



**COLEGIO Manuel Rodríguez**  
**Rancagua**  
**Educadora: Jorge Sagredo G**  
**Nivel: Transición.**

<b>Ámbito</b>	Ámbito Formación Personal y Social.
<b>Núcleo</b>	Corporalidad y Movimiento.
<b>Objetivo de Aprendizaje</b>	OA 6 Coordinar con precisión y eficiencia sus habilidades psicomotrices finas en función de sus intereses de exploración y juego.
<b>Objetivo transversal</b>	Conocer y explorar las partes de nuestro cuerpo.
<b>Contenido</b>	
<b>Habilidades</b>	Coordinación fina.
<b>Semana</b>	Desde 03 al 07 de agosto de 2020.

### **HORARIO SEMANAL**

<b>Lunes</b>	<b>Martes</b>	<b>Miércoles</b>	<b>Jueves</b>	<b>Viernes</b>
Pensamiento Matemático	Motricidad	Exploración del entorno sociocultural	Mi texto	Fonoaudióloga
Lenguaje	Exploración del entorno natural	Inglés	Lenguaje artístico	Orientación

Actividad: "Conociendo mi cuerpo y como se mueve".

Necesitamos:

- Cojines
- 1 botella de 500cc y una botella de 1L ambas con agua.
- 5-6 Juguetes de diferentes tamaños.

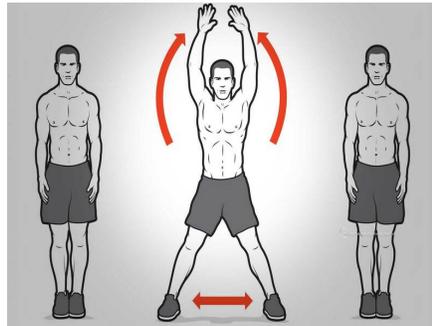


Desarrollo de la actividad:

❖ **Primero:**

Activaremos nuestro cuerpo con los siguientes movimientos.

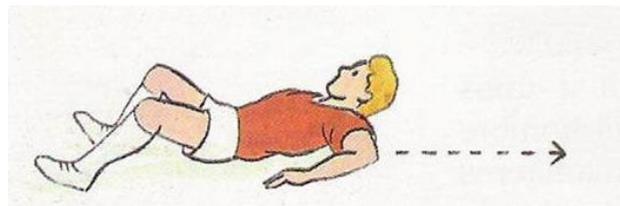
1.- Movimientos de hombros de abajo hacia arriba realizando saltos tipo estrella. (30 segundos)



2.- Movimientos de brazos, tocando con nuestra mano la rodilla contraria mientras la elevamos. (30 segundos)



3.- Desplazamientos en forma de gateo frontal e invertido. (1 minuto cada gateo)





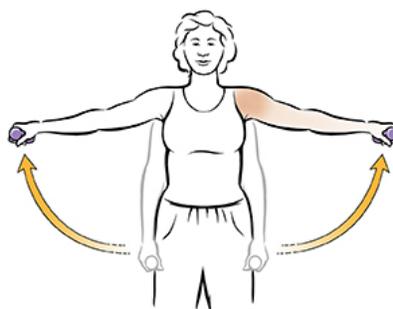
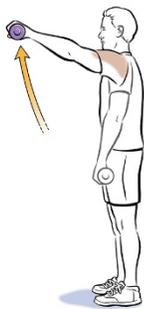
❖ **Luego:**

- 1- A continuación, realizaremos nuestra actividad por lo cual utilizaremos los materiales requeridos.
- 2- Adoptaremos la siguiente posición de cuatro apoyos por lo cual colocaremos cojines a nivel de las rodillas.
- 3- Posicionaremos nuestros juguetes en frente de nuestra mano derecha.
- 4- Ahora vamos a transportar nuestros juguetes del lado derecho hacia nuestro lado izquierdo y luego de izquierda a derecha.
- 5- Ahora el padre o madre se posicionará de rodillas frente a su hijo y ahora vamos a transportar hacia arriba y de forma cruzada, desde la mano derecha del niño/a hacia la mano derecha de la madre o padre y viceversa.



❖ **Finalmente:**

- Utilizaremos las botellas para estimular la discriminación táctil del peso de las botellas.
- Realizaremos los siguientes movimientos:





**COLEGIO Manuel Rodríguez**  
**Rancagua**  
**Educadora: Jorge Sagredo G**  
**Nivel: Transición.**

No nos enfocaremos en repeticiones ni en tiempo de trabajo, nos enfocaremos en la calidad del movimiento y ganar experiencias a través del movimiento.

❖ **Indicaciones para padres:**

- Los niños necesitan de al menos 30-60 minutos de actividad física al día, construir o improvisar un área de juego libre, que sea seguro.
- Menos de dos horas al día de televisión, celular o computador.
- Recordar que a mayor estimulación cognitiva-motora mejorara el aprendizaje en todas las áreas.
- Dormir lo suficiente para tener la mayor energía y concentración durante las clases.
- Tomar un buen desayuno para estar los más concentrado posible, el cerebro consume el 30% de la glucosa, se puede tener un snack para comer durante la clase.