



ESPACIO CURRICULAR: EDUCACIÓN FÍSICA

SECUENCIA DIDACTICA “JUGAMOS EN CASA: EXPRESIÓN CORPORAL” (4 clases)

DOCENTE: NIETO, Silvina

Los saludo nuevamente desde mi casa con las mismas ganas que tenía antes de verlos solo que ahora mucho más!!! Así es que levantemos nuestras manitos así como, los de las fotos y nos saludemos, si quieren fotografiarse con las manos levantadas, con alguien de la familia que quiera salir en la foto! Se sacan **y ya les comento** donde me la van a enviar!



INTRODUCCIÓN

Las clases anteriores comenzamos a trabajar con las emociones “**lo que siento, lo muestro**” era el título; quería preguntarles como les había ido, si habían podido hacerlo, si lograron generar un espacio sin apuros, que sabemos no es sencillo en estos tiempos. Porque pareciera que el tiempo no nos alcanza. Lo que hayan podido hacer estuvo bien y si hay alguno que aún no se anima, tenemos todos estos días para intentarlo.



La intención en esta oportunidad es proponer contenidos (juegos, actividades) prácticos que se pueden desarrollar en la casa, con hermanos, con alguien que tenga ganas de jugar, que tenga ganas de ponerse en movimientos.

Todos tenemos en nuestra memoria cognitiva los recuerdos de jugar y en nuestra memoria motriz, cómo jugar!! La Educación Física desde la posibilidad del movimiento, el ejercicio, los juegos, la expresión corporal, el lenguaje corporal tiene la posibilidad de generar espacios amorosos donde poder comunicar y comunicarnos.



¡VAMOS A MO-VERNOS!

EJE 1

En relación con las prácticas corporales ludo-motrices referidas al conocimiento, expresión, dominio y cuidado del cuerpo

CLASE 1

Antes de adentrarnos de lleno al contenido que proponemos, vamos a hacer una introducción sobre nuestro esquema corporal.

OBJETIVOS

Que los estudiantes puedan:

- Reconocer y nombrar las partes del cuerpo.
- Identificar los distintos segmentos corporales (miembros inferiores, miembros superiores, zona media, cabeza)
- Ubicar y graficar las partes del cuerpo según su orientación: arriba, abajo, adelante, atrás, etc.

CONTENIDOS

- Exploración y reconocimiento de las características del propio cuerpo
- Percepción de las sensaciones corporales.

MATERIALES

Globo, papel, lápiz ,papel de diario

ACTIVIDADES

Reutilizaremos el globo que teníamos de la clase anterior, y si este ya no está disponible (se desinfla o pinchó) intentamos obtener otro. Como la primera experiencia con éste elemento (globo) fue exploratoria, esta vez vamos a realizarla un poco más guiada.

Que un adulto ayude a estirar el globo con el objetivo de que se expanda y así poder inflarlo más fácilmente

¿Te animas a inflarlo solo? Dejar que los niños lo intenten

Una vez inflado atarlo y jugar: hacemos las preguntas y dejamos que ellos respondan. Alguien que esté acompañando puede registrar las respuestas. Por ejemplo:

- lo mantiene hasta 9 segundos y luego se cae, reconoció la mano derecha para tirarlo.
- lo mantenemos volando durante 15 toques (15 segundos). Ahora lo golpeamos con una mano. ¿Sabes cuál es esa mano?
- con la otra. ¿Cuántas manos tenemos? Dejar que los niños respondan

- con la cabeza, ¿dónde está la cabeza?
- Con qué otra parte del cuerpo podrías tocar el globo? Rodillas? Pies? Cola?
- El desafío es realizar 5 toques al globo pero no puedo realizarlo dos veces seguidas con la misma parte del cuerpo. Por ejemplo: una mano, la otra, con la cabeza, con la rodilla y un pie. ¿Quién lo logra?
- Poner una música <https://youtu.be/sAuCrV-JZqU> para agregarle ritmo a la actividad que repetimos tocando el globo con distintas partes del cuerpo y así es más divertida.

