

ACTIVIDADES DE CORPORAL PREJARDIN Y JARDIN PRIMER PERIODO

PROFE MARGOT GARCÍA

ACTIVIDAD UNO: 22 DE FEBRERO

¿Qué es la psicomotricidad gruesa?

La psicomotricidad gruesa tiene que ver con los movimientos amplios del cuerpo. Por tanto, se refiere a los movimientos que realizamos con piernas, brazos y el torso. Para realizar estos movimientos necesitamos agilidad y equilibrio. Ejemplos de estos movimientos serían gatear, caminar, saltar o trepar.

Es muy importante estimular los procesos de psicomotricidad, ya que contribuyen en el desarrollo cerebral y cognitivo de los niños, además porque:

- Permiten la exploración y, por tanto, el conocimiento.
- Fomentan la autonomía. Cuando los niños pueden moverse por sí solos, son más independientes ya que pueden tomar más decisiones por sí mismos.
- Mejoran la concentración, la atención y la creatividad. Por ello es tan importante que dejen moverse a los niños en su entorno y que no les obliguen a estar todo el rato sentado. También los papitos deben observar que una vez que los niños han hecho ejercicio, vuelven más dispuestos para una actividad calmada que si no han tenido ocasión de moverse en absoluto.
- Mayor rendimiento académico. El éxito escolar está ligado a las habilidades que los niños puedan adquirir más que a los conocimientos.
- Mejora su confianza. Los niños que son capaces de moverse con mayor facilidad se sienten más seguros a la hora de afrontar nuevos retos. Dejarles que intenten trepar un árbol o que suban el rodadero solos y logren avanzar en el pasamanos. Supervisarlos dándoles sensación de confianza y animarlos a que lo intenten por sí mismos.
- Hoy con algunos elementos de casita vas a realizar los ejercicios que puedas del siguiente link

https://www.youtube.com/watch?v=q5hVk9PLBz4&ab_channel=ProfeNachoTrujillo

Diviértete y comparte una evidencia a la profe MARGOT al WhatsApp 3203936704

ACTIVIDAD DOS: 1 DE MARZO

ESQUEMA CORPORAL

- Es el conocimiento que tiene el niño de las diferentes partes de su cuerpo.
- Diferenciarlas y saber su papel, para que le sirven, que puede hacer con los brazos, que puede hacer con los pies, etc.
- Es importante que los papitos hablen con los pequeños acerca de las partes del cuerpo, su nombre real, no imaginario.
- Conocer su cuerpo les permite a los niños llegar a la independencia de sus movimientos y a la disponibilidad de su cuerpo con vistas a la acción.

- Te propongo estas cancioncitas para que las compartas con tus papitos y refuerces el conocimiento de las partes de tu cuerpo, recuerda compartirme una evidencia a mi WhatsApp 3203936704 MARGOT GARCIA
- https://www.youtube.com/watch?v=K_l3MeHHrlo&ab_channel=mindymarissa
- https://www.youtube.com/watch?v=71hiB8Z-03k&ab_channel=ChuChuTVEspa%C3%B1ol

ACTIVIDAD TRES: 8 DE MARZO

DESEMPEÑO: Identifica su cuerpo a partir de emociones y sentimientos.

- Una nueva semana, un nuevo tiempo para disfrutar, crecer y fortalecer mi cuerpo, mis habilidades y capacidades físicas.
- Hoy continuamos reforzando el movimiento de nuestro cuerpo ayudándonos con la música.
- Observa el siguiente video, realízalo varias veces hasta que logres dominar los movimientos.
- <https://www.youtube.com/watch?v=1I3aMmVjMaY>

Diviértete y comparte una evidencia a la profe MARGOT al WhatsApp 3203936704

ACTIVIDAD CUATRO: 23 DE MARZO

Desempeño: Participa con entusiasmo en las actividades propuestas, permitiéndose expresar lo que siente y lo que piensa

¡ME GUSTA HACER EJERCICIO!

La realización de actividad física adecuada ayuda a los niños a desarrollar un aparato locomotor (huesos, músculos, articulaciones) y un sistema cardiovascular (corazón y pulmones) sanos.

- Les ayuda también a aprender a controlar el sistema neuromuscular, es decir, el mecanismo de coordinación y control de los movimientos.
- El ejercicio físico contribuye a crear hábitos de vida saludable.
- La actividad física "ayuda a los niños a respetar su propio cuerpo y el de los demás", así como "a fortalecer la autoestima y el respeto por sí mismos".
- Los juegos y deportes, además, desarrollan en los menores la "conciencia social", ya que son situaciones de competición que los preparan para enfrentarse a victorias y derrotas, así como para la colaboración y el espíritu de compañerismo.
- Además, el incremento de la autoestima y reducción de la tendencia a los comportamientos peligrosos, mejora del rendimiento escolar, estímulo para el desarrollo del pensamiento abstracto (a través de nociones como velocidad, profundidad, fuerza, etc.) y la capacidad de concentración.
- Hoy te ofrezco múltiples ejercicios que puedes desarrollar en casa y que además van a favorecer todos tus procesos físicos, fisiológicos y cognitivos.
- Observa el siguiente video, imita los movimientos con tu cuerpo, y regálame la evidencia.

https://www.youtube.com/watch?v=H-UCKEt_mek&ab_channel=Educaci%C3%B3nF%C3%ADsicaInternacional

PROFE MARGOT WHATSAPP 3203936704

ACTIVIDAD CINCO: 5 DE ABRIL

DESEMPEÑO: Propone a partir de su conocimiento del cuerpo, posibilidades de movimiento durante las actividades.

