

Nivel Inicial

EDUCACIÓN FÍSICA

NIVEL INICIAL 3, 4 Y 5 AÑOS

Jugando nos movemos

La Educación Física en el Nivel Inicial ofrece a los niños la posibilidad de vivenciar y construir experiencias corporales, motrices, lúdicas, y comunicativas que les permiten el progresivo conocimiento de sí mismos, del mundo y de los otros.

CONTENIDOS

Abordaje desde las actividades con pequeño material y el cuidado e higiene corporal.

- El espacio y sus dimensiones: propio, parcial, total. La relación con su propio cuerpo: arriba- abajo, adelante atrás, a un lado, derecha e izquierda.

PROPUESTA DE ACTIVIDADES

En toda propuesta se debe enfatizar la higiene del propio cuerpo después de la actividad.

- Prepara los espacios de juego para que sean propicios para la actividad

Materiales para las actividades

- Almohadones, Globos, pelotas, medias, papel, tapitas, botellas con papel, cajas de zapatos, latas de leche, bolsas, mochilas, sillas, bancos, mesas pequeñas, tizas, cintas, sogas, etc.



- **Carrera de tortugas:** Se debe delimitar el trayecto de la carrera (en círculo o en un camino ondulatoria.) los participantes deben tener un almohadón o una almohada pequeña. Se ubica en la línea de partida, en cuatro patas, y se coloca el almohadón sobre la espalda (como si fuese el caparazón de una tortuga). Al dar la orden de partida la tortuga comienza a avanzar. Si se le cae el almohadón de la espalda debe regresar al punto de partida y comenzar nuevamente. Por lo tanto, deberán avanzar muy despacio para llegar más rápido. Podemos jugar con quien esté en la casa. Realizamos diferentes circuitos de trayectoria cortas y largas para que el niño elija a cuál jugar.



- **Tesoro escondido:** Dentro de la casa se esconderá una caja que contiene un tesoro (a elección del adulto que va a jugar con el niño), recibirán diferentes indicaciones basadas solamente en los términos “cerca de...” y “lejos de...” que los ayudarán a encontrarlo. Hasta llegar al tesoro



- **La casita:** vamos a dibujar un círculo en el piso, con lo que tengamos a mano, al que vamos a denominar la casita y a cada pedido de la persona que nos acompaña vamos a trasladarnos hacia donde nos dice, dentro-fuera, arriba de, abajo de, en círculos, frente a, detrás de, etc. ya sea saltando desde dentro del círculo hacia fuera o viceversa; al ritmo de la música a elección de los niños, con un pie, caminando, etc.



- **El veo veo:**

En este juego pueden participar dos o más personas, niños y adultos, cuantos más mejor, a partir de los cuatro años de edad.

Uno de los participantes elige un objeto que esté en la habitación o el lugar donde se encuentran los participantes y empieza el juego diciendo:

- Veo, veo.

Los demás le contestan:

- ¿Qué ves?

El que empezó el juego replica:

- Una cosita.

Los demás le contestan:

- ¿Qué cosita es?

El que inició el juego dice:

- Que está cerca de ... y así irá guiando hasta llegar al objeto haya elegido.

Todos los participantes intentarán acertar el objeto elegido. Si alguien lo consigue pasará a ser el director del juego. Si nadie acierta revelará la palabra que había pensado y elegirá otra para el siguiente juego.

Pueden darse pistas, como decir el color, etc.



- **La rayuela**

Se dibujará una rayuela sobre el piso y vamos a pedir que pase como al niño más le guste sin pisar las líneas, con un pie, con los dos, saltando, caminando, corriendo, por un lado, por el otro, separando los pies etc.

Luego vamos a preguntar en la casa si lo conocen al juego y como lo jugaban para luego ponerlo en práctica.



- ¿Qué recuerdos de niños les trajo a los adultos haber comentado como jugaban en su infancia? comentarlo con los chicos.



- Canción infantil para bailar en casa “El cocodrilo Dante”

<https://www.youtube.com/watch?v=z7bCsto8hUE&feature=youtu.be>

El cocodrilo dante camina hacia adelante
el elefante Blas camina hacia atrás
el pollito lalo camina hacia el costado
y yo en mi bicicleta voy para el otro lado



- Para leer un cuento a los chicos “El Colibrí” moviendo el cuerpo

Cuando el pequeño colibrí, llamado "Brisa" supo que tenía que abandonar el nido, tenía la curiosidad del cóndor o de las gaviotas o de los cisnes cuando tienen que volar por primera vez.

La mamá de Brisa, "Bella" ponía todo el empeño necesario para que Brisa tuviera un primer vuelo inolvidable y sin accidentes.

Fue una mañana en que los rayos del sol asomaban majestuosos y hacían que Brisa, pudiera ver la belleza de los colores de su madre, tan tornasolada ella.

El sol, se puso feliz de ver lo que podían hacer sus rayos.

Así fue que Brisa, tuvo su primer ensayo de vuelo que recordaría por siempre.

Su madre, de espaldas al sol, le indicaba con su pico los movimientos que debía seguir, vamos a la izquierda, pero Brisa iba hacia la derecha, ahora a la derecha, pero Brisa iba a la izquierda. El sol, soltó una carcajada que se escuchó en todo el mundo. ¡¡¡Pero Bella!!! le dijo, si te pones de frente, tu hija hará tus movimientos, y tu derecha...será su izquierda y tu izquierda será su derecha.

Tienes razón dijo Bella, riéndose, mejor me pongo a su lado, gracias sol.

Entonces, fue así que el pequeño colibrí, seguía a su madre en su primer vuelo.

Uno a la izquierda...donde está la niebla.

Dos a la derecha...como una flecha.

Uno para arriba...dos para abajo...dos para arriba...uno para abajo, ve a buscar la niebla y vuelve como flecha.

Pero le faltaba aprender a quedarse en un solo lugar, en el centro de todo.

Brisa protestó por eso, pero su madre la tranquilizó diciéndole que su centro, eran las flores, porque cuando tuviera que buscar el polen de las flores, tendría que quedarse quietita y usar su largo pico y sus movimientos veloces, para mantenerse en el centro. Así fue que Brisa, está siempre viajando hacia la izquierda...luego a la derecha, un poco para arriba...un poco para abajo y cuando tiene hambre se queda en el centro y mientras toma el néctar de las flores, recuerda a su madre que le enseñó a moverse así...a la izquierda...a la de... Ari... Abajo.. Y esto se ha terminado

Bibliografía

- Núcleos de Aprendizaje Prioritarios, Educación Inicial.
<https://www.educ.ar/recursos/132574/nap-educacion-inicial>
- Diseño curricular Jurisdiccional para jardines de infantes de 3,4 y 5 año.
San Miguel de Tucumán. 2015. Recuperado:
<http://www.educaciontuc.gov.ar/nsitio/direcciones/inicial/disenocurricular2015.pdf>
-