



Recrea
Familia

OBJETIVO



Eje: Competencia Motriz.

Componente Pedagógico didáctico: Desarrollo de la motricidad.

Aprendizaje esperado:

Ajusta sus patrones básicos de movimiento a partir de la valoración de sus experiencias en las situaciones motrices en las que participa para responder a las características de cada una.

Práctica hábitos de higiene personal.

TEMAS



- 1.- Imitar posturas frente a un espejo
- 2.- Jugar equilibristas
- 3.- Pienso y dibujo actividades con el globo
- 4.- Juega con un globo
- 5.- Desplázate con el globo
- 6.-Práctica hábitos de higiene personal



1. Imitar posturas frente a un espejo

Nombre del Juego: Imita el reflejo

Es un juego de percepción corporal.

Edad recomendada: 7- 8 años

Material: Un espejo grande y la imagen de posturas.

Objetivos:

- Distinguir las posibles posturas del cuerpo.

Organización: De una a dos persona.

Desarrollo: El o los niños deberán de estar frente al espejo para poder realizar las posturas que ellos quieran hacer pueden tomar turnos o hacerlas simultáneamente. Observa la imagen de las posturas y trata de imitarlas.

Nombre del juego: El Rey o la Reyna



Edad: 7- 8 años.

Objetivo: Desarrollar el control corporal, el equilibrio y la imitación.

Materiales: cartón, tijeras, cinta, y pinturas (decórala a tu gusto).

Organización: Dispersos en un espacio de la casa.

Desarrollo: Se selecciona a un jugador que comenzara en función del Rey con su corona puesta. Este será el que primero adopte diferentes posiciones corporales en equilibrio, y el resto de los jugadores lo van imitando, hasta que el Rey cambie de posición. Un integrante de la familia debe orientar antes de comenzar el juego, que tipo de movimiento se debe de realizar, luego la función de Rey se va rotando por los demás miembros del equipo.

Reglas:

1. Los jugadores deben mantener el control postural de tronco y cuello.
2. Mantener el dominio de las posiciones de equilibrio.



2. Jugar equilibristas

3. Pienso y dibujo actividades con el globo

Nombre del juego: Pienso y dibujo actividades con el globo

Edad: 7- 8 años.

Objetivo: Desarrollar el control corporal, el equilibrio y la imitación.

Materiales: globos, hojas blancas, lápiz, colores y/o pinturas.

Organización: Busca un espacio con buena iluminación para dibujar y otro espacio libre para ejecutar las actividades.

Desarrollo:

- 1.-En la hoja traza ejercicios que puedes hacer con un globo de manera individual.
- 2.- Dibuja como puedes utilizar el globo con uno, dos o tres integrante de la familia.
- 3.- Lleva a la práctica cada dibujo en un espacio de casa, invita a jugar a tus familiares.

Reglas: Crea tus propias reglas. Recuerda mantener el control postural de tronco y cuello.



4. Juega con un globo

Nombre del juego: Juega con un globo

Edad: 7- 8 años.

Objetivo:

Reeducar la respiración en situaciones de juego en parejas, la rapidez y el control postural del cuerpo.

Materiales: Globos de varios tamaños.

Organización: infla el globo y mantenlo en el aire iniciar sin que este caiga al suelo, puedes utilizar todo tu cuerpo.

Desarrollo: infla el globo, controla tus movimientos, puedes jugar con el globo sin que se caiga al suelo, en un pie, con una mano, intercambiando las manos, utiliza todo tu cuerpo, puedes caminar con el, saltar, sentarte o acostarte.

Para terminar la actividad sopla el globo hasta 2 o 3 metros de distancia, y regresa caminando con el globo.

Reglas:

2. Se debe cuidar que el globo permanezca en el aire, si cae se penaliza con un punto.
3. Se debe continuar el juego cuando hay caída del globo, desde el mismo lugar.



4. Desplázate con el globo

Nombre del juego: Desplázate con el globo

Edad: 7- 8 años.

Objetivo:

Control postural del cuerpo.

Reeducar la respiración en situaciones de juego en parejas, la rapidez y el control postural.

Materiales: Globos.

Organización: infla el globo y mantenlo en el aire iniciar sin que este caiga al suelo, puedes utilizar todo tu cuerpo.

Desarrollo: infla el globo, controla tus movimientos, puedes jugar con el globo sin que se caiga al suelo, con desplazamientos intenta caminar, saltar en un pie, con dos pies, caminar intercambiando las manos, utiliza todo tu cuerpo.

Para terminar la actividad sopla el globo hasta 2 o 3 metros de distancia, y regresa caminando con el globo.

