

PROGRAMA DE
ACTIVIDADES
PSICOMOTRICES PAR
NIÑOS DEL 5° Y 6° GRADO

PSICOMOTRICIDAD



INTRODUCCION

Es quizás el momento de la vida del ser humano en el cual la estimulación es capaz de ejercer la acción más determinante sobre el desarrollo, precisamente por actuar sobre formaciones que están en franca fase de maduración, tan así es, que podríamos decir que las adquisiciones más importantes de un niño se producen en los primeros años de su vida.

Por ello siempre será prioritario mantenernos en la búsqueda de ideas, concepciones innovadoras que permitan perfeccionar a la Educación Preescolar; no por gusto son abundantes las investigaciones realizadas sobre la edad preescolar, donde se han tratado temas que han trascendido en el tiempo como fueron el caso de los trabajos de S.A. Vigostky (1983) y Jean Piaget (1965).

La importancia que tiene el tema para las educadoras y maestras del grado preescolar es que pueden servirse de una variedad de contenidos actualizados sobre las nociones espacio-temporales, lo cual constituye una necesidad para la práctica educativa en nuestras instituciones infantiles.

Se aborda en el material aspectos relacionados con consideraciones generales sobre la psicomotricidad, sus concepciones teóricas, sus componentes, la relación entre ellos, se definen y relacionan a la Espacialidad y Temporalidad

La psicomotricidad juega un papel muy importante en la formación y desarrollo integral (intelectual, afectivo y social) del niño, sobre todo en la etapa preescolar pues es donde más explora e interactúa con el medio que le rodea.

Según Berruazo (1995) la psicomotricidad es un enfoque de la intervención educativa o terapéutica cuyo objetivo es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que le lleva a centrar su actividad e interés en el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello: disfunciones, patologías, estimulación, aprendizaje, etc.

Por ello podemos decir que es muy importante también saber estimular adecuadamente la capacidad motriz del niño cada actividad debe estar pensada en función de la edad del niño y de la unidad de sus intereses, para favorecer el desarrollo de su personalidad.

El ofrecer una variedad de estímulos motrices posibilita en el niño y la niña de edad temprana, logros significativos que aparecerán en su vida escolar y en el trayecto evolutivo de su vida, garantizando el éxito.

Es imprescindible una excelente preparación del especialista vinculado con la familia y además instrumentos necesarios y adecuados para su ejecución. El primer lenguaje es el corporal que conlleva y produce al mismo tiempo, la maduración del sistema visomotor del niño. El contacto visual madre-hijo es un estimulador de la inteligencia

por ejemplo durante situaciones naturales como la lactancia- pero además, la mirada es un medio para establecer relaciones sociales, un lenguaje a través del que expresa acercamiento afectivo positivo avanza la cabeza, llamadas vuelve parcialmente la cara, levantando la cabeza, aversión vuelve la cabeza a un lado-, cese de la comunicación vuelve la cara pero bajando la cabeza etc.

El ofrecer una variedad de estímulos motrices posibilita en el niño y la niña de edad temprana, logros significativos que aparecerán en su vida escolar y en el trayecto evolutivo de su vida, garantizando el éxito.

La psicomotricidad es parte del desarrollo de todo ser humano, relaciona dos aspectos; las funciones neuromotrices, que dirigen nuestra actividad motora, el poder para desplazarnos y realizar movimientos con nuestro cuerpo como gatear, caminar, correr, saltar, coger objetos, escribir, etc. Y las funciones psíquicas, que engloba procesos de pensamiento, atención, memoria, pensamiento, lenguaje, organización espacial y temporal.

Para obtener un buen desarrollo de la psicomotricidad se plantea la estrategia "juegos psicomotrices" pues el juego psicomotor, como experiencia esencialmente interactiva, demanda la intervención de: el niño y compañeros de juego adultos o niños, los objetos de interés u objetos de conocimiento, así como el espacio y el tiempo para jugar; de modo tal que en el transcurso de los doce primeros meses de vida, la ejercitación y la práctica de los órganos sensoriales del niño en interacción consigo mismo, con las personas y con los objetos que lo rodean estimulan la psicomotricidad; hecho que se manifiesta en las habilidades físicas, intelectuales y afectivo-sociales desarrolladas, evidenciando la coordinación entre el cerebro, los órganos sensoriales y los músculos que, en si misma, facilita la transformación de los actos reflejos inconscientes en actos voluntarios conscientes, en la medida que los movimientos adquieren un determinado significado y sentido según su intención y su orientación hacia sí mismo, hacia una persona o un objeto, para el logro de una meta concreta, objetiva y directa, inicialmente individual o personal y progresivamente grupal o colectiva.

De tal manera, en y a través del juego psicomotor individual o grupal, el niño experimenta el tránsito de la acción por sí misma a la acción para la creación, se interesa por los movimientos y pone en práctica los movimientos como medio para alcanzar un objetivo-meta personal o colectivo, al mismo tiempo que, crea el significado y el sentido referencial que para sí mismo o para el grupo deben tener los objetos del medio social, físico y natural que en determinado lugar y momento elige y selecciona, y se hace cargo de las características y el rol que una persona adulta o niño debe desempeñar en su experiencia, su actividad o su tarea física, intelectual y, consecuentemente, afectivo- social.

Un objeto de interés u objeto de conocimiento se define como cualquier elemento del medio social, físico y natural con cuya imagen mental el niño establece relaciones

físicas, intelectuales y afectivo-sociales. Los objetos de interés u objetos de conocimiento son diversos y varían en el espacio y en el tiempo, hecho que demuestra que el niño necesita y se interesa por objetos del entorno de la familia y de la comunidad que evolucionan desde lo simple hasta lo complejo según los objetivos, las características, las funciones y los usos de los mismos y de acuerdo con las relaciones que el niño establece durante el juego psicomotor.

La relación niño-objeto de interés u objeto de conocimiento evoluciona en tres etapas: etapa sin objeto, etapa del precursor de objeto y etapa de constitución del objeto; entre los objetos de interés la figura de la madre ocupa el primer lugar y como consecuencia de la evolución, la imagen mental y las relaciones físicas, intelectuales y afectivo-sociales que establecen con ELLA, como objeto de conocimiento exterior a sí mismo, experimentan cambios y transformaciones durante los doce primeros meses de vida.

En la etapa sin objeto, el niño no ha adquirido conciencia de otro ser exterior a sí mismo, sin embargo, como consecuencia de la evolución la respuesta dirigida hacia el rostro del adulto en calidad de rostro de la madre, como primera manifestación del reconocimiento del medio social, físico y natural inmediato, demuestra el tránsito de la etapa sin objeto a la etapa del precursor de objeto, y el consiguiente proceso de separación e individuación definitivo, que permite reconocerse a sí mismo como un ser distinto de la madre, evidencia el tránsito de la etapa del precursor del objeto a la etapa de constitución del objeto.

De modo tal, como consecuencia de haber logrado la capacidad de voltearse, sentarse, arrastrarse y desplazarse, primariamente gateando, luego, gradualmente, caminando, mientras juega individual o grupalmente, una vez se dirige hacia un objeto para aprehenderlo y abandonarlo intencionalmente, el niño tiene la posibilidad y la ocasional oportunidad de evadir el control del adulto, en principio de la madre, para satisfacer su necesidad y su deseo de exploración, descubrimiento y creación con los objetos de su entorno familiar y comunidad, en general, manifestando la puesta en práctica de principios de interacción que progresivamente evolucionan en habilidades afectivo-sociales para con uno mismo, para con las personas, así como para con los objetos del medio social, físico y natural inmediato

ÍNDICE

	Pg.
<u>ESQUEMA CORPORAL</u>	
<u>QUINTO GRADO DE PRIMARIA</u>	
Actividad N° 1.....	01
Actividad N° 2.....	02
Actividad N° 3.....	03
Actividad N° 4.....	04
Actividad N° 5.....	05
Actividad N° 6.....	06
Actividad N° 7.....	07
<u>SEXTO GRADO DE PRIMARIA</u>	
Actividad N° 8.....	08
Actividad N° 9.....	09
Actividad N° 10.....	10
Actividad N° 11.....	11
<u>LATERALIDAD</u>	
<u>QUINTO GRADO DE PRIMARIA</u>	
Actividad N° 12.....	12
Actividad N° 13.....	13
<u>SEXTO DE PRIMARIA</u>	
Actividad N° 14.....	14
Actividad N° 15.....	15
<u>COORDINACIÓN</u>	
<u>QUINTO GRADO</u>	
Actividad N° 16.....	16
Actividad N° 17.....	17
Actividad N° 18.....	18
<u>SEXTO GRADO DE PRIMARIA</u>	
Actividad N° 19.....	19
Actividad N° 20.....	20
<u>ESTRUCTURA ESPACIO</u>	
<u>QUINTO GRADO DE PRIMARIA</u>	
Actividad N° 21.....	21
Actividad N° 22.....	22
Actividad N° 23.....	23
<u>SEXTO GRADO DE PRIMARIA</u>	
Actividad N° 24.....	24
Actividad N° 25.....	25
Actividad N° 26.....	26
Actividad N° 27.....	27

