



# Recrea

Educación para refundar 2040





¡Así como la vida educa  
la educación da vida!



**Recrea**  
Educación para refundar 2040



Educación





Preescolar

***Control de impulsos***



***Me muevo y bailo***



**Descripción de la  
ficha:**

**La presente está dirigida al docente de educación básica, que atiende a alumnos con Discapacidad Psicosocial; con un desglose de actividades para cuatro semanas.**

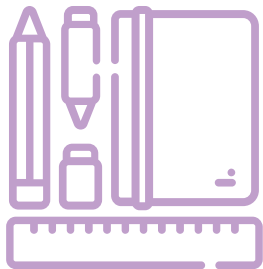
## OBJETIVO

**Desarrollar en el alumno, habilidades de la función ejecutiva y control de impulsos para permanecer organizado, concentrarse y seguir instrucciones**



### Aprendizajes Sustantivos

**Expresa con eficacia sus ideas acerca de diversos temas y atiende lo que se dice en interacción con otras personas.**



- Áreas de Desarrollo personal y social.

**Artes.** Escucha piezas musicales de distintos lugares, géneros y épocas, y conversa sobre las sensaciones que experimenta.

**Educación Física.** Propone distintas respuestas motrices y expresivas ante un mismo problema en actividades lúdicas.



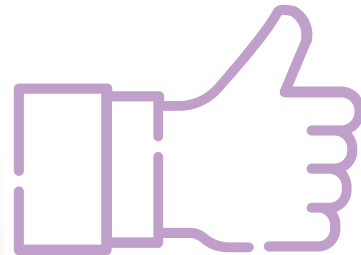
# Temas que conoceremos

- Tema 1. Expresión corporal
- Tema 2. Ritmo y coordinación
- Tema 3. Inhibición corporal



## Productos

- Dibujo de semillas y un árbol que crece derecho.
- Abanico de papel.
  
- Producto Final  
Presentación de un baile divertido donde mueva las partes de su cuerpo.



- ✓ **Permitir que el alumno experimente el contraste de las sensaciones de su cuerpo en quietud y en movimiento.**
  
- ✓ **Desarrollar en el niño, la habilidad de detener voluntariamente el cuerpo.**



## ¿Cómo lo queremos lograr?

Se utiliza el método de Aprendizaje Basado en Proyectos ABP. Es una metodología con actividades planeadas en la que el alumno/a adquiere un rol activo que favorece la motivación académica. Se organizan los contenidos curriculares bajo un enfoque globalizador donde al inicio debe quedar bien definido el producto final.

Cada actividad se realiza por semana durante 15 o 20 min.



# ¿Qué necesitamos?

- Un pandero
- Reproductor de música
- Aros de plástico
- Hojas blancas
- Imagen de una montaña
- Imagen de una estatua de marfil
- Pañuelo de tela



**¡Para Iniciar!**



### **Actividad de inicio:**

- **Jugar a “las estatuas de marfil”.**

**Propiciar que el alumno/a experimente la quietud.**

**Explicar que una estatua no se mueve; si el niño no permanece quieto, recordarle que es una estatua, quedándose 10 segundos sin moverse, por cada turno.**

- **Después nombrar objetos y animales diversos. El alumno deberá decir “se mueve” o “no se mueve”.**

¡A Trabajar!



## Actividad 1. El abanico

1.1. Utilizar una hoja de cualquier color, hacer dobleces y formar un abanico.

1.2. Poner música alegre y rápida, abanicarse al ritmo de la música. Hacer cambios a música lenta y suave, abanicarse suavemente.

1.3. Permitir que experimente la música moviendo su cuerpo al ritmo suave - lento y alegre - rápido.

¡A Trabajar!



## Actividad 2. Cuerpo de montaña

2.1. Mostrar una imagen de una montaña y decir sus características.

Preguntar si ha visto una montaña.

2.2. Este juego lo realizará cada vez que necesite calmarse. Se sentará derecho/a quieto y estable con las manos sobre las rodillas durante 10 segundos.

¡A Trabajar!



### Datos para el docente:

- Adquirir la postura de “Cuerpo de montaña” ayuda al niño a respetar su espacio vital y el de sus compañeros.
- Favorece la alineación de la columna vertebral.

### Variaciones.

Cada semana se puede ir incrementando el tiempo en esta postura, iniciar con 10 segundos, seguir con 15 y finalmente lograr 20 segundos.

¡A Trabajar!



