

## PROPÓSITO:

Estimular los aspectos cognitivos y físicos de los niños y las niñas al realizar movimientos acordes a su expresión corporal; mediante rutinas diarias tales como el juego, danza, locomoción, entre otras. Para mitigar el impacto de salubridad obligatorio actual.

## MOTIVACIÓN:

Queridos niños y niñas, los invito a divertirse observando y escuchando los siguientes vídeos:

Link de los vídeos:

- <https://www.youtube.com/watch?v=cgEnBkmcpcuQ> **Canta Juego - Soy Una Taza (Versión México)**

- [https://www.youtube.com/watch?v=uTK\\_7MOFV4s](https://www.youtube.com/watch?v=uTK_7MOFV4s) El Marinero Baila - Paco El Marinero | El Reino Infantil

Ahora responde en el cuaderno de control las siguientes preguntas:

- a) ¿Qué partes del cuerpo se mueven, en los anteriores vídeos?
- b) ¿Disfrutarías de estas canciones, sin mover ninguna parte de su cuerpo?
- c) ¿Cuál de las dos canciones compartiría con su familia? ¿Por qué?

## EXPLICACIÓN:

- 1. Visualiza y comenta oralmente con un acompañante, las siguientes imágenes:

[cb737ae719-imagenes-edufisica-1.docx](#)

- 2. A continuación, lee el siguiente texto en familia, en el cual se orienta el concepto, elementos y beneficios de la expresión corporal.

### La expresión corporal.

La expresión corporal, consiste en utilizar el cuerpo para expresar ideas, sentimientos, emociones y sensaciones. Desde que nace, el niño se relaciona con el medio a través de su cuerpo y de sus sentidos. Poco a poco, va descubriendo sus posibilidades de movimiento y de actuación con él. Adquirirá sus primeras nociones tocando, sintiendo, ... Y, expresará sus primeras emociones, sensaciones también a través de él. Este proceso irá perfeccionándose poco a poco, irán mejorando y ampliándose sus posibilidades físicas y capacidades mentales, dándoles la oportunidad de expresarse mejor.

La **expresión corporal** corresponde a la forma de comunicación en la cual no empleamos palabras, sino que se emplean movimientos y gestos.

### Elementos de la expresión corporal:

- -El cuerpo.
- -Las emociones.
- -El gesto.
- -El movimiento.
- -La postura.

### ¿Cuál es la finalidad de la expresión corporal?

La expresión corporal tiene una doble finalidad: Por un lado, sirve como base de aprendizajes

específicos y por otro, fundamentalmente tiene un valor en sí misma ya que colabora en el desarrollo del bagaje experimental del niño.

### **Juegos de mesa:**

La expresión corporal, también se puede realizar a través de juegos de mesa, tales como: loterías, sopas de letras y crucigramas.

Los juegos de mesa son aquellos que como su **nombre** lo indica, **se juegan sobre un tablero o superficie plana**; las reglas del mismo van a depender del tipo de **juego**, pueden participar en ellos una o más personas; para algunos juegos se requiere la aplicación de la destreza manual o razonamiento lógico.

En la actualidad los juegos de mesa **llevan incorporados elementos educativos o pedagógicos que incentiven la capacidad de aprendizaje de los niños (as)**.

Comenta en familia la siguiente imagen, teniendo en cuenta la expresión corporal:

[f2f76958e6-imagen-2-edu-fisica.docx](#)

### **EJERCICIOS:**

#### **Gimnasia para fortalecer y relajar la musculatura ocular, la cabeza y los hombros.**

- 1. Estando en posición sentado (a) de manera correcta (espalda recta, piernas en ángulo recto y hombros erguidos), vas a realizar los siguientes movimientos:
  - a) Mueve los ojos 10 veces, hacia arriba y hacia abajo., luego de izquierda a derecha.
  - b) Mueve la cabeza 10 veces, hacia adelante, hacia atrás, a la derecha y a la izquierda.
  - c) Mueve los hombros 10 veces, en forma circular hacia adelante y hacia atrás.
- **2.** Les invito a ver, escuchar y divertirse con los siguientes vídeos en compañía de sus padres o adultos responsables. **Sin olvidar recomendaciones de prevención de accidentes.**

En los vídeos que se referencia a continuación, vas a observar los diferentes movimientos y gestos.

- [-https://www.youtube.com/watch?v=z6DoPp-LkTACOREOKDS](https://www.youtube.com/watch?v=z6DoPp-LkTACOREOKDS)-el baile del cuerpo. - DIVERPLAY
- [-https://www.youtube.com/results?search\\_query=ZUMBA+KIDS](https://www.youtube.com/results?search_query=ZUMBA+KIDS)Zumba Kids (easy dance) - I like to move it(Esto traduce: Me gusta el movimiento
- 3. Con ayuda de los padres, elabora los siguientes juegos de mesa, empleando material que tengan en la casa:

[693a4ad564-cubo-de-las-emociones.docx](#)

- a) Colorea y arma el cubo.
- b) Juega con la familia tirando el cubo y realizando la mímica de la emoción que corresponda.
- Con material reciclado elabora un triqui, donde las fichas sean tapas de envases plásticos: 3 de un color y 3 de otro color. Para que juegues con la familia.
- El crucigrama no se llenará, sino que se tendrá como base para jugar en familia así:
  - a) Cada participante lanza el dado y quien obtenga el mayor puntaje, será quien inicie el juego.
  - b) Quien inicia, elige el deporte

- que desee, el cual encontrará en la parte de abajo del crucigrama. Luego lo señala en la imagen y luego indica la posición en el crucigrama.
- c) Así jugarán el resto de los participantes, en 4 rondas. Ganará quien ubique los deportes en el menor tiempo posible.

[b0297d3c2e-crucigrama-fisica-3.jpg](#)

### **EVALUACIÓN:**

-Con material reciclado elabora un triqui, donde las fichas sean tapas de envases plásticos: 3 de un color y 3 de otro color. Envía una foto donde se esté elaborando y otra foto jugando

### **BIBLIOGRAFÍA:**

Wikipedia

- Lineamientos curriculares del

- <https://www.youtube.com/watch?v=cgEnBkmcpuQ> canta juego - soy una taza (versión México).

- [https://www.youtube.com/watch?v=uTK\\_7MOFV4s](https://www.youtube.com/watch?v=uTK_7MOFV4s) El marinero baila.

- <https://www.youtube.com/watch?v=ymigWt5TOV8>COREOKDS - el baile del cuerpo - Diverplay.

- <https://www.youtube.com/watch?v=ymigWt5TZUMBA> kids . I like to move it.