MOTRICIDAD GRUESA

QUINTO GRADO

Actividad N° 28.....	28
Actividad N° 29.....	29
Actividad N° 30.....	30
Actividad N° 31.....	31
Actividad N° 32.....	32
Actividad N° 33.....	33
Actividad N° 34.....	34

SEXTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 35.....	35
Actividad N° 36.....	36
Actividad N° 37.....	37
Actividad N° 38.....	38
Actividad N° 39.....	39

MOTRICIDAD FINA

QUINTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 40.....	40
Actividad N° 41.....	41

SEXTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 42.....	42
Actividad N° 43.....	43

ESTRUCTURA TIEMPO

QUINTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 44.....	44
Actividad N° 45.....	46
Actividad N° 46.....	47
Actividad N° 47.....	48
Actividad N° 48.....	49

SEXTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 49.....	50
Actividad N° 50.....	52
Actividad N° 51.....	53
Actividad N° 52.....	54
Actividad N° 52.....	55

MOVIMIENTO - RITMO

QUINTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 54.....	56
Actividad N° 55.....	57
Actividad N° 56.....	58
Actividad N° 57.....	59
Actividad N° 58.....	60

SEXTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 58.....	61
----------------------	----

Actividad N° 60.....	62
Actividad N° 61.....	63
Actividad N° 62.....	64

EQUILIBRIO

QUINTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 63.....	65
Actividad N° 64.....	66

SEXTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 65.....	67
Conclusiones.....	68

ESQUEMA CORPORAL

QUINTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 1

1. Capacidad

Expone un tema relacionado con sus vivencias respetando la estructura, las características del auditorio y utilizando recursos visuales. (c)

2. Título

Descubriendo palabras

3. Objetivo

Desarrollar habilidades de coordinación, mente y cuerpo.
Fomentar la creatividad mediante la expresión corporal

4. Materiales

Cartillas con imágenes de cosas animales o acciones

5. Tiempo

10 minutos

6. Participantes

Dos grupos de seis personas

7. Procedimiento

- Se procederá a organizare dos grupos de los cuales se nombrara un representante.
- Uno de los integrantes de grupo escoger un sobre el cual contiene cartillas con imágenes.
- La persona que dirige el juego mostrara la imagen de la cartilla al integrante de grupo y este por medio de gestos, debe tratar de que los demás integrantes de grupo adivinen que es lo que está representado con sus expresiones corporales.
- Gana el grupo que adivine más o tenga más aciertos.

Actividad N° 2

1. Capacidad

Reconoce los cambios físicos que experimentan los niños y las niñas en la pubertad.
(ps)

2. Título

¿Qué está pasando por mi cuerpo?

3. Objetivo

Reconocer los distintos cambios de la pubertad

4. Materiales

- CD
- Cartillas con imágenes de los cambios físicos

5. Tiempo

15 minutos

6. Participantes

Todo el salón

7. Procedimiento

Se les entrega unas cartillas a los niños y niñas que contienen imágenes con diferentes cambios físicos por la que pasa para que ellos identifiquen cuales son los cambios que están pasando por su cuerpo.



Actividad N° 3

1. Capacidad

Participa con interés en la organización de brigadas escolares de Defensa Civil y de los Municipios Escolares.(ps)

2. Título

Mis actitudes en caso de sismo

3. Objetivo

Reconocer las zonas de seguridad en caso de sismos

4. Materiales

- Cartillas de seguridad
- Camillas
- botiquín

5. Tiempo

10 minutos

6. Participantes

Todo el salón

7. Procedimiento

Dramatización

- Planificar una dramatización, en caso de sismos para que los niños sepan ubicarse en zonas seguras como deben actuar durante un sismo
- Donde se nombrara a los alumnos como miembros de defensa civil, cruz roja para auxiliar a sus compañeros



Actividad N° 4

1. Capacidad

Participa con responsabilidad en la organización y evaluación de simulacros de sismo en la escuela. (ps)

2. Título

Prepárate, ubícate, evacua durante un sismo

3. Objetivo

Reconocer mis zonas seguras durante un sismo

4. Materiales

- CD
- Tiza
- Cartillas indicando las imágenes de mar y tierra

5. Tiempo

15 minutos

6. Participantes

Todo el salón

7. Procedimiento

- El docente explica el juego: identifica las zonas de seguridad en el campo deportivo, recreando el área de zona segura como: bigas, campos abiertos, zonas de peligro como: ventanas, ascensores.
- Se organizan 3 grupos de 5 niños, los cuales identificarán al sonido del bombo las zonas seguras, al sonido del platillo todos identifican las zonas de peligro.



Actividad N° 5

1. Capacidad

Distingue las características personales y los estados emocionales de las otras personas y participa asertivamente en la solución de un conflicto, actuando como mediador.(ps)

2. Título

Expresando mis sentimientos

3. Objetivo

Conociendo nuestras emociones y ayudando a los demás

4. Materiales

- CD
- Cartillas con dibujos grandes

5. Tiempo

15 minutos

6. Participantes

Todo el salón

7. Procedimiento

- Todo los niños se forman en grupo de 5 a los cuales se les reparte un cartilla por grupo
- Las cartillas contienen distintas expresiones de emociones
- Y cada grupo tendrá que contar una anécdota mediante expresiones según nos indique las cartillas.



Actividad N° 6

1. Capacidad

Representa con otros una breve historia real o imaginaria, a través de gestos, movimientos y posturas propias del mimo y la pantomima. (a)

2. Título

El Bingo de las emociones

3. Objetivo

Reconocer los sentimientos y comprender las emociones propias y las de los demás

4. Materiales

- Bingo
- cartillas con distintos dibujos de emociones

5. Tiempo

30 minutos

6. Participantes

Todo el salón

7. Procedimiento

Se reparte el bingo donde están las imágenes de las emociones mientras que el docente saque las imágenes y uno tenga en su bingo gritara a palabra bingo y contare un anécdota atreves del gesto que le toco



Actividad N° 7

1. Capacidad

Rechaza toda forma de violencia, discriminación y atropello a la dignidad y al derecho de las personas, reconociendo que es un atentado contra la ley de Dios que busca el bien supremo de la persona.(r)

2. Título

Un angelito llora si no se le acaba la violencia

3. Objetivo

Reconocer que todo somos iguales

4. Materiales

CD

5. Tiempo

10 minutos

6. Participantes

6 participantes

7. Procedimiento

Dramatización

- Se le dará el tema del bulling donde los 6 participantes tengan que actuar sobre el atropello hacia las otras personas y dar solución a ello
- Los niños tendrán que actuar sobre el maltrato hacia su otro compañero recriminándolo en su forma de ser hasta lograra que el otro compañero que actuara como el discriminado logre dar ejemplo del maltrato a los niños por las distintas ocurrencias que el realice e indicando que eso lo prohíbe dios.



SEXTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 8

1. Capacidad

Reconoce y practica las primeras medidas de seguridad en caso de accidentes así como acciones de primeros auxilios.(ps)

2. Título

Ayudando a los demás en caso de que se accidente

3. Objetivo

Conocer los diferentes accidentes y como ayudar en primeros auxilios

4. Materiales

- Botiquín
- Camilla
- muñeca o un pepe
- CD
- Cartillas

5. Tiempo

10 minutos

6. Participantes

Todo el salón en grupos de 6

7. Procedimiento

- El docente dará cartillas a cada grupo donde haya distintos accidentes, el estudiante deberá brindar los primeros auxilios a sus compañeros.
- Llevar una muñeca o un pepe al cual darán los primeros auxilios
- Donde la docente pasara por cada grupo para ver si lo realizaran correctamente



Actividad N° 9

1. Capacidad

Explora el funcionamiento del sistema nervioso central como órgano de relación con el entorno.(c)

2. Título

El equilibrio del sistema nervioso

3. Objetivo

Reconocer la función primordial del sistema nervioso

4. Materiales

- CD
- Cinta

5. Tiempo

5 minutos

6. Participantes

Todos los participantes

7. Procedimiento

Trazar una línea con la cinta en el suelo donde a cada participante se le dará 10 vueltas y luego tratara de pasar en línea recta sin mirar al suelo pisando la cinta sin salirse de ella



Actividad N° 10

1. Capacidad

Adopta posturas correctas según la actividad a realizar e identifica movimientos que ponen en riesgo su salud corporal.(ef)

2. Título

Cuido mi salud haciendo ejercicios

3. Objetivo

Reconocer la importancia de nuestra salud

4. Materiales

Música relajante

5. Tiempo

15 minutos

6. Participantes

Toda la clase

7. Procedimiento

- Relajarse con la música y la inhalación Debe ser lenta y continua. No hace falta forzar demasiado
- Mantenemos el aire dentro durante unos 5 segundos, buscando relajación.
- La exhalación Debemos soltar el aire de forma lenta y continua, relajando todos los músculos del cuerpo.
- Como fin de ciclo, dejamos una pausa antes de la nueva inhalación. Este debe ser el momento de máxima calma en el ejercicio.