CIERRE DE LA ACTIVIDAD

Invitamos a los niños a que se recuesta en el piso, sobre papel de diario, ubicado panza arriba con piernas ligeramente separadas, brazos separados del tronco, un adulto que este acompañando, dibujará el contorno de su cuerpo, luego el niño completa la silueta con ojos, dedos, y todo lo que él sienta que constituye su cuerpo.

CLASE 2

¡Seguimos jugando con el cuerpo y los globos!

ACTIVIDADES

1. <https://youtu.be/HRs7Dfxl2-c> Vamos a bailar al ritmo del cocodrilo Dante. Se puede repetir todas las veces que los niños quieran hacerlo.
2. Que un adulto ayude a estirar el globo con el objetivo de que se expanda y así poder inflarlo más fácilmente
3. ¿Te animas a inflarlo solo(Dejar que lo intenten) y si no pueden, recién intervenir para ayudarlo.
4. Seguimos jugando con el globo. Y el adulto que acompañe, recuerde tener cerquita un lápiz y papel para ir realizando los registros de lo que van haciendo para después enviarlo a las señas.
 - Lo empujamos hacia arriba y no puede caerse. Cuánto tiempo puedo mantenerlo en el aire?
 - Mientras mi globo está en el aire, me puedo tocar la nariz? Pero no te distraigas, que debes empujarlo otra vez
 - Me puedo tocar un hombro? Y una rodilla? Y mi panza? Podré tocarme la espalda? Mi globo debe mantenerse (en lo posible) en el aire, si se cae no importa, vuelves a empezar y listo
 - Esta es muy difícil! ¿te animás? Puedes tocar un pie y luego atrapar tu globo. Puedes intentarlo todas las veces que quieras

LO IMPORTANTE QUE ESTAMOS APRENDIENDO:

- reconociendo las partes y características de nuestro cuerpo

Fotografiar lo hecho, junto con el registro de las preguntas y enviar a: **INSTRUCTIVO!!**

- 1- Una vez que realicen los mismos, de nota, de voz, fotográficos y/o videos deberán entrar a este link y subir el archivo <https://drive.google.com/drive/my-drive>

CLASE 3

OBJETIVOS

QUE LOS ESTUDIANTES PUEBAN:

- Utilizar formas básicas de movimiento para la resolución de situaciones sencillas de juego
- Responder a propuestas de movimiento logrando resolverlas sin dificultad.
- Inventar otros modos de movernos, utilizando los link propuestos, de manera espontánea

CONTENIDO

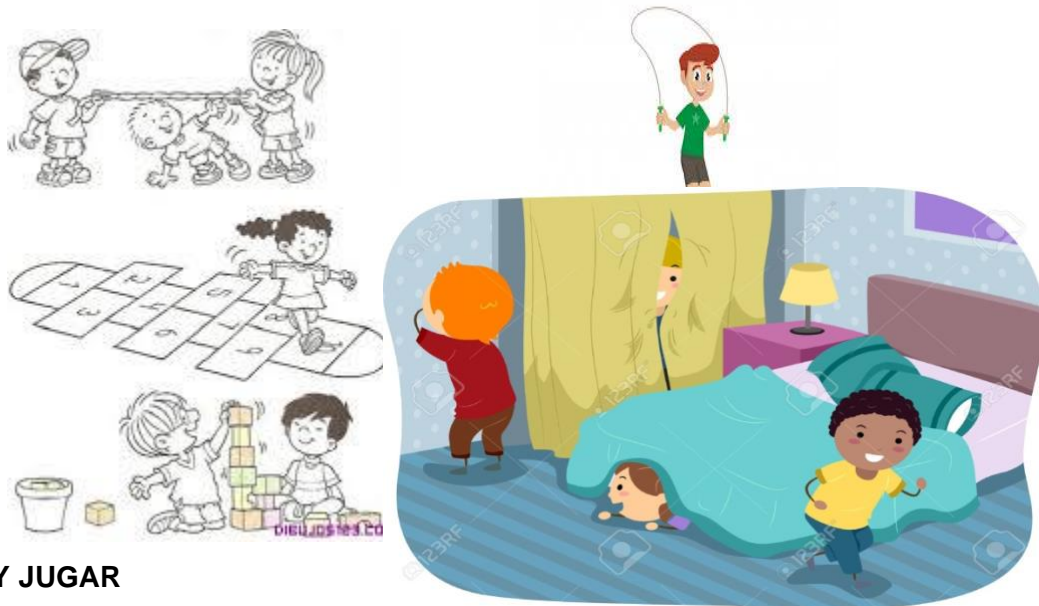
Exploración, creación y disfrute de acciones corporales ludo motrices, expresivas y comunicativas.

