

Preescolar

Aprendizaje esperado

1.-Realice movimientos de locomoción y estabilidad por medio de juegos con los integrantes de la familia.



Eje: Competencia Motriz
Componente Pedagógico didáctico:
Desarrollo de la motricidad.

- Practica hábitos de higiene personal.

- 1.-Imitar posturas
- 2.-Jugar equilibristas
- 3.-Hagan un video de ejercicios
- 4.-Jueguen voleibol con un globo
- 5.-Practiquen los hábitos de higiene personal (intenten peinarse solos, lavarse las manos y los dientes).



Eje: Competencia Motriz
Componente Pedagógico didáctico: Integración de la corporeidad.

Aprendizaje esperado:

- Identifica sus posibilidades expresivas y motrices en actividades que impliquen organización espacio temporal, lateralidad, equilibrio y coordinación

**Practica hábitos:
Alimentación sana**

Conoce la pirámide del buen comer. Se alimenta adecuadamente.

ACTIVIDADES:

- 1.-Lancen una pelota pequeña dentro de un cesto, inventen sus propios tiros, rodando en el sillón, rebotando tres veces, de espaldas.
- 2.- inviten a sus familiares y busquen un espacio para poder hacer la actividad con ambas manos, con un pie o pasando de una mano a otra para hacer el enceste.

**Practica hábitos:
Alimentación sana**

- Busquen la pirámide del buen comer, pueden hacer un collage con recortes de revistas para acomodar los grupos de alimentos en una cartulina
- Ayuden a sus padres a cocinar y conocer que ingredientes ocuparan y de que grupo alimenticio consumirás, identificalos en la pirámide del buen comer.

PIRÁMIDE DE ALIMENTACIÓN



Eje: Competencia Motriz

Componente Pedagógico didáctico:

Creatividad en la acción motriz.

Aprendizaje esperado:

1- Propone distintas repuestas motrices y expresivas ante un mismo problema en actividades lúdicas.

2.-Reconoce formas de participación e interacción en juegos y actividades físicas a partir de normas básicas de convivencia.

Practica hábitos:

Hidratación

Conoce los beneficio de la hidratación.

Con ayuda de tus padres investiga el beneficio de la hidratación, conoce la cantidad recomendada para tu consumo.

ACTIVIDADES:

Arma tu boliche puede ser de botellas de plástico, latas o conos de papel higiénico y puedes utilizar pelotas de diferentes tamaños e incluso hacer una con papel reciclado y cinta.

Juega al boliche con tu familia: Acomoden los pinos a 3 metros de distancia, rueda una pelota para tirar los pinos, pueden utilizar distintos tamaños de pelotas e incluso variar la distancia para tirar, no olvides utilizar todo tu cuerpo para lanzar la pelota.

Pongan acuerdos y normas para jugar en familia.

Practica hábitos: hidratación

Colorea y/o decora la jarra del buen beber y pégala en un lugar visible.

**CONSUMO DE
BEBIDAS PARA UNA
VIDA SALUDABLE**

LA JARRA DEL BUEN BEBER

