

ESPACIO CURRICULAR: EDUCACIÓN FÍSICA

SECUENCIA DIDÁCTICA

DOCENTE: NIETO: Silvina Teresita

SALA DE 5 CINCO



Hola chicos, Hola familia:

Cada vez falta menos para que podamos encontrarnos, queda un poquito más y ya nos vamos a abrazar.

Ya conocemos nuestro cuerpo, sabemos cómo está formado y cuantas partes tiene, sabemos que tiene brazos que pueden abrazar, manos que en esta etapa hemos tenido que lavar mucho, una cabeza que está arriba y lo mira todo, unos pies que me llevan de viaje...

EJE 1:

La idea es comenzar a registrar y a sentir ¿qué puedo hacer con él?, y cómo empezar a dominar el mundo de los adultos a través de la ejecución de algunos movimientos! Y hoy comenzamos con el salto.

Si bien en la sala de cuatro pudimos ejercitar esta habilidad básica de manera aislada, hoy en la sala de cinco lo vamos a realizar de manera combinada. Es decir vamos a combinar diferentes formas de saltar. ¡¡¿¿Se animan!!??

Forma Básica de Movimiento: CAMINAR-SALTAR

OBJETIVOS:

- ✚ Ejercitar el salto como forma de desplazamiento natural
- ✚ Combinar acciones motrices básicas: caminar y saltar para la resolución de problemas simples.
- ✚ Registrar sensaciones corporales (agitación, respiración, frecuencia cardíaca alta, sudoración) relacionadas a la actividad y al estado de reposo

CONTENIDOS:

- ✚ Percepción de sensaciones corporales
- ✚ Desarrollo de habilidades motrices básicas y su combinación

ACTIVIDADES

PRIMERA ETAPA

INICIO: <https://youtu.be/HRs7Dfxl2-c> Vamos a bailar al ritmo del cocodrilo Dante. Se puede repetir todas las veces que los niños quieran hacerlo

DESARROLLO: A JUGAR: miramos la plantilla y realizamos lo que nos indica.

CAMINAR Y SALTAR

COLOQUEN TROZOS DE PAPELES EN EL PISO A MODO DE CAMINO, EN DISTINTAS DIRECCIONES. DESPUÉS, PUEDEN COMENZAR A CAMINAR O SALTAR ENTRE ELLOS.

LUEGO DE DAR TRES SALTOS O PASOS, HAGAN UNA PARADA Y REALICEN UNA ACCIÓN DIFERENTE. POR EJEMPLO: CANTAR UNA CANCIÓN, MOVER LOS BRAZOS COMO PAJARITOS, TOCARSE LA NARIZ, DAR SALTITOS COMO RANAS, DAR VUELTA EN EL LUGAR, O LO QUE USTEDES IMAGINEN.



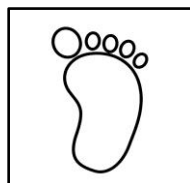
OBSERVACIÓN:

- 1) Pueden ser recortes grandes de papel, podemos usar papel de diario o de revistas, tapas de cartón de alguna caja que ya no se use, lo que tengan a mano. La indicación es la siguiente: **todos los recortes de papel que utilicen, deberá tener de un lado, el dibujo de un pie derecho o izquierdo o dos pies juntos,** (pueden marcar los chicos sus pies con fibra o fibrón o lapicera, lo que tengan en casa.) La idea es que se entienda que pie es. Y del otro lado liso es decir sin dibujo. Así:

Lado A



Lado B



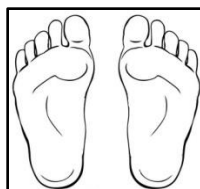
- 2) **Al principio se deben colocar** los papeles del **lado liso** muy cerquita (1er intento) y a medida que van tomando confianza, alejarlos, para que ellos puedan recorrer mayores distancias caminando (se les puede proponer correr, según el espacio de casa) y más obstáculos (papeles) para saltar.

En el saltar:

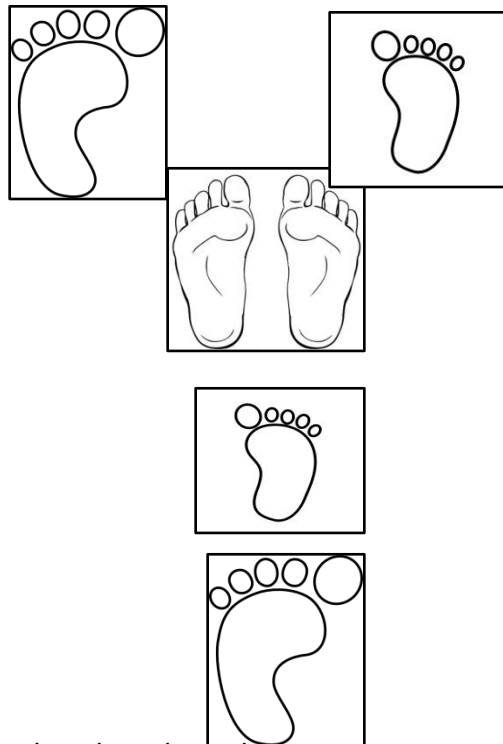
1er intento: como ellos puedan, sin directivas.

2do intento: como lo indica la plantilla.

3er intento: Aquí van a colocar los papeles del lado del dibujo de los pies, y el adulto que acompaña, va a recurrir a su creatividad, combinándolos, para que recorran un camino divertido. Por ejemplo:



pies separados



Acá deben saltar con 2

La idea es que combinen los pies y los saltos cuantas veces tengan ganas.

Proponerles el desafío a los chicos: ¡QUE ELLOS CONSTRUYAN SU PROPIA RAYUELA COMBINANDO LOS SALTOS COMO MEJOR LES PAREZCA! Que armen con las figuras de sus pies, un recorrido nuevo.

Cuando terminan el camino (rayuela) deben volver corriendo, caminando, para comenzar una y otra vez.

- 3) **Cuando se propone una parada** ayudar a que ellos en ese momento, **registren (perciban) su corazón, su agitación** e identificarla como cambio del cuerpo cuando realizan actividad.

CIERRE con una música que les guste, recostarnos en el suelo, en una manta y cerrar los ojos para descansar y poder registrar lo que le sucede al cuerpo cuando comienza a estar en reposo. Poder preguntarles para que ellos puedan registrar lo que sienten.

Realizar un archivo de voz (un audio desde el celular) que lo deberá realizar el/la estudiante, contando cómo realizó la actividad:

- Cómo se sintió? qué le pareció? (fácil, difícil, aburrido, divertido), cómo hizo la rayuela, cuantas veces, etc., cómo le resultó más fácil combinar los saltos, dando cuenta de lo que le pareció la actividad. Si no quiso realizarla también es válido.

SEGUNDA ETAPA:

¡¡ LOS RETO A...!!

Esta segunda etapa será un reto que deberán cumplir en familia y NO se realizará en casa, sino cuando puedan salir a pasear los días habilitados según el número de documento de los adultos.

La idea es la siguiente: el día o los días que puedan salir a caminar, pasear y/o realizar caminatas familiares, les propondrán a los niños (y a todos los que quieran jugar), que todo aquello que encuentren en el camino deberá ser saltado, es decir deben saltar con uno, con el otro o con los dos pies juntos, varios saltitos con un pie y luego caer con dos pies juntos, etc. (como en la rayuela) todos los obstáculos que se presenten en el paseo. ¡Mucha suerte! Y ¿Nos cuentan cómo les fue?