Actividad N° 11

1. Capacidad

Expresa creativamente con movimientos y gestos sus ideas, sentimientos y emociones al seguir ritmos de su región y país.(ef)

2. Título

Danzando al ritmo de nuestra música

3. Objetivo

Reconocer lo que es de nuestro país

4. Materiales

CD

5. Tiempo

30 minutos

6. Participantes

Todo el salón

7. Procedimiento

Bailar la danza el montero arequipeño

Montonero arequipeño,
ahora que acabó la guerra,
guarda tu viejo uniforme,
galonado con heridas.

Montonero arequipeño,
has luchado en cien combates,
pero es preciso que ahora
retornes a tu morena.

Ay así, me gusta cholito,
cholololo picanero,
dale, dale, dale un besito
a tu encantadora prenda,
y brinda con arrogancia
por tu preciosa morena.

Recio cholo arequipeño,
orgullosa como el Misti,

Bonachón cual tu campiña,
querendón como ninguno.

Montonero arequipeño,
has luchado en cien combates,
y brinda con arrogancia
por tu preciosa morena



LATERALIDAD

QUINTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 12

1. Capacidad

Reconoce y describe el funcionamiento elemental de su cuerpo en la práctica de actividades físicas (ef)

2. Título

Partes del cuerpo

3. Objetivo

Reconocer las partes de su cuerpo y describe el funcionamiento elemental

4. Materiales

Cd de música de fondo

5. Tiempo

15 minutos

6. Participantes

Dieciséis personas

7. Procedimiento

- El animador invita a formar dos círculos (uno dentro del otro) con igual número de personas y pide que se miren frente a frente. Es recomendable tener una música de fondo.
- Pide que se presenten con la mano y digan su nombre, qué hace, qué le gusta y qué no le gusta.
- Inmediatamente el animador da la señal para que se rueden los círculos cada uno en sentido contrario, de tal forma que le toque otra persona en frente.
- El animador pide que se saluden dándose un abrazo y pregunten a la otra persona las mismas preguntas que hicieron antes, después vuelven a girar de nuevo y esta vez se saludan con los pies, posteriormente con los codos, los hombros, etc.

Actividad N° 13

1. Capacidad

Identifica su posición con respecto a lugares y distancias. (ef)

2. Título

El lazarillo

3. Objetivo

Desarrollar el sentido de orientación en tiempo y espacio

4. Materiales

Pañoletas

5. Tiempo

10 minutos

6. Participantes

Diez parejas

7. Procedimiento

Por parejas, uno se venda los ojos a modo de ciego y el otro hace de lazarillo. Hay varias maneras de jugar, **siempre teniendo en cuenta de remarcar la seguridad para que el ciego no sufra ningún daño, el lazarillo deberá estar atento en todo momento.**

Se puede empezar a jugar en un espacio cerrado despejado de objetos, si bien teniendo la precaución adecuada se puede también practicar en el exterior.

- **Manteniendo el contacto con el ciego:** el lazarillo lo sujeta con una mano por un brazo y así lo guía, dirige su movimiento. Sin hablar, sólo pronunciando STOP si requiere que el ciego se pare de golpe.
- **Sin contacto con el ciego:** el lazarillo lo guía indicándole si tiene que girar, seguir recto, parar, ir hacia atrás: recto / derecha + recto / izquierda + recto / hacia atrás / stop / cualquier combinación necesaria para guiar los pasos del ciego.
- **Pronunciando el nombre del ciego:** aconsejable en sala o espacio sin obstáculos, el lazarillo guía al ciego llamándole por su nombre. Primero puede llamarle desde muy cerca para luego alejarse un poco, tomar más distancia, llamarle más flojo, más fuerte.
- **Haciendo un sonido que previamente el lazarillo le hará escuchar al ciego:** de la misma manera que la variante de pronunciar el nombre pero en este caso con un sonido. El facilitador puede indicar los sonidos a cada pareja, pueden ser sonidos de animales u otras cosas, o dejar que cada lazarillo escoja el sonido que quiera.

SEXTO DE PRIMARIA

Actividad N° 14

1. Capacidad

Diseña y representa en grupo una coreografía de danza o expresión corporal, con música de su elección, para narrar una historia. (a)

2. Título

Danza mi país

3. Objetivo

Representar mediante la danza una coreografía y describe las cualidades del país

4. Materiales

Cd de música con la canción Danza mi país

5. Tiempo

6 minutos

6. Participantes

Cuatro grupos de cinco participantes

7. Procedimiento

- Se procederá a formar los grupos.
- Los integrantes deberán armar una coreografía con la canción danza mi país
- Mientras van bailando entonan la letra de la canción.

DANZA MI PAÍS

Vivo en un país maravilloso, lleno de riqueza y voluntad, Dios pintó mi alma blanco y rojo y por nada cambio este lugar.

Mi pueblo es valiente y generoso, pobre pero rico en dignidad y ni el sufrimiento ni el enojo le han hecho que deje de danzar.

Y ASI DANZA, DANZA, DANZA CON SUS PENAS,
CON SUS ALEGRÍAS, CON SU CAMINAR,
DANZA, DANZA, DANZA POR QUE ESPERA QUE EL
DIOS DE LA VIDA LOS LIBERARA.

Si vas a vivir en otras tierras, diles lo que pasa aquí en verdad, cuéntales que el odio y la miseria no nos han podido doblegar. Habla de toda la gente buena que ha dado su vida por la paz y que, tras su muerte, los que quedan se han unido para continuar.



Actividad N° 15

1. Capacidad

Participa en un ensamble musical, cantando e interpretando temas musicales con ritmos propios de su localidad, región o país (a)

2. Título

Creando un yaraví

3. Objetivo

Componer un yaraví utilizando instrumentos musicales de la localidad

4. Materiales

Instrumentos musicales

5. Tiempo

45 minutos

6. Participantes

Cuatro grupos de cinco participantes

7. Procedimiento

- Se procederá a formar los grupos.
- Los integrantes deberán componer una canción con letra alusiva a la ciudad de Arequipa



AL PIE DEL MISTI

Al pie del Misti
mi blanca y bella
esta Arequipa,
mi tierra querida,
tierra gentil y generosa.

Fecunda tierra
cual lava ardiente
de tu majestuoso Misti
se sintió tu rebeldía.

Canta gozoso mi corazón,
de tu pasado, canten las glorias,
entonemos un himno de amor
Arequipa cuna de Melgar (bis).



COORDINACIÓN

QUINTO GRADO

Actividad N° 16

1. Capacidad

Reconoce y describe el funcionamiento elemental de su cuerpo en la práctica de actividades físicas (ef)

2. Título

Partes del cuerpo

3. Objetivo

Reconocer las partes de su cuerpo y describe el funcionamiento elemental

4. Materiales

Cd música de fondo

5. Tiempo

15 minutos

6. Participantes

Dieciséis personas

7. Procedimiento

- El animador invita a formar dos grupos (Uno dentro del otro) con igual número de personas y pide q se miren frente a frente, es recomendable detener una música de fondo.
- Pide que se presenten con las manos y digan su nombre, que hace que le gusta, que hace, etc.
- Inmediatamente el animador da la señal para que rueden los círculos en sentido contrario de tal forma que le toque otra persona en frente.
- El animador pide que se saluden dándose un abrazo y preguntan a la persona una pregunta o las mismas preguntas que hicieron antes, después vuelven a girar de nuevo y esta vez se saludan con los pies, posteriormente con los codos, hombros, etc. y las preguntas pueden variar según el interés de la persona que dirige la dinámica.



Actividad N° 17

1. Capacidad

Identifica su posición con respecto a lugares y distancias. (ef)

2. Título

"Los soldaditos."

3. Objetivo

Adquirir, dominio de sus habilidades corporales, explorando nuevas posturas, direcciones, velocidades, lugares y distancias.

4. Materiales

Cd de música de fondo

5. Tiempo

15 minutos

6. Participantes

20 niños

7. Procedimiento

Los niños se colocan en grupo detrás de un "guía" (que actúa y tiene el cargo de capitán), el que da las órdenes y que los soldaditos (niños) deben cumplir, como por ejemplo:

- Saltar de un pie
- Cruzar la línea y localizarse en un lugar específico sin salir de la línea
- Salir corriendo
- Manos arriba
- Tocar la pared o el suelo con dos manos..
- etc....