### Actividad 3. El gato presumido

3.1. Ponerse en postura de gato (en cuatro puntos). Pedirle al niño, Gatear y maullar por la habitación.

3.2. A la indicación de “estirarse como gato” parar de gatear y estirarse y arquear la columna, luego gatear nuevamente y simular que caza un ratón.

Finalizar la actividad estirando nuevamente la columna.

¡A Trabajar!



## Actividad 4. Juegos motrices de los patrones Marcha y Salto

4.1. Marcar con un pandero ritmos para que el alumno/a realice desplazamientos. Se podrá variar el ritmo para lo cual el alumno debe estar atento al sonido.

4.2. Crear un circuito y al recorrerlo, tanto caminando como saltando se podrá observar la capacidad de atención/dispersión, así como su manejo de las circunstancias espacio-temporales. Utilizar como guía los Anexos 1 y 2.



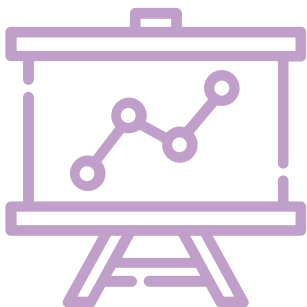
¡A Trabajar!



### Variaciones:

- En esta actividad se podrán suplir los aros con marcar los círculos en el suelo con plumón o con cualquier otro material.
- El pandero podrá ser sustituido por un tambor u objetos que hagan un sonido similar, el propósito es marcar el ritmo.

## Evaluación

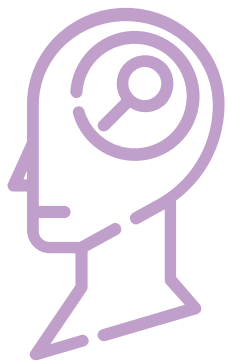


Para cerrar la actividad, preguntar al alumno, lo siguiente:

- ¿Sientes tu cuerpo distinto cuando te mueves y cuando estás quieto/a?
- ¿Qué diferencias percibes en tu cuerpo cuando está quieto o en movimiento?

Utilizar el Anexo 3. con la rúbrica para la evaluación del desempeño del alumno.

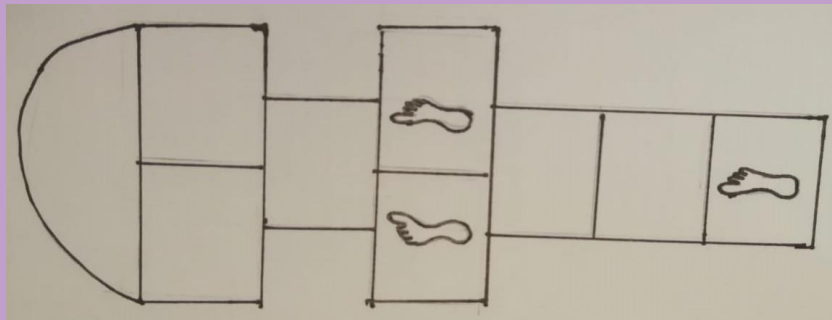
¿Para saber más?



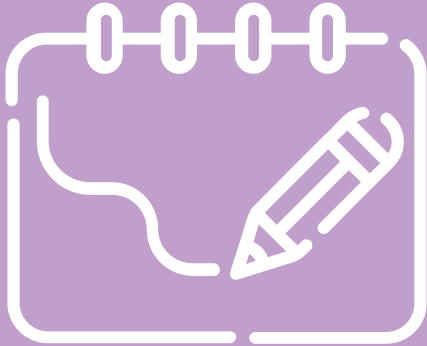
¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

Preguntar al alumno:

¿Lo que aprendiste te servirá para jugar a la rayuela cuando estés en la escuela? ¿Por qué?



# Recomendaciones Generales



- Las actividades están pensadas para favorecer el desarrollo de habilidades de la función ejecutiva y el control de impulsos para niños/as de corta edad, por lo que será recomendable que se realicen las veces que sea necesario.

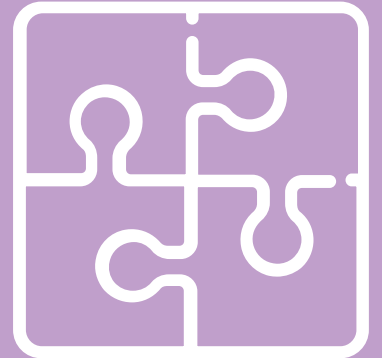
# Recomendaciones para la Familia



- Las personas con discapacidad psicosocial presentan grados de dificultad para interactuar con otros en forma eficiente y congruente. Requieren apoyos para la ejecución de actividades que implica “organizar rutinas” y manejar el estrés.
- Considerando lo anterior, los integrantes de la familia podrán brindarle su apoyo para realizar las actividades propuestas y avanzar en su desarrollo personal.

