



**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 17 al 21 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: "Conciencia corporal y Habilidades manipulativas".

Necesitamos:

- Libro o Cuaderno.
- Toalla.
- 5 Pelota de plásticos o de calcetines.
- Caja de zapatos.
- 5 botellas de plásticos



Desarrollo de la actividad:

❖ **Primero:**

Activaremos nuestro cuerpo con los siguientes movimientos.

- 1- Caminar con un libro en la cabeza sin dejarlo caer (Realizar este juego de equilibrio que nos ayudará a mejorar nuestro esquema corporal):  
Con un libro en el cabeza, primero de pie, sin movernos nos mantendremos hasta sentirnos seguro y luego daremos 10 pasos intentando que no se caiga el libro de la cabeza.



- 2- Lateralidad Izquierda – Derecha:  
Colocar una toalla enrollada en el suelo.  
A continuación, el niño o niña realizara saltos de izquierda a derecha con los pies juntos. (Realizar 10 saltos)



- 3- Caminar por una línea:  
Hacer un camino con toallas dándole la forma que tú quieras, con los pies descalzos vamos a caminar por el camino manteniendo el equilibrio en todo momento.  
Realizar 10 pasadas por el camino hacia adelante y hacia atrás.

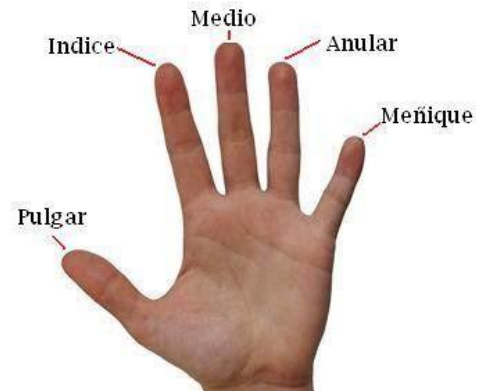




❖ **Luego:**

Realizaremos una serie de actividades que estimularan nuestras habilidades manipulativas.

- 1- Masajes en la palma y dorso de la mano, también moveremos los dedos en todas direcciones y las muñecas en forma circular.



- 2- Lanzar pelotas a través de un aro o dentro de una caja: A una distancia de un metro, realizaremos lanzamiento con una pelota convencional o una pelota hecha por un calcetín. A continuación, lanzar con una mano hacia el objetivo y luego cambiar de mano. (5 lanzamientos por mano).



- 3- Lanzar pelotas a una torre de latas o botellas: Colocaremos la mayor cantidad de botellas que tenga disponible, en forma de pirámide o en una línea y, a una distancia de un metro, lanzaremos para lograr botar la mayor cantidad de botellas. (realizar 3 lanzamientos por mano)





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

❖ **Cierre:**

A continuación, vamos a contestar las siguientes preguntas.

1. ¿Qué partes del cuerpo se movieron en las actividades realizadas? Toca cada una de las partes del cuerpo que se movieron.
2. ¿Qué acciones fueron las que realizamos? Por ejemplo: Saltar, girar.

❖ **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.