Los niños deben obedecer únicamente las consignas que vayan precedidas de la frase "**orden del capitán**". Si cumplen las órdenes que no vayan precedidas de esa frase, abandonan el juego y ayudan al capitán a controlar las infracciones que cometa el resto de los niños.

Actividad N° 18

1. Capacidad

Crea y practica movimientos y desplazamientos siguiendo ritmos sencillos de su región. (ef)

2. Título

Cholito Jesús

3. Objetivo

Crear una coreografía con la canción "Cholito Jesús" desarrollando la coordinación del niño.

4. Materiales

Cd de música y vestimenta de la región sierra del país.

5. Tiempo

Media hora para la preparación de la coreografía

6. Participantes

Dos grupos de 10 niños cada uno

7. Procedimiento

Cholito Jesús (Los Toribianitos - Lima, Perú)



Al niño Dios le llevamos
un ponchito de color (bis)
un chullito muy serrano,
zapatitos de algodón (bis)

Todos le gritarán: ¡Cholito!
¿De dónde llegaste tú? (¡Cholito!)
Todos le creerán (¡Cholito!)
que naciste en el Perú

A la Virgen le llevamos
un mantón abrigador (bis)
A San José una quena
un charango y un tambor (bis)

Todos le gritarán: (¡Cholito!)
¿De dónde llegaste tú? (¡Cholito!)...



SEXTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 19

1. Capacidad

Adopta posturas correctas según la actividad a realizar. (ef)

2. Título

Los cabezones

3. Objetivo

Tomar conciencia de las diferentes partes, posturas y actitudes del cuerpo.

4. Materiales

- Tantas pelotas como parejas que haya
- Cd de música

5. Tiempo

5 minutos

6 Participantes

10 parejas de alumnos

11 Procedimiento

Los niños/as se organizan por parejas y sostienen la pelota pequeña con sus frentes, con las manos a la espalda.

Siguiendo el ritmo del pandero o de la música caminan por el espacio de juego procurando que no se les caiga. Se puede colocar una pelota un poco más grande en las barrigas, para que les sea más fácil.



Actividad N° 20

1. Capacidad

Reconoce y ejecuta creativamente giros utilizando los ejes corporales en situaciones diversas. (ef)

2. Título

Giros sobre el eje transversal. Volteretas sobre superficie inclinada

3. Objetivo

Potenciar el trabajo de habilidades de inversión, giro y volteretas sobre superficies inclinadas, así como adoptar nuevas posturas corporales para adaptarse a superficies poco habituales en el entorno.

4. Materiales

Colchonetas y elemento para conseguir una superficie elevada

5. Tiempo

15 minutos

6. Participantes

20 niños

7. Procedimiento

Ejercicios

- Voltereta adelante sobre superficie inclinada con apoyo de cabeza.
- Voltereta adelante sobre superficie inclinada sin apoyo de cabeza.
- Voltereta atrás partiendo de la posición de sentado sobre superficie inclinada.
- Voltereta atrás partiendo de la posición de cuclillas sobre superficie inclinada.
- Voltereta partiendo de la posición normal del cuerpo de pie sobre superficie inclinada.
- Voltereta partiendo de la posición normal del cuerpo de pie sobre superficie inclinada, pasando antes por la postura invertida del pino (con ayuda).



ESTRUCTURA ESPACIO

QUINTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 21

1. Capacidad

Rechaza toda forma de violencia, discriminación y atropello a la dignidad y al derecho de las personas, reconociendo que es un atentado contra la ley de Dios que busca el bien supremo de la persona. (r)

2. Título

Canción: Nadie hay tan grande como tu

3. Objetivo

Fomentar las buenas relaciones entre semejantes fortaleciendo lo mandado por la ley de Dios mediante una canción respetando los espacios.

4. Materiales

Guitarra y pandereta.

5. Tiempo

10 minutos

6. Participantes

Todos los estudiantes

7. Procedimiento

Se entona la canción, a la vez siguiendo los movimientos que realiza la persona encargada de la motivación.

Popurrí

Nadie hay tan grande como tu
Nadie hay, nadie hay, (Bis)
Quien habrá creado maravillas
Como las que haces tú (Bis)
No con la fuerza, ni la violencia
Es como el mundo cambiara (Bis)
Solo el amor, lo cambiara
Solo el amor lo salvara (Bis)
Su amor, su amor, su mor
Está corriendo ya (Bis)
Por todo el mundo está corriendo ya.

Actividad N° 22

1. Capacidad

Describe la relajación de la totalidad corporal y utiliza adecuadamente su respiración en actividades físicas de mayor intensidad. (ef)

2. Título

El reloj de sol

3. Objetivo

Identificar movimientos de estiramiento y distensión.

4. Materiales

Cd música de la naturaleza (como fondo) .

5. Tiempo

10 minutos

6. Participantes

Todos los estudiantes

7. Procedimiento

Cada niño/a indica con el cuerpo todas las horas, desde las doce hasta las seis. Prever bastante espacio para que puedan tumbarse y estirar los brazos en forma de cruz, formando un gran círculo pero sin tocar al resto.

1. Vamos a jugar al reloj del sol.
2. Empiezo explicando el juego. Tú escuchas y miras, después lo haremos todos juntos.
3. Primero, formaréis un círculo y os tumbaréis de espaldas.
4. Cuando diga "son las doce", colocaréis los brazos por encima de la cabeza, pégalos bien el uno al otro y estíralos. A medida que yo vaya indicando las horas, iréis separando los brazos poco a poco.
5. A las seis, vuestros brazos estarán junto a los muslos, y podréis descansar.
6. Cuando diga vuestro nombre, harás como si fueras un rayo de sol que se estira, y después te levantarás con suavidad.

Actividad N° 23

1. Capacidad

Practica con otros compañeros juegos de campo, de exploración y de orientación

2. Titulo

Encontrando el tesoro

3. Objetivo

Desarrollar el sentido de la orientación respetando el espacio.

4. Materiales

Cartillas de alguna con palabras de alguna frase, lema, o figuras (Esta dinámica puede ser utilizada para desarrollar el tema que se desee trabajar)

5. Tiempo

15 minutos

6. Participantes

Todos los estudiantes

7. Procedimiento

- Se escribir en las cartillas pequeñas la frase "Haz que tu sonrisa cambie el mundo... pero nunca permitas que el mundo cambie tu sonrisa" cada palabra ira en una cartilla, en total serán dieciséis cartillas.
- Se formaran 4 grupos de 6 estudiantes.
- Las cartillas serán escondidas en distintas partes de un sector determinado.
- Los grupos deberán encontrarlas, a la señal de la persona que guie la dinámica.
- Ganará el grupo que encuentre más cartillas.
- Cada cartilla valdrá 10 puntos y la cartilla que contenga la palabra base "sonrisa" obtendrá 20 puntos extra



SEXTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 24

1. Capacidad

Aplica técnicas de primeros auxilios utilizando el botiquín escolar. 6ca Identifica los ecosistemas de su localidad y región. (ca)

2. Título

Primeros auxilios

3. Objetivo

Reconocer las técnicas de primeros auxilios en casos de accidentes

4. Materiales

Botiquín, alcohol, vendas, tablas, gaza, etc

5. Tiempo

20 minutos

6. Participantes

Dos grupos de 10 estudiantes

7. Procedimiento

DRAMATIZACIÓN

- Planificar una dramatización sobre accidentes en clase.
- Se formaran dos grupos cada uno de 10 integrantes, cada uno de ellos crearan una dramatización simulando un accidente, en la cual emplearan las medidas de primeros auxilios.
- Un grupo simulara accidentes en caso de sismos y el otro escenificara accidentes en caso de incendios, dentro de la Institución educativa.
- El docente los guiara en el proceso donde les indicara la manera correcta de emplear las medidas de primeros auxilios.

Actividad N° 25

1. Capacidad

Describe y compara las principales características de las regiones naturales del Perú y valora la importancia de la diversidad biológica para el desarrollo social, cultural y económico de cada región. (ps)

2. Título

Costa, sierra y selva

3. Objetivo

Desarrollar habilidades en los reflejos, rapidez y atención

4. Materiales

Una tiza y cartillas con imágenes que representen la costa, sierra y selva.

