



EDUCACIÓN FÍSICA (MIÉRCOLES)

Secuencia didáctica: ¡Jugando ando! el agua cuidando...

Salas: 4 años. Turno mañana.

Tiempo aproximado: mes de Octubre – primera semana de Noviembre.

Practicantes:

- Sala celeste: Lelievre Cynthia, Pipino Narella
- Sala naranja: Astudillo Noelia Alexandra, Rodríguez Velásquez Lisette
- Sala verde: Morales Noelia, Pereyra Guadalupe

Fundamentación:

La Educación Física contribuye en la formación integral de los/as niños/as, a través de la construcción de saberes motrices y corporales con un fuerte carácter lúdico, poniendo en foco la relación y el reconocimiento de su propio cuerpo con los de otros.

Estos aprendizajes deben apoyarse sobre experiencias significativas que le permitan a los niños trabajar y reconocer su accionar motriz y corporal, consolidando positivamente su identidad, su imagen corporal y su confianza junto con el descubrimiento respetuoso del otro.

Proponemos trabajar con una modalidad esencialmente lúdica, flexible y abierta con el objetivo de procurar un ambiente alegre y afectuoso, que brinde la confianza a los/as estudiantes para ser protagonistas, procurando que surjan iniciativas de nuevas formas y variantes de acción en el desarrollo de las actividades, teniendo en cuenta el gran valor que posee el agua como recurso para nuestro cuerpo y la vida en su totalidad.

Objetivos

- Participar en actividades y juegos en contacto con el ambiente, manifestando actitudes de protección y cuidado del mismo.
- Enriquecer su disponibilidad corporal, poniendo en juego sus posibilidades motrices en la interacción con otro en situaciones ludomotrices.



Contenidos

- Conocimiento y práctica de actividades corporales y ludomotrices en el ambiente, en función del cuidado y protección del mismo.
- Reconocimiento de los cambios del cuerpo en reposo y en actividad en sí mismo: ritmos cardíacos y respiratorios.

Actividad 1: ¡1, 2, 3! ¡Cucharas al Agua!

Entrada en calor:

Escuchamos y bailamos la siguiente canción ¡para mover un poco el cuerpo!

https://www.youtube.com/watch?v=l8-jRLxqNys&ab_channel=LettyMorrillo

Desarrollo:

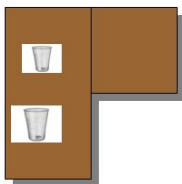
El juego consiste en desplazarse de un lado a otro con la cuchara llena de agua, evitando que se caiga. Cuando llegues al final debes volcar el agua en el vaso vacío. Preparar con anticipación el espacio, para evitar obstáculos en el camino.

Materiales: 4 vasos de plástico, dos cucharas soperas, agua.

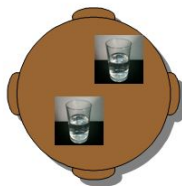
Duración del Juego: Dos viajes desde los vasos con agua, hacia el vaso por llenar. Por participante. (De 15 a 20 minutos aproximadamente)

Paso 1: Colocar dos vasos con agua en un extremo del espacio que van a utilizar para realizar el juego y en otro extremo dos vasos vacíos.

Ejemplo: Cocina



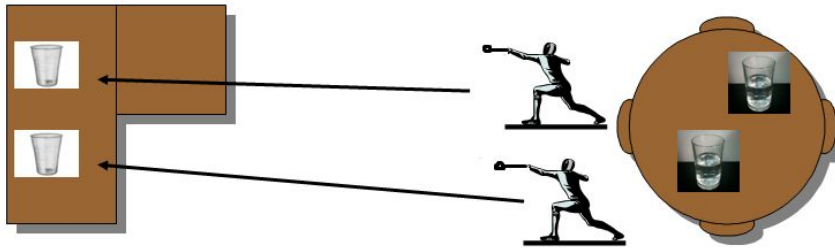
Mesada: vasos vacíos



Mesa: Vasos con agua

Paso 2: Deberán participar dos personas, cada una con una cuchara soperas.

Paso 3: Cada jugador/a deberá cargar agua de su vaso a su cuchara, llevarlo con cuidado al otro extremo, y volcarlo en el vaso vacío.



Paso 4: Para finalizar, se comparará la cantidad de agua que se haya logrado llenar de cada vaso. Gana quien tenga más cantidad de agua en su vaso.

Paso 5: Vamos a pensar entre todos/as, que podemos hacer con el agua de los vasos para no desperdiciarla. Luego hablaremos cómo llevarlo a cabo y lo realizaremos. Ej: regamos las plantas.

Variante: Podemos repetir el mismo juego, agregando obstáculos como por ejemplo cajas, almohadas en el piso; lana, sogá atada entre dos sillas para que pasen por debajo.

Vuelta a la calma:

Nos recostamos en el piso, sobre una manta o sobre almohadones, respirando profundo, con una canción relajante de fondo

(Ej: https://www.youtube.com/watch?v=vKi37Mf5lcg&ab_channel=Monta%C3%B1aSelibre)

Mientras el adulto quien esté acompañando en la actividad al niño/a le consultará: ¿Qué podemos hacer con el agua que utilizamos para no desperdiciarla? ¿Podemos regar las plantas, darles de beber a nuestras mascotas? ¿Qué se les ocurre a ustedes?