¡VAMOS A BAILAR!

Los beneficios del baile en los niños y niñas son realmente valiosos para su desarrollo físico, psíquico y emocional. Pero no solo esto, cuando los más pequeños aprenden a bailar, estos desarrollan capacidades como las intelectuales y las sociales, así como la creatividad y la confianza en uno mismo.

Pero además de estos, existen muchos más beneficios que pueden aportar el baile en los más pequeños:

- El baile es una actividad que favorece el ejercicio cardiovascular de los más peques
- Es una práctica que mejora el sentido del equilibrio y ayuda a mejorar la coordinación, la concentración y la memoria.
- Los niños y niñas que practican baile de manera continua tienden a tener más éxito a nivel académico.
- Bailar fortalece los músculos de los niños y niñas y mejora su flexibilidad.
- Ayuda a crear vínculos con otros niños y niñas haciendo nuevos amigos y, por ende, una mayor socialización.
- El baile desarrolla el sentido del ritmo, así como el oído musical. Despierta la destreza corporal de los más peques.
- Además, el baile ayuda a liberar tensiones, a aumentar la autoestima y a mejorar la confianza en uno mismo.
- Sin duda, el baile aporta unos beneficios que van a perdurar toda la vida y que, sin duda, van a mejorar la calidad de vida de los niños y niñas. Una actividad con beneficios físicos y emocionales que se recomienda practicar a cualquier edad.
- Hoy te invito a ver y a seguir las indicaciones del video, esto ayudará a los niños a desarrollar el sentido de la orientación y las direcciones, por favor repetirlo cuantas veces los niños deseen y también en el transcurso de la semana, esto ayudará a reforzar su motricidad gruesa.
- https://www.youtube.com/watch?v=pgzXRKtg6ik&ab_channel=TiempodeSol

Recuerda enviar una evidencia a la profe Margot WhatsApp 3203936704

ACTIVIDAD SEIS: 12 DE ABRIL

DESEMPEÑO: Práctica desplazamientos en diferentes direcciones, caminando, corriendo, trotando o saltando, utilizando diversos elementos u objetos.

MOTRICIDAD GRUESA

La motricidad gruesa implica todas las actividades y movimientos que los niños realizan utilizando los grandes grupos musculares, involucrando las extremidades inferiores, superiores y los movimientos de la cabeza.

Las habilidades propias de la motricidad gruesa son:

- Saltar, andar y correr.
- Gatear y arrastrarse.
- Escalar, estar de pie.
- Hacer muecas, señas y reírse.
- Balancearse, montar en bicicleta.
- Nadar, jugar al fútbol, etc.
- Hoy te invito a realizar las actividades que puedes observar en el siguiente video:

● https://www.youtube.com/watch?v=K3eRrby6-fc&t=50s&ab_channel=LightPeace

● **Envíame una evidencia a mi WhatsApp 3203936704 MARGOT GARCIA**

ACTIVIDAD SIETE: 19 DE ABRIL

DESEMPEÑO: Identifica su cuerpo, y se distingue entre otras personas, objetos, o seres vivos.

El esquema corporal es la imagen corporal o representación de cada quien tiene de su propio cuerpo, sea en un estado de reposo o en movimiento. Su adquisición es el fruto de un largo proceso que depende de factores neurológicos (el propio proceso de maduración del niño) y de factores ambientales (las experiencias que el niño tenga), y que llega a su culminación alrededor de los 12 años.

A lo largo de su evolución psicomotriz, la imagen que el niño se forma de su propio cuerpo se elabora a partir de múltiples informaciones sensoriales de orden interno y externo que este percibe. La organización del esquema corporal es el punto de partida de numerosas posibilidades de acción y juega un papel de suma importancia en el desarrollo de los niños.

Te invito a observar la lectura del siguiente librito:

https://www.youtube.com/watch?v=O9wkAh9mx0o&ab_channel=ImagilandKids

Ahora vas a realizar los siguientes ejercicios que te van a ayudar a fortalecer tu esquema corporal

https://www.youtube.com/watch?v=GFqW8oBn6wg&ab_channel=NIDOAVENTURAS

● **Comparte una evidencia a la profe MARGOT al whatsapp 3203936704**