5. Tiempo

10 minutos

6. Participantes

20 niños

7. Procedimiento

- Trazar una línea con la tiza en el piso: Esa línea es la sierra a la derecha está la costa y a la izquierda está la selva, los niños se colocan en fila sobre la línea mirando al guía, no hay equipos.
- Cuando el guía dice costa, todos saltan con los pies juntos hacia la derecha, cuando dice sierra todos saltan hacia la línea del centro y cuando dice selva saltan hacia la izquierda, nunca se pasara de costa a selva sin antes haber pasado por la sierra de lo contrario el niño perderá y será eliminado.
- El niño o los niños que se equivoquen deberán decir alguna cualidad ya sea animales, costumbres, etc. de la región natural, de lo contrario no sepa responderá eliminado del juego.
- El guía puede engañar dando una indicación falsa con las manos con la mirada, etc.

Actividad N° 26

1. Capacidad

Diseña y produce en grupo la escenografía, utilería y vestuario para un montaje teatral. (a)

2. Título

Parábola del buen samaritano

3. Objetivo

Presentar mediante un montaje teatral la escenificación del buen samaritano

4. Materiales

Vestuario de la época de Jesús, pancartas pintadas con escenas de los lugares a actuar e implementos de los personajes.

5. Tiempo

20 minutos

6. Participantes

Dos grupos de 10 estudiantes

7. Procedimiento

Repartir los personajes, y delegar responsabilidades quienes se encarguen de la escenografía, vestuarios, equipos, etc

Parábola

"Un hombre bajaba de Jerusalén a Jericó y cayó en manos de unos salteadores que, después de haberle despojado, le cubrieron de heridas y se marcharon, dejándolo medio muerto. Bajaba casualmente por el mismo camino un sacerdote; y, viéndole, pasó de largo. Asimismo, un levita, llegando cerca de aquel lugar, lo vio y pasó de largo. Pero un samaritano que iba de camino llegó hasta él, y al verlo se movió a compasión, y acercándose vendó sus heridas echando en ellas aceite y vino; lo hizo subir sobre su propia cabalgadura, lo condujo a la posada y él mismo lo cuidó. Al día siguiente, sacando dos denarios, se los dio al posadero y le dijo: Cuida de él, y lo que gastes de más te lo daré a mi vuelta. ¿Cuál de estos tres te parece que fue el prójimo de aquel que cayó en manos de los salteadores? El le dijo: El que tuvo misericordia con él. Pues anda, le dijo entonces Jesús, y haz tú lo mismo" (Lc).

Actividad N° 27

1. Capacidad

Procura imitar las virtudes y comportamiento de María como madre de Jesús y de la Iglesia. (r)

2. Título

Teatro: La Anunciación

3. Objetivo

Fomentar la práctica de virtudes como lo hizo la Virgen María, respetando los espacios y ritmos en la escenificación a realizar.

4. Materiales

Vestuario acorde a la época, montar la escenografía que representa la casa de la Virgen María.

5. Participantes

Todos los estudiantes

6. Procedimiento

Se formaran comisiones quienes se harán cargo de la escenografía, vestuarios y los personajes a actuar.
Escena a realizar.

La anunciación

Al sexto mes el ángel Gabriel fue enviado por Dios a una ciudad de Galilea, llamada Nazaret, a una virgen desposada con un varón que se llamaba José, de la casa de David; y el nombre de la virgen era María. Y entrando el ángel en donde ella estaba, dijo: ¡Salve, muy favorecida! El Señor es contigo; bendita tú entre las mujeres. Mas ella, cuando le vio, se turbó por sus palabras, y pensaba qué salutación sería esta. Entonces el ángel le dijo: María, no temas, porque has hallado gracia delante de Dios. Y ahora, concebirás en tu vientre, y darás a luz un hijo, y llamarás su nombre Jesús. Este será grande, y será llamado Hijo del Altísimo; y el Señor Dios le dará el trono de David su padre; y reinará sobre la casa de Jacob para siempre, y su reino de tendrá fin. Entonces María dijo al ángel: ¿Cómo será esto? Pues no conozco varón. Respondiendo el ángel, le dijo: El Espíritu Santo vendrá sobre ti, y el poder del Altísimo te cubrirá con su sombra; por lo cual también el Ser Santo que nacerá, será llamado Hijo de Dios. Y he aquí tu parienta Elizabet, ella también ha concebido hijo en su vejez; y este es el sexto mes para ella, la que llamaban estéril; porque no hay nada imposible para Dios. Entonces María dijo: He aquí la sierva del Señor; Entonces hágase conmigo conforme a tu palabra. Y el ángel se fue de su presencia. (Lucas 1,26-38)

MOTRICIDAD GRUESA

QUINTO GRADO

Actividad N° 28

1. **Capacidad:**
Clasifica triángulos y cuadriláteros de acuerdo con sus ángulos y lados. (m)
2. **Título:**
Ordenando mis figuras geométricas
3. **Objetivo:**
Reconocer las figuras geométricas
4. **Materiales:**
Fichas con respecto a las figuras geométricas
5. **Participantes:**
Todo el salón por parejas
6. **Tiempo:**
12 minutos
7. **Desarrollo:**

Se procede a agruparlos en grupos de 5 para así poder enseñarles las fichas con imágenes, con lo que respecta a figuras geométricas, posteriormente se procederá a pedirles que clasifiquen dichas figuras de acuerdo a su forma y color.



Actividad N° 29

1. Capacidad:

Describe y explica los movimientos de la Tierra en el Sistema Planetario Solar.
(ps)

2. Título:

Conociendo los movimientos del mundo

3. Objetivos:

Lograr que el estudiante realice diversos movimientos

4. Materiales:

Videos

5. Participantes:

Todo el salón por parejas

6. Tiempo:

10 minutos

7. Desarrollo:

Se les mostrara un video sobre la variedad de movimientos que tiene el ser humano, posteriormente se les pedirá que salgan al patio y se formen en grupos de 2 y realicen los movimientos visualizados.



Actividad N° 30

1. Capacidad:

Explora y experimenta los procesos seguidos en la producción de tejidos, cestería, masa de pan, retablos, cerámica utilitaria y ornamental, tallado en madera, otros.

2. Título:

Descubriendo mis habilidades con mis manos

3. Objetivos:

Lograr el desarrollo de sus habilidades manuales

4. Materiales:

Material concreto (lana, pajita)

5. Participantes:

Todo el salón por parejas

6. Tiempo:

15 minutos

7. Desarrollo:

Se formara grupos de 5, seguidamente se les proporcionara materiales como lana, palitos, hilos de diversos colores para que elaboren todo tipo de cestería.



Actividad N° 31

1. Capacidad:

Participa en la creación grupal de coreografías de danza y expresión corporal sobre motivos propios de su localidad, región o país. (a)

2. Título:

Expresándome con mi cuerpo

3. Objetivos:

Permitir la socialización interpersonal por parte del estudiante

4. Materiales:

Pistas musicales

5. Participantes:

Todo el salón (grupos)

6. Tiempo:

12 minutos

7. Desarrollo:

Se procederá a formar grupos de para que la docente pase a dar las indicaciones de los pasos a realizar



Actividad N° 32

1. Capacidad:

Explora actividades de activación corporal (calentamiento) y explica su utilidad.
(ef)

2. Título:

Moviendo mi cuerpo

3. Objetivos:

Realizar movimientos corporales

4. Materiales:

Videos

5. Participantes:

Todo el salón

6. Tiempo:

15 minutos

7. Desarrollo:

El profesor hacer formar a los niños en filas y columnas de preferencia en el patio a una distancia cinco metros entre profesor y los niños. Explica todos los movimientos que se realizaran y procede a realizar todos al mando del profesor toman doble distancia y se paran con las dos piernas separadas paralelamente y con las manos en la cintura.



Actividad N° 33

- 1. Capacidad:**
Crea y practica actividades gimnásticas de giros y equilibrios. (ef)
- 2. Título:**
Girando con cuerpo
- 3. Objetivos:**
Realización de movimientos corporales
- 4. Materiales:**
Videos sobre el tema de ejercicios con respecto a giros y equilibrios
- 5. Participantes:**
Todo el salón por parejas
- 6. Tiempo:**
12 minutos
- 7. Desarrollo:**
El profesor hacer formar a los niños en filas y columnas de preferencia en el patio a una distancia cinco metros entre profesor y los niños. Explica todos los movimientos que se realizaran y procede a realizar todos al mando del profesor toman doble distancia y se paran con las dos piernas separadas paralelamente y con las manos en la cintura.



Actividad N° 34

1. Capacidad:

Explora y experimenta diferentes usos que puede dar a objetos y elementos de su entorno para la escenografía, utilería y vestuario en la realización de juegos teatrales y animación de objetos. (a) .

2. Título:

Descubriendo el uso de los objetos

3. Objetivos:

Explorar y descubrir distintos objetos y elementos donde el estuante pueda hacer uso de ellos.