Reglas:

- 1.- Se debe cuidar que el globo permanezca en el aire, si cae se penaliza con un punto.
- 2.-Se debe continuar el juego cuando hay caída del globo, desde el mismo lugar.



5. Práctica hábitos de higiene personal



Nombre: Higiene personal

Edad: 7-8 años.

Objetivo: Práctica los hábitos de higiene personal

- 1.-Intenten peinarse solos.
- 2.- lavarse las manos antes y después de ir al baño y antes de comer.
- 3.-laven los dientes después de cada alimento y antes de dormir).

OBJETIVO



Eje: Competencia Motriz

Componente Pedagógico didáctico: Integración de la corporeidad.

Aprendizaje esperado:

Reconoce sus posibilidades expresivas y motrices al participar en situaciones de juego, con el fin de favorecer su esquema corporal.

Práctica hábitos:

Alimentación sana.

Conoce la pirámide del buen comer.

Identifica en que consiste una alimentación sana y balanceada.

TEMAS



1.-Carrera de obstáculos en casa

2.-Práctica hábitos: Alimentación sana

Nombre del Juego: Carrera de obstáculos en casa

Material: espacio de 3 x 3 libre de peligros.

Pelotas, almohadas, botellas, colchoneta, palos de escobas, cajas de cereal, sillas, botes de leche, cuerdas. etc.

Edad recomendada: 7-8 años.

Objetivos:

Destrezas de motricidad gruesa, seguir direcciones y el desahogo físico.

1. Carrera de obstáculos en casa

Organización: de 1 a 2 integrantes y el acomodo de materiales de manera libre.

Desarrollo: Un integrante de la familia acomodara el espacio con los obstáculos alrededor, el primer recorrido será por parte del adulto para que el niño reconozca el espacio y sus ejecuciones. Una vez que domine el recorrido deberá de hacerlo más complejo por ejemplo pasar por debajo de una silla, brincar los obstáculos, girar, caminando hacia atrás, todo lo pueda realizar tomando en cuenta sus posibilidades de movimiento. Pueden ajustar los espacios y agregar materiales.

Nombre: Alimentación sana

Edad: 7-8 años.

Objetivo: Que el niño identifique los grupos de alimentos que consumen habitualmente.

Producto 1: Collage con los grupos de alimentos.

Material: hojas blancas y/o cartulina, revistas y/ o periódicos, pegamento y marcadores, pirámide del buen comer.

Producto 2: Elaboración de un alimento sano.

Actividades:

1.- Que el niño Realice un collage en una hoja o cartulina con recortes de revistas o periódicos que tengan en casa, con el fin de que identifique los grupos de alimentos que consume habitualmente.

2.- Con ayuda de los padres de familia, que el niño(a) participe activamente en la preparación de los alimentos e identifique en la pirámide del buen comer los grupos de alimentos a los que pertenecen.

2. Práctica hábitos de Alimentación sana

Pirámide de alimentación



OBJETIVO



Eje: Competencia Motriz

Componente Pedagógico didáctico: Creatividad en la acción motriz.

Aprendizaje Esperado:

Propone diversas respuestas a una misma tarea motriz, a partir de su experiencia y las aportaciones de sus compañeros, para poner en práctica el pensamiento divergente y así enriquecer sus posibilidades motrices y expresivas.

Práctica hábitos de hidratación.

TEMAS



- 1.-Escenificando en silencio
- 2.-Práctica hábitos de hidratación

1. Escenificando en silencio

Nombre del Juego: Escenificando en silencio

Material: crea 10 tarjetas de 8 x 8 de hojas blancas, dibuja a los animales del zoológico o personajes de tus cuentos favoritos en cada tarjeta.

Objetivos:

Manifestación de gestos y/o expresiones faciales y corporales.

Edad recomendada: 7- 8 años.

Organización: de 2 a 3 jugadores, organicen los turnos.

Desarrollo: toma una tarjeta, con el turno que te corresponde y comienza la escenificación hasta que adivinen el animal o personaje de cuentos.

Reglas: no se permite hablar solo pueden Utilizar gestos y/o expresiones faciales y corporales.

5. Práctica hábitos de hidratación

Nombre de la actividad: Me hidrato correctamente

Edad: 7- 8 años.

Objetivo: Que el niño identifique la jarra del buen beber y la cantidad recomendada de líquidos que debe consumir.

Material: dibujo impreso de la jarra del buen beber, colores, pinturas de agua y un pincel.

Producto 1: Investiga los beneficios de la hidratación con ayuda de tus padres.

Producto 2: colorea la jarra del buen beber y pégala en un lugar visible para que conozcas la cantidad recomendada de líquidos que debes consumir.

LA JARRA DEL BUEN BEBER



