víbora de la mar, de la mar por aquí pueden pasar, los de adelante corren mucho y los de atrás se quedarán tras, tras, tras, etc, cuando a cabe la canción los niños que están en los puentes tendrán que atrapar a un niño y este decidirá con quien irse con melón o con sandía, este juego se realizara las veces que los niños lo decidan
Segundo juego: Doña Blanca Los niños se colocan en un círculo. Un(a) niño/a (Doña Blanca) se pone en medio y otro se pone fuera del corro, es el ji cotillo. Los niños del corro cantan: "Doña Blanca está cubierta de pilares de oro y plata... romperemos un pilar para ver a Doña Blanca, quién es ese ji cotillo que anda en pos de Doña Blanca”, el ji cotillo tiene que romper el pilar para atrapar a doña blanca, únicamente puede atrapar a Doña Blanca estando afuera del círculo, si regresa a él, ya no puede ser atrapada. Si él ji cotillo agarra a Doña Blanca, ella se vuelve ji cotillo y el que era ji cotillo se integra a la rueda. Se escoge a otro niño para que haga el papel de Doña Blanca, este juego se realizara las veces que los niños lo decidan

Tercer juego: La rueda de san miguel, Los niños se toman de la mano para formar un corro y uno se coloca en el centro. El corro gira cantando y cada vez que lleguen a "que se voltee (nombre) de burro", el que está en el centro enseña a un niño y éste se voltea. El juego sigue hasta que todos los niños se hayan volteado hacia afuera.

Cierre:

Comentar sus emociones y sensaciones que sintieron en los juegos, se les repartirá una hoja para que dibujen sus sentimientos al jugar, despedámonos silbando la canción de corre maquinita. Corre, corre, maquinita, corre, corre sin parar, que en la casa mamacita ya nos quiere ver llegar, al regreso del jardín un besito nos dará, corre, corre maquinita corre, corre sin cesar.

SESION 34 JUEGOS CON RESORTE

Propósito:

Desarrollo de la motricidad

Consideraciones previas: Resorte, espejos, botes con palos.

Inicio:

Participar en “jugar con mi cuerpo”, con mis piernas, con mis piernas, dime ¿Qué puedo hacer?, propiciar respuestas variadas, correr, correr, saltar, saltar, etc., buscar varias alternativas con cada parte del cuerpo y después experimentar con diversas partes del cuerpo. Saludémonos con la actividad el saludo, caminar libremente, la educadora mencionara diferentes formas de saludo (con la mano, con el puño etc.) y los niños ejecutaran cada saludo

Desarrollo:

Formar cuatro o cinco equipos de acuerdo a la cantidad de alumnos que haya formarse en filas, el niño de adelante se pasara el resorte por todo el cuerpo empezando de la cabeza a los pies y le pasara el resorte a su compañero de atrás y a si sucesivamente hasta que pasen todos, el ultimo que se queda con el resorte lo regresara de igual forma pero ahora el empezara a pasar el resorte por los pies y lo sacara por la cabeza, gana el equipo que termine primero.

En el equipo que se encuentran con todos los resortes de sus integrantes formaran un camino en el piso haciendo líneas quebradas al terminar se formaran en fila y pasaran uno por uno caminando por encima del resorte, le darán otras variantes como pasar brincando con los dos pies junto, de cojito, alternando, gateando, corriendo, etc.

Juguemos al tren, tomaran dos resortes y formaran dos vagones es decir, si son 5 elementos, 3 estarán adentro de un resorte y los otros 2 en el otro resorte, todos los integrantes buscaran la forma de avanzar sin soltar el resorte y que a su vez se una con el de sus compañeros para que pasen libremente por el patio.

Coloquemos un resorte en un palo con el bote y el otro extremo del resorte de igual manera coloquémoslo en el bote con el palo, asa hasta formar cinco, iguales, los niños se formaran en una fila pasaran uno por uno de la siguiente forma primero por abajo del resorte, el segundo por arriba, el tercero por abajo, el cuarto por arriba y el quinto por abajo, regresarse corriendo a la fila para volver a repetir la actividad. Respirar y soplar como si apagáramos las velas del pastel, repetirlo varias veces.

Cierre:

Comentar como se organizaron y se pusieron de acuerdo para realizar las actividades por equipo, compartir sus experiencias, para finalizar tomar individualmente el espejo y observar su cara, identificar sus gestos y emociones, realizar caras y gestos, despedirse todos con un aplauso, por su desempeño en las actividades.

BIBLIOGRAFIA

Aprendizajes Clave para la educación integral. Educación Física. Educación Básica SEP 2017.

Aprendizajes Clave para la educación integral. Educación Preescolar. SEP 2017

Manual del proyecto: Diversión en Movimiento. Fase 0. SEP