ACTIVIDADES

OBSERVACION

Estaría muy bien, para poder descansar de todas las actividades pautadas, que éstas las realicen para descansar un poco de todo lo demás. Intenten que estas actividades surjan espontáneamente, antes de cocinar o después de la merienda, o después de mirar la tele. Algunas preguntas disparadoras podrían ser: ¿vemos qué mandó la seño? ¿Quieres que juguemos a lo que la seño propone? O preferís otro juego?. El objetivo es des-contracturarnos con todo este sistema que de alguna manera nos agota.

- 1- Juegos tradicionales y rondas: Mostrar esta imagen a los chicos y que ellos elijan a que quieren jugar.



ELEGIR Y JUGAR

- 2- Elegimos sólo un juego y jugamos haciendo dos o tres intentos. La idea es que ellos seleccionen y jueguen por un ratito, tiene que ser espontaneo. Si el día que llega la actividad No tienen ganas de jugar, pues no se juega y se intenta otro día
- 3- Luego de jugar al juego elegido proponemos otra forma de movernos. (No necesariamente tienen que ser continuada de la anterior, por ahí, después del primer juego, se sintieron cansados y quieren hacer otra cosa. Pero antes de la cena o de la ducha proponemos el siguiente link☺) a Bailar el hoki poki <https://youtu.be/tN3CFyuyelw>
- 4- Esto se puede repetir todos los días un ratito. Cambiando el juego elegido, y volviendo a realizar el registro

RELAJACIÓN

Al terminar de jugar, debemos volver a la calma, y como las otras veces, buscaremos una manta, la colocaremos en un lugar donde no circulen tantas personas, y nos recostamos en un lugar, también puede ser a la hora de dormir, en la cama, bajamos las luces y ponemos una música suave, otra alternativa puede ser después de la ducha, (esto depende de lo que la familia pueda realizar), para que ellos sientan el perfume rico a jabón o algún perfumito que les guste. Cerramos los ojitos y nos relajamos por un ratito.

- 5- Escuchamos mientras cerramos nuestros ojitos <https://youtu.be/qZa6y3eXd-4>

LO IMPORTANTE QUE ESTAMOS APRENDIENDO:

Les pido a los papás/hermanos/adulto que acompañe, que les permitan a los niños usar el celular para que los chicos puedan:

- grabar un audio contando cómo les fue en el juego, qué juego eligieron, quienes jugaron, qué sucedió, cómo lo hicieron (aún si decidieron no jugar, esto también es importante), dónde jugaron y sobre todo Cómo se sintieron, (si les hizo calor, transpiraron, se cansaron o no les sucedió nada)
- Registrar SENSACIONES de lo que me sucede cuando juego.

Fotografiar lo hecho, junto con todo lo que puedan registrar y enviar a: **INSTRUCTIVO !!!**

- 1- Una vez que realicen los mismos, de nota, de voz, fotográficos y/o videos deberán entrar a este link y subir el archivo <https://drive.google.com/drive/my-drive>