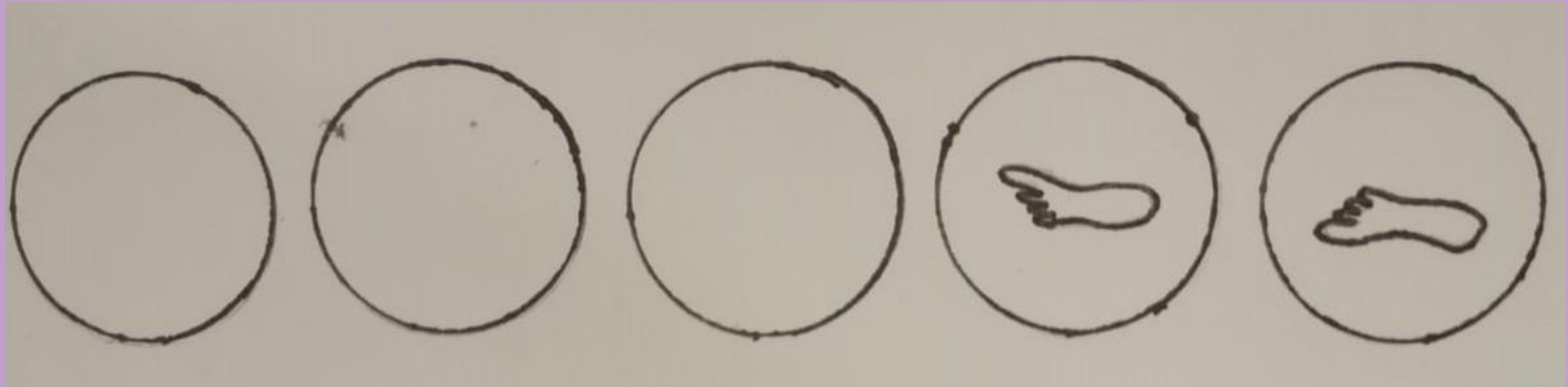
# ANEXOS

1. **Circuito asimétrico lineal**
2. **Circuito simétrico lineal**
3. **Rúbricas**



# Anexo 1

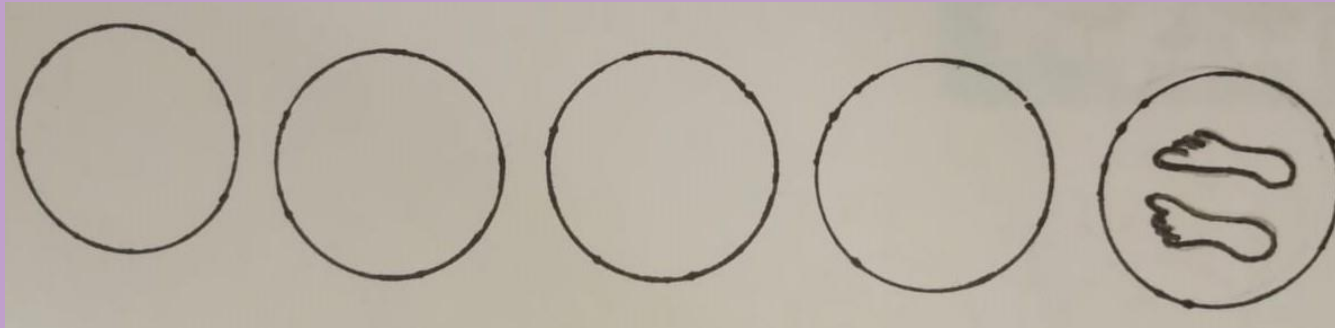
Circuito asimétrico lineal. Favorece la eficacia de la zancada, regularidad en el ritmo de desplazamiento.



## Anexo 2

### **Circuito simétrico lineal.**

Saltar con los pies juntos de un aro a otro y así, sucesivamente.





## Anexo 3

### Rúbrica para la evaluación del desempeño del alumno

#### LOGRADO

Puede sentarse con la espalda recta y las manos en sus rodillas durante 10 segundos.  
Coordina sonido de pandero con sus pasos.

#### EN PROCESO

Logra estar en quietud sentado/a durante 5 segundos.  
Comete algunos errores para coordinar sus pasos con el sonido del pandero.

#### INICIA

Su movimiento corporal aún no lo controla.  
No coordina sus pasos con el sonido del pandero



Educación