Actividad 2: ¡Cuidado! Bomba de Agua

Entrada en calor:

Escuchamos y bailamos la siguiente canción ¡para mover un poco el cuerpo!

https://www.youtube.com/watch?v=mrxTQZW9b08&ab_channel=CartoonStudio

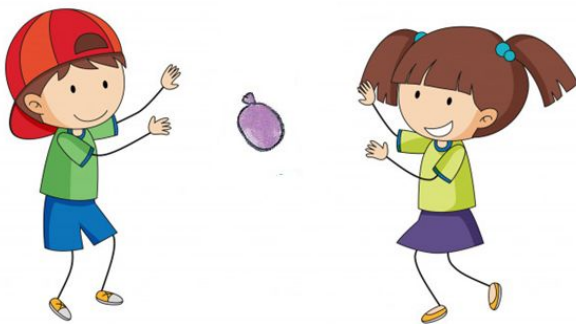


Para realizar esta actividad se necesitará de dos participantes. El juego consiste en llenar con agua una bombucha o globo (de un tamaño chico a mediano) y lanzarla de un participante a otro sin que se caiga al piso.

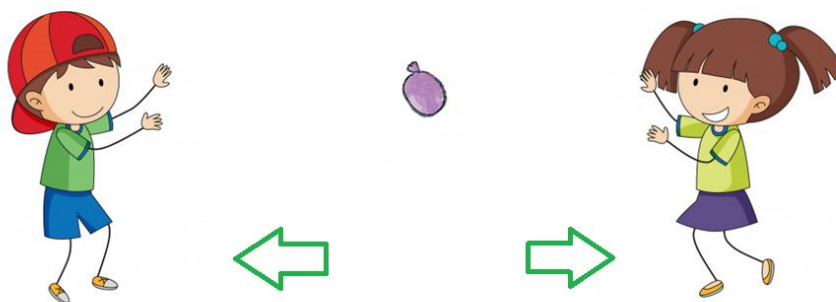
Materiales: 2 Bombucha o globo y agua

Duración del juego: Sin tiempo determinado, con 3 repeticiones o rondas.

Paso 1: Se colocarán dos participantes enfrentados/as, uno/a de ellos tendrá la bombucha o globo en las manos y se la lanzará al otro/a participante.



Paso 2: El otro participante recibirá la bombucha o globo, ambos darán un paso atrás y se volverá a lanzar la bombucha o globo.



Paso 3: La pareja que consigue dar tres pasos atrás sin dejar caer el globo o bombucha, logra finalizar el desafío.

Paso 4: Por último, nos lavaremos las manos para realizar la vuelta a la calma.

Vuelta a la calma:

Nos sentamos o recostamos en algún lugar tranquilo de la casa, cerramos los ojos, respiramos profundamente, y contamos hasta 10 lentamente. Luego



conversaremos sobre las actividades realizadas durante el juego, ¿si les gusto?, ¿cómo se sintieron?, ¿se les cayó el globo o bombucha?, ¿qué otros objetos se les ocurre que podemos utilizar para realizar este juego? (a nosotras se nos ocurren sogas pequeñas, aros o esponjas).

Música de fondo:

https://www.youtube.com/watch?v=oEkQfrijbo7E&ab_channel=CosasdePeques

Actividad 3: Mini pelota saltarina

Materiales: Una bombucha o pelotita de papel envuelta en cinta, cuatro vasos o recipientes para llenar con agua y una bombilla o sorbete.

Video explicativo: Se enviará un video creado por las practicantes, con las instrucciones y materiales necesarios para crear la pelota a utilizar.

Paso 1: Llenamos los recipientes con agua, a máxima capacidad, luego los ubicamos en fila, uno al lado del otro.



Paso 2: Colocamos nuestra pelota o bombucha inflada (pequeña) sobre el agua del primer recipiente.





Paso 3: Utilizaremos nuestro sorbete o bombilla para poder soplar la pelota o bombucha, para lograr que esta se pueda trasladar de un recipiente a otro. (si no puedes soplar con la bombilla o sorbete, intenta realizarlo como si soplaras las velitas de tu cumple).



Paso 4: El juego finaliza cuando uno de los participantes logre llevar su pelota hasta el último vaso.

Paso 5: El agua utilizada durante el juego servirá para dar de tomar a la/s mascota/s.

Actividad 4: ¡¡¡Búsqueda del tesoro!!!

Materiales: lápiz, papel y tijera

Haremos una búsqueda del tesoro para ello deberemos:

Paso 1: Dibujar y recortar gotas de agua, luego escribir detrás los usos que le damos. Algunos ejemplos pueden ser:

- Sanitización en esta etapa(después de jugar nos lavamos las manos)
- Apagar el fuego de los incendios
- Calmar la sed después de jugar
- Regar las plantas con el agua que usamos: las plantas de casa o de la vereda
- Ponerla en el bebedero de mi mascota

Paso 2: Uno de los participantes debe esconder en diferentes partes de su casa los 3 o 4 dibujos de gotas de agua, luego este mismo le dará indicaciones



como: “frío” cuando está lejos y “caliente” cuando está cerca. El juego finaliza una vez que hayan encontrado todas las gotas de agua.

Paso 3: Pueden realizar el juego las veces que quieran e ir turnando quien esconde y quien busca las gotas de agua. Al finalizarlo quien haya encontrado más veces las gotitas gana.

Qué evaluar:

- ¿Participaron activamente?
- ¿Lograron regular el aire al soplar?
- ¿Lograron describir los movimientos realizados?
- ¿Lograron concientizar sobre la importancia del agua y sus usos?
¿Cómo? ¿De qué manera?