



¡Así como la **vida educa**
la **educación da vida!**

Recrea
Educación para refundar 2040



Educación



Recrea
Educación para refundar 2040



Educación Física

Preescolar



¡Para Iniciar!



Las siguientes actividades están diseñadas para que trabajes en casa, es importante que las realices con ayuda de los miembros de la familia.

¿Qué queremos lograr?

En estas actividades aprenderás a proponer distintas respuestas motrices y expresivas ante un mismo problema en actividades lúdicas.

¿Qué temas conoceremos?

Juegos cómo:

- Carrera de costales
- Cantos y rondas
- Paracaídas
- Transportar un globo
- Lavarse los dientes

¿Qué aprenderás?

Juego libre con la posibilidad de tomar decisiones sobre las acciones individuales o en pareja con un miembro de la familia.

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

Costales de azúcar, obstáculos como zapatos, tenis, botes de refresco, etc.

Variantes:

Podrán participar en acomodo de obstáculos y en las carreras, hermanos, primos, mamá, papá, abuelito, etc. y cada uno colocara de diferente manera.



Carrera de costales

Cada alumno con el material que tenga en casa, colocará obstáculos en el espacio donde realizará la carrera de costales con un miembro de su familia, al terminar la carrera, el otro miembro de la familia colocará de diferente manera los obstáculos y volverán a realizar otra carrera.

Ideas para la familia

Comenta con tu familia tu experiencia.

Contesta las siguientes preguntas y guárdalas en tu portafolio de evidencias:

¿ Cómo te sentiste al saltar dentro del costal?

¿Cuál miembro de la familia sentiste que colocó los obstáculos con mayor dificultad para poder saltar? ¿Por qué?



¿Qué aprenderás?

Cantos y rondas motrices que presenten consignas vinculadas con la interacción entre la familia.

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

Música, Celular, Bocina.

Variantes:

Jugar al «Lobo lobito»

https://www.youtube.com/watch?v=Jud_UWNCpSk



Canto y Rondas «Saludar las manos»

Por medio de esta canción los alumnos interactúan entre sí con un miembro de la familia, al mismo tiempo que reconocen las partes de su cuerpo.

<https://www.youtube.com/watch?v=SM44wvZnTFo&t=75s>

Ideas para la familia

Comenta con tu familia tu experiencia.

Contesta las siguientes preguntas y guárdalas en tu portafolio de evidencias:

¿ Que te gusto jugar más, el baile de «saludar las manos» o la «ronda del lobo lobito»?

¿Por qué?



¿Qué aprenderás?

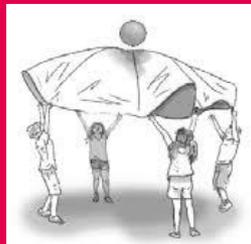
A proponer distintas acciones dirigidas a colaborar con tus miembros de la familia, que impliquen coordinar desplazamientos con diferentes partes del tu cuerpo.

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

sabana
globos

Variantes:

Colocar uno o varios globos arriba de la sabana y entre todos jugar a no dejarlos caer.



Arriba y abajo.

Con ayuda de varios miembros de la familia, jugarán al paracaídas con una sabana de la cama, moverán hacia arriba de la sabana y tratará de cruzar por abajo un integrante, hasta lograr que todos pasen una vez corriendo, otra vez gateando y otra como los integrantes de la familia propongan.

Ideas para la familia

Comenta con tu familia tu experiencia.

Contesta las siguientes preguntas y guárdalas en tu portafolio de evidencias:

- ¿ De qué manera propusiste desplazarte al cruzar el paracaídas por abajo ?
- ¿Qué estrategia utilizaban en familia para no dejar caer los globos de la sabana?



¿Qué aprenderás?

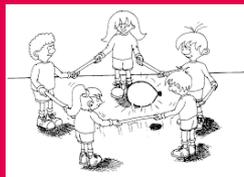
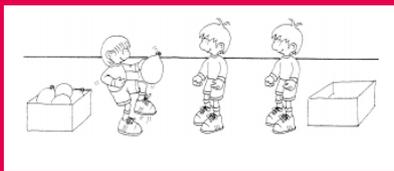
A realizar retos motores que pongan a prueba sus posibilidades, al seguir consignas referidas a la organización (agruparse por parejas, tercias, equipos).

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

Globos y cajas.

Variantes:

Todos los integrantes de la familia trasladarán el globo de un lugar a otro tomados de la mano, si un miembro se suelta se regresa al inicio.



Transportar un globo

En parejas con un miembro de la familia jugarán a trasladar un globo sin dejarlo caer de un lugar a otro y meterlos a una caja, dando solo un golpe a la vez cada uno, si da dos toques la misma persona se regresa al inicio.

Después lo intentaran en tercias.

Ideas para la familia

Comenta con tu familia tu experiencia.

Contesta las siguientes preguntas y guárdalas en tu portafolio de evidencias:

¿ Qué partes del cuerpo utilizaste para golpear el globo ?

¿Qué se te hizo mas fácil jugar, en parejas o con toda la familia tomados de la mano? ¿Por qué?



¿Qué aprenderás?

Aprenderás la importancia de lavarse los dientes diario



Lavarse los dientes

Estos son los 4 puntos importantes que debes saber sobre el lavado de dientes:

1. Debes lavártelos tres veces al día (al desayunar, al comer y al cenar. Sino tienes una buena higiene bucal, pueden aparecer las caries en tus dientes.
2. Por lo menos debes durar 3 minutos, cepillando tanto los dientes como las muelas
3. Cada tres meses debes de cambiar tu cepillo.
4. Acude por lo menos dos veces al año al dentista.