4. Materiales:

Objetos con referencia al teatro infantil

5. Participantes:

Todo el salón por parejas

6. Tiempo:

10 minutos

7. Desarrollo:

Se procederá a formar grupos de para que la docente pase a dar las indicaciones de los pasos a realizar



SEXTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 35

1. Capacidad:

Elabora modelos de la estructura interna de objetos y sustancias, a partir de información que adquiere o de observaciones indirectas. (ca)

2. Título:

Construyendo con mis manos

3. Objetivos:

Aprender a observar de una manera detallada las cosas

4. Materiales:

Plastilina

5. Participantes:

Todo el salón por parejas

6. Tiempo:

15 minutos

7. Desarrollo:

Se formara grupos de 5, seguidamente se les proporcionara materiales plastilina para que elaborar en diversas imágenes, objetos etc. , todo esto tendrá que ser por creación de ellos .



Actividad N° 36

1. Capacidad:

Diseña y representa en grupo una coreografía de danza o expresión corporal, con música de su elección, para narrar una historia. (a)

2. Título:

Moviendo mi cuerpo

3. Objetivos:

Logre expresarse mediante movimientos de su cuerpo

4. Materiales:

Pista musical

5. Participantes:

Todo el salón (grupos)

6. Tiempo:

17 minutos

7. Desarrollo:

Se procederá a formar grupos de 6 para que la docente pase a dar las indicaciones de los pasos a realizar.



Actividad N° 37

1. Capacidad:

Participa en un ensamble musical, cantando e interpretando temas musicales con ritmos propios de su localidad, región o país. (a)

2. Título:

Cantando con mis ritmos

3. Objetivos:

Logren Interpretar variados temas musicales con ritmos propios

4. Materiales:

Pistas musicales

5. Participantes:

Todo el salón (individual)

6. Tiempo:

14 minutos

7. Desarrollo:

Se procederá a formar grupos de para que la docente pase a dar las indicaciones de que canten un tema de su localidad



Actividad N° 38

1. Capacidad:

Identifica y experimenta formas variadas de lanzamientos, describiendo la trayectoria del objeto lanzado.6ef

2. Título:

Reconociendo los lanzamientos

3. Objetivos:

Logre realizar varios movimientos con ayuda de su cuerpo

4. Materiales:

Salida al campo (enseñar movimientos)

5. Participantes:

Todo el salón por parejas

6. Tiempo:

10 minutos

7. Desarrollo:

El profesor hacer formar a los niños en filas y columnas de preferencia en el patio a una distancia cinco metros entre profesor y los niños. Explica todos los movimientos que se realizaran y procede a realizar todos al mando del profesor toman doble distancia y se paran con las dos piernas separadas paralelamente y con las manos en la cintura.



Actividad N° 39

1. Capacidad:

Reconoce y ejecuta creativamente giros utilizando los ejes corporales en situaciones diversas. (ef)

2. Título:

Girando alrededor de mí espacio

3. Objetivos:

Realiza movimientos complejos en cuanto a giros, haciendo uso de los ejes corporales

4. Materiales:

Salida al campo (enseñar movimientos)

5. Participantes:

Todo el salón por parejas

6. Tiempo:

13 minutos

7. Desarrollo:

El profesor hace formar a los niños en filas y columnas de preferencia en el patio a una distancia cinco metros entre profesor y los niños. Explica todos los movimientos que se realizarán y procede a realizar todos al mando del profesor toman doble distancia y se paran con las dos piernas separadas paralelamente y con las manos en la cintura.



MOTRICIDAD FINA

QUINTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 40

1. Capacidad:

Percibe y aprecia la belleza y el significado de los recursos naturales como fuente de inspiración en las manifestaciones artísticas y culturales de su región y país, explicando las diferentes formas en que son representados en distintos productos artísticos.5ª

2. Título:

Imaginando mis conocimientos

3. Objetivos:

Expresa y aprecia las diferentes manifestaciones artísticas

4. Materiales:

Fichas

5. Participantes:

Todo el salón por parejas

6. Tiempo:

18 minutos

7. Desarrollo:

Se formara grupos de 5, seguidamente se les proporcionara materiales concretos para que estructuren lo que se imaginan en ese momento



www.bigstock.com · 47838071

Actividad N° 41

1. Capacidad:

Explora y experimenta diferentes usos que puede dar a objetos y elementos de su entorno para la escenografía, utilería y vestuario en la realización de juegos teatrales y animación de objetos.(a)

2. Título:

Reconociendo objetos

3. Objetivos:

Identifica los usos de diversos objetos que tiene a su entorno y a su vez a estos les da utilidad.

4. Materiales:

Materiales concretos (objetos variados)

5. Participantes:

Todo el salón por parejas

6. Tiempo:

20 minutos

7. Desarrollo:

El profesor hace formar a los niños en filas y columnas de preferencia en el patio a una distancia cinco metros entre profesor y los niños. Explica todos los movimientos que se realizarán y procede a realizar todos al mando del profesor toman doble distancia y se paran con las dos piernas separadas paralelamente y con las manos en la cintura.



SEXTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 42

1. Capacidad:

Expone sobre temas de estudio e investigación respetando la estructura formal, las características del auditorio y utilizando recursos audiovisuales.(c)

2. Título:

Expresando mis ideas

3. Objetivos:

Expresa temas de investigación y esto lo realiza a través de estructuras y reglas dadas por el docente

4. Materiales:

Paleógrafos

5. Participantes:

Todo el salón (individual)

6. Tiempo:

17 minutos

7. Desarrollo:

La docente pide a los estudiantes que hagan uso del material proporcionado para que plasmen sus ideas y posteriormente las expresen



Actividad N° 43

1. Capacidad:

Adopta posturas correctas según la actividad a realizar e identifica movimientos que ponen en riesgo su salud corporal. (ef)

2. Título:

Adoptando posturas

3. Objetivos:

Qué realiza movimientos y los identifica posteriormente estos los hace de una manera correcta

4. Materiales:

Salida al campo (enseñar movimientos)

5. Participantes:

Todo el salón por parejas

6. Tiempo:

10 minutos

7. Desarrollo:

El profesor hacer formar a los niños en filas y columnas de preferencia en el patio a una distancia cinco metros entre profesor y los niños. Explica todos los movimientos que se realizaran y procede a realizar todos al mando del profesor toman doble distancia y se paran con las dos piernas separadas paralelamente y con las manos en la cintura y en otras partes de su cuerpo.



ESTRUCTURA TIEMPO

QUINTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 44

1. Capacidad:

Identifica y respeta las normas de circulación peatonal en carretera y asume un comportamiento adecuado como peatón. (ps)

2. Título:

Respetamos las señales de tránsito.

3. Objetivo:

Reconoce y se ubica en las distintas señales de tránsito, teniendo en cuenta situaciones de peligro.

4. Materiales:

- cajas de cartón para la confección de semáforos.
- Hojas de papel boom para las señales de tránsito.
- Tiza para señalización de calles y señales.

5. Tiempo:

Mínimo 15 min - Máximo 25 min.

6. Participantes:

20 personas, agrupadas en 5 integrantes.

7. Procedimiento:

- Se requiere partir de la delimitación de un espacio suficientemente grande (como el patio o campo deportivo de la I.E.) para convertirlo en "la vía pública"; podríamos decir a los chicos que ese lugar representa la vía pública, por los que caminamos, jugamos o viajamos. Allí hace falta definir dos lugares diferenciados: la vereda y la calle; también, conversar con los chicos y definir dónde ubicar la senda peatonal, dibujarla con tiza y disponer "semáforos" hechos de cajas de cartón. Podemos armar un vehículo con una fila de sillas o acordar que los vehículos son el conductor con los pasajeros tomados de su cintura.
- Una vez armado "el escenario"; podemos proponerle a los chicos que saquen papelitos para ver qué rol jugar; ya que pueden ser: conductores; peatones o pasajeros.

- Las tarjetas para el sorteo pueden tener una breve caracterización. Y si es posible, una imagen. Por ejemplo:
- Es interesante en este punto advertir la importancia que estamos dando a ubicar el propio rol en la vía pública y a reconocer para cada uno, perspectivas, responsabilidades y posibilidades distintas, al presentarles a los chicos el tránsito como problema, como cuestión a la que hay que "prestar atención".
- Con esta actividad y a través de un juego, iniciamos un trabajo sobre el tema que podría continuarse en otras propuestas, en años posteriores, profundizando reflexiones que en el nivel inicial o el primer tramo de la primaria podemos esbozar, referidas a la precaución.



Actividad N° 45

1. Capacidad:

Participa en la creación grupal de coreografías de danza y expresión corporal sobre motivos propios de su localidad, región o país. (ps)

2. Título:

Carnaval de Arequipa

3. Objetivo:

Reconoce las distintas costumbres y tradiciones de su región

4. Materiales:

Cd, equipo de sonido y vestimenta.

5. Tiempo:

10 min.

6. Participantes:

20 personas en grupos de dos.

7. Procedimiento:

Agrupamos a los niños en parejas y vamos dejando pasos de baile característicos del carnaval de Arequipa siempre recalcando la importancia de conocer y valorar las costumbres y tradiciones de nuestra región.



Actividad N° 46

1. Capacidad:

Vivencia los Mandamientos, Obras de Misericordia y Bienaventuranzas para ayudar a construir la civilización del amor. (r)

2. Título:

Que vida el amor y la misericordia

3. Objetivo:

Profundizar los mandamientos basados en el amor y la misericordia.

4. Materiales:

Ropa para la dramatización, fichas de ayuda para el libreto.

5. Tiempo:

15 minutos.

6. Participantes:

Grupos de 8 alumnos.

7. Procedimiento:

Procedemos a agrupar a los niños en un círculo estos tendrán que a su vez recrear uno a uno situaciones donde haya actos de misericordia donde se pueda comprobar que existe el verdadero amor en Dios y puedan fortalecer la confianza en sus valores y mandamientos.

Seguidamente hacemos q lo representen en escenas intercambiando roles, terminamos resaltando la importancia de tener fe en el amor a los mandamientos.



Actividad N° 47

1. Capacidad:

Identifica su posición con respecto a lugares y distancias. (ef)

2. Título:

Conozco mi camino.

3. Objetivo:

Identifiquen diferentes distancias y se ubiquen en distintos lugares relacionando tiempo y espacio

4. Materiales:

Cartulina, lapiceros, marcadores y cinta.

5. Tiempo:

15 minutos.

6. Participantes:

15 personas

7. Procedimiento:

- El docente propone a los niños realizar diferentes recorridos
- Los niños reflexionan que para llegar al lugar indicado hay más de un recorrido posible
- La docente interroga: "¿Cuál de los dos recorridos es más largo?"
- Utilizando unidades de medida no convencionales (pasos, baldosas, muñecos) verifican el interrogante
- El docente invita a los niños a realizar, en grupo, carteles indicadores. Terminadas las producciones realizan nuevamente el recorrido y cuelgan cada cartel en el lugar correspondiente

Ante las producciones, se deberán tener en cuenta el punto de partida, el punto de llegada, puntos intermedios, caminos rectos, curvos, distancias aproximadas entre los diferentes lugares, secuencia real de lugares, elementos (cuadros, macetas, puertas) y ubicación de los mismos (izquierda, derecha).

Actividad N° 48

1. Capacidad:

Representa gráficamente hechos de su historia nacional utilizando medidas temporales: cuadros cronológicos y líneas de tiempo. (ps)

2. Título:

Conociendo mi historia con mimos.

3. Objetivo:

Conocer la historia mediante la representación y situaciones rescatando la identidad nacional.

4. Materiales:

- fichas de historia.
- Guantes para el mimo.

5. Tiempo:

15 min.

6. Participantes:

20 participantes.

7. Procedimiento:

Una dinámica para hacer pensar a nuestros alumnos en la importancia de hacer preguntas, comunicarse, y tratar de conocer todos los detalles sobre la historia de nuestro país. El profesor pide tres o cuatro participantes que se ofrezcan voluntarios: hacemos que se vayan todos menos uno. Este cuenta una historia al grupo (una historia que haya sucedido en nuestro Perú). Podemos darle la historia escrita de antemano en un papel para hacerlo más fácil. A continuación la representa mediante mímica delante de todo el grupo, incluidos los otros dos o tres voluntarios. Posteriormente, cada voluntario repite la historia mediante mímica. Al final cada uno de ellos explica verbalmente lo que ha representado. El último en contar su historia es el primer participante. Las diferencias y comparaciones son inevitables.



SEXTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 49

1. Capacidad:

Escribe textos discontinuos, tales como cuadros, tablas y organizadores gráficos, sobre temas de estudio o investigación. (c)

2. Título:

Jugando con roles familiares.

3. Objetivo:

Representar gráficamente los distintos roles de la familia mediante cuadros y fichas.

4. Materiales:

Pinceles, hojas, temperas, cartulina, diferentes imágenes, fotos, vestimenta, espejo, lápices, diarios, álbumes de fotos.

5. Tiempo:

15 min.

6. Participantes:

Todos los estudiantes del aula.

7. Procedimiento:

Pedimos a los estudiantes que recolecten fotos familiares en distintas situaciones. Comentar al grupo quienes están en las fotos: nombre, apellidos, relación afectiva, que estaban haciendo, donde estaban, etc.

- Confeccionar la carpeta viajera que visitará todos los hogares con el objetivo de que las familias cuenten historias familiares, anécdotas, paseos, festejos, travesuras, etc.
- Realizar un mural para la sala: Cada niño se dibujará y le colocará su nombre. Para esta actividad se utilizará un espejo para que se dibujen detalles como cejas, pestañas, etc.
- Conversar sobre las tareas de los diferentes integrantes de la familia: mamá, papá, hermanos mayores, hermanos menores, abuelos, tíos, etc...
- Armar con dibujos una secuencia de un día en nuestra vida desde que nos levantamos hasta que nos acostamos.
- Comparar con algún compañero. ¿hay actividades que hacen todos?
*Enumerar y ordenar secuencialmente las actividades realizadas durante la jornada en el jardín.

- Conversar sobre distintos acontecimientos familiares: nacimientos, casamientos, cumpleaños, bautismo. Que se festeja en cada uno de ellos, que rituales se realizan, como se festejan, etc.
- Armar un cuadro para saber cuántos cumpleaños se festejan por mes en la sala.



Actividad N° 50

1. Capacidad:

Lee e interpreta representaciones temporales de la historia nacional expresadas en una línea de tiempo. (ps)

2. Título:

Viajando en la historia.

3. Objetivo:

Interpretar y conocer la historia nacional en distintos momentos.

4. Materiales:

- Fichas elaboradas con dibujos en distintas situaciones de la historia.
- Colores, temperas, etc.

5. Tiempo:

10 min.

6. Participantes:

15 personas agrupadas en 5.

7. Procedimiento:

Primero formamos 3 grupos de 5 alumnos, pedimos a ellos que confeccionen fichas dibujadas en las cuales existen distintas situaciones de la historia formando una línea de tiempo, seguidamente elegimos a un representante para que salga al frente y mediante la imitación e imitación intentara explicar lo que existe en las fichas y los grupos contrarios intentarían averiguar de qué fecha histórica se trata ganara el grupo que tengas más aciertos.



Actividad N° 51

1. **Capacidad:** Analiza información acerca de algunas teorías del origen de la tierra y de la evolución.6ca
2. **Título:** Construyendo la evolución de la tierra.
3. **Objetivo:** Internalicen la idea de la evolución de la tierra explicando el origen y el desarrollo de la vida en la Tierra y que como tal, es una teoría en continua modificación.
4. **Materiales:** cartillas de cartulina, imágenes de la evolución de la tierra, cajas de cartón, papel lustre, goma y temperas.
5. **Tiempo:** 25 min.
6. **Participantes:** 20 personas
7. **Procedimiento:** Formamos 4 grupos de 5 personas y les pedimos que mediante fichas gráficas y maquetas representen las teorías de la tierra para lo cual ellos elaboran su material creativo y muy didáctico utilizando papel, temperas, y demás material que puedan utilizar.



Actividad N° 52

- 1. Capacidad:**
Adopta posturas correctas según la actividad a realizar e identifica movimientos que ponen en riesgo su salud corporal. (ef)
- 2. Título:**
La torre más alta.
- 3. Objetivo:**
Desarrollar equilibrio, coordinación en los movimientos, control postural.
- 4. Materiales:**
Ninguno.
- 5. Tiempo:**
10 minutos.
- 6. Participantes:**
20 personas
- 7. Procedimiento:**
En hilera. Detrás de la línea de salida, se colocan las hileras para realizar una marcha en los metatarsos, brazos arribas, a una distancia de 4-5 metros, tratando de no flexionar las piernas, los niños deben de tratar extender el cuerpo al máximo, se regresa con un trote suave. El cuerpo se debe mantener con control muscular. No se deben flexionar las piernas ni apoyar los talones.



Actividad N° 53

1. **Capacidad:**
Reconoce y ejecuta creativamente giros utilizando los ejes corporales en situaciones diversas.6ef
2. **Título:**
Pasa el objeto.
3. **Objetivo:**
Desarrollar la rapidez y, coordinación en los movimientos sobre su eje.
4. **Materiales:**
Pelotas medicinales o de algunos deportes.
5. **Tiempo:**
15 minutos.
6. **Participantes:**
Dos columnas de 10 estudiantes
7. **Procedimiento:**

Se forma el grupo en dos columnas, detrás de una línea separada entre sí a una distancia de 1 metro el primer niño de cada columna tendrá una pelota en su mano.

A la voz del profesor, el primer niño de cada equipo alza la pelota y la pasa hacia atrás con ambas manos por encima de la cabeza, realizándolo todos los estudiantes hasta que llegue la pelota hasta el final, cuando el último niño coja la pelota corre hasta frente y comienza a pasarla hacia atrás, así sucesivamente, hasta que el primer niño ocupe de nuevo su lugar al frente de la columna, donde levantará la pelota en señal de victoria. El tronco debe permanecer erguido tanto del que pasa como el que recibe la vista siempre al frente, piernas ligeramente separadas cuando se cae la pelota, el juego debe continuar por el mismo lugar y ganará el equipo que primero termine.



MOVIMIENTO - RITMO

QUINTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 54

1. **Capacidad:**
Se expresa con pronunciación y entonación adecuadas, cuando recita poemas extensos. (c)
2. **Título:**
Recitamos un poema alusivo a Arequipa
3. **Objetivo:**
Expresar el poema compuesto por el mismo.
4. **Materiales:**
 - Lápiz
 - Papel
5. **Tiempo:**
Mínimo 15 min.
6. **Participantes:**
Todo el salón pero cada uno lo compondrá
7. **Procedimiento:**
El niño saldrá adelante a recitar su poema que el mismo lo compuso.

SALUDO LONCCO

Desde un bello rincón arequipeño,
he veni'u invita'u por la curiosidad
para saludarte Blanca Ciudad
en vísperas de tu cumpleaños.

Mi sombrero gasta'u y terno de paño
lo he ccapicha'u en mi vieja barrica;
como soy Loncco que no se achica,
engomina'u y con mi mejor traje,
he veni'u a rendirte mi homenaje;
a tirar prosa en tu día, Arequipa.

Ensilé mi mejor caballo de paso
al primer repique de la campana,
un ccachi de tosta'u de mi ancana;
mi quipo lleno pa' gozar a todo lazo
y la guitarra pa' empeñarla por un caso;

aunque no haya entrada de ccapo,
tomaré diana con el mejor huacto;
estaré en la "joroba", "jorobita" y "jorobete",
y, si puedo aguantar, en el "andá y volvete";
porque soy un Loncco Arequipeño nato.

También te he traído una ceronada
de mis más mejores "lonccos versos",
guardarlos en mis arqueados tercios;
desgranados con mi modesta tonada,
dedicártelos quiero a ti, tierra amada;
tomar con nuestro Misti caballero
la chicha con el Tukuruto pendenciero;
cantar con Melgar y los Cerpa y Llosa,
una flor de texao pa' la chica más hermosa,
y, para ustedes, el corazón de este Loncco
Chacarero.

Actividad N° 55

1. Capacidad:

Crea e interpreta canciones que expresan sus vivencias, sentimientos y situaciones de su cotidianidad, acompañándose con instrumentos. (a)

2. Título:

Canción para mamá

3. Objetivo:

Lograr q el estudiante exprese sus sentimientos mediante una canción.

4. Materiales:

Papel lapicero

5. Tiempo:

Mínimo 15 min.

6. Participantes:

Todo el salón pero cada uno lo compondrá la canción

7. Procedimiento:

El niño compondrá la canción y si podrá expresar sus sentimientos.

Yo le canto a la mujer de pelo blanco. (que quiero tanto) La que me da su amor sin condición A mi madre querida yo le canto A mi madre querida yo le canto Esta canción que he guardado dentro del corazón Madrecita querida es tu amor tan inmenso, como el amor de Dios Por eso madrecita este día de tu santo las estrellas del cielo Brillaran en tu honor el canto de las aves y el murmullo del viento Que tu amor es tan grande, como el amor de Dios



Actividad N° 56

1. **Capacidad:**
Explora actividades de activación corporal (calentamiento) y explica su utilidad. (ef)
2. **Título:**
Imitando a los animales
3. **Objetivo:**
Expresar mediante su cuerpo los movimientos y sonidos que hacen los animales
4. **Materiales:**
Cartillas con imágenes de animales
5. **Tiempo:**
Mínimo 15 min.
6. **Participantes:**
Todo el salón pero
7. **Procedimiento:**

El niño deberá salir adelante y la profesora le mostrara una cartilla el niño tendrá que imitar la imagen que vio pero utilizando su cuerpo



Actividad N° 57

1. **Capacidad:**

Describe la relajación de la totalidad corporal y utiliza adecuadamente su respiración en actividades físicas de mayor intensidad. (ef)

2. **Título:**

Bailando una concina

3. **Objetivo:**

Reconocer los distintos sonidos y los aplica mediante la canción

4. **Materiales:**

Música

5. **Tiempo:**

Mínimo 10 min.

6. **Participantes:**

Todo el salón

7. **Procedimiento:**

Los niños Bailar una canción primero solo con los pies, luego solo con los brazos, luego solo con la cabeza, finalmente con todo el cuerpo.



Actividad N° 58

1. **Capacidad:**
Crea y practica movimientos y desplazamientos siguiendo ritmos sencillos de su región.
(ef)
2. **Título:**
La pampeña
3. **Objetivo:**
Reconocer al cansino y lo práctica de acuerdo al ritmo
4. **Materiales:**
Música
5. **Tiempo:**
Mínimo 10 min.
6. **Participantes:**
Todo el salón pero agrupados en dos
7. **Procedimiento:**
El docente colocara la música y el niño tendrá que realizar los pasos de acuerdo con la música pero con su pareja.



SEXTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 59

1. **Capacidad:**
Utiliza y combina creativamente sus habilidades básicas en actividades físicas. (ef)
2. **Título:**
Dril
3. **Objetivo:**
Que el niño sepa realizar las actividades que se desarrollan
4. **Materiales:**
 - Ula ula
 - Cintas
 - Pompones
5. **Tiempo:**
Mínimo 6 min.
6. **Participantes:**
10 personas
7. **Procedimiento:**
Se colocara la música y de acuerdo el sonido.
El niño lograra hacer sus actividades y pondrá en práctica lo aprendido.



Actividad N° 60

1. **Capacidad:**
Identifica y realiza actividades atléticas básicas de carreras, saltos y lanzamientos
2. **Título:**
Carreras con obstáculos
3. **Objetivo:**
Coordina al correr y saltar correctamente en las diferentes pistas atléticas.
4. **Materiales:**
Vallas u obstáculos, tiza para marcar la pista atlética, lana para poner la meta.
5. **Tiempo:**
5 minutos
6. **Participantes:**
20 personas en grupos de cinco
7. **Procedimiento:**

Señalizamos el campo deportivo, colocamos los obstáculos en c los obstáculos hasta llegar a la meta, el tiempo será acumulativo de los participantes y ganadores y el que tiene menos tiempo en la actividad será el perdedor.



Actividad N° 61

1. Capacidad:

Diseña y representa en grupo una coreografía de danza o expresión corporal, con música de su elección, para narrar una historia. (a)

2. Título:

Los cañeros de san Jacinto

3. Objetivo:

Reconocer y valorar las historias y tradiciones vividas

4. Materiales:

- Vestimenta reciclada
- Cañas
- Flotes
- Música

5. Tiempo:

Mínimo 10 min.

6. Participantes:

10 parejas entre hombres y mujeres

7. Procedimiento:

Los niños se colocaran en forma de procesión y dentaran cantando en siguiente verso

Versos

Los ángeles cantan con voz celestial

Jacinto de gloria de amor y de paz

Habla San Jacinto suplica Jesús

Soy un pobre esclavo tu hijo y del señor.

Actividad N° 62

- 1. Capacidad:**
Participa en un ensamble musical, cantando e interpretando temas musicales con ritmos propios de su localidad, región o país.6ª
 - 2. Título:**
Trajes de distintos lugares.
 - 3. Objetivo:**
Reconocer los trajes de distintos lugares de las regiones.
 - 4. Materiales:**
Imágenes de material reciclado: plástico, papel, silicona, ahajas etc.
 - 5. Tiempo:**
Mínimo 45 min.
- Participantes:**
5 grupos de 4 alumnos.
- Procedimiento:**
Los niños se pondrán de acuerdo y confeccionaran un traje de una región.



EQUILIBRIO

QUINTO GRADO DE PRIMARIA

Sesión N° 63

1. **Capacidad:**
Reconoce y describe el funcionamiento elemental de su cuerpo en la práctica de actividades físicas. (ef)
2. **Título:**
twister
3. **Objetivo:**
Reconocer y fortalecer el equilibrio en el niño
4. **Materiales:**
Cartilla
Cartulina
Plumones.
5. **Tiempo:**
20 minutos
6. **Participantes:**
Cuatro grupos de cinco
7. **Procedimiento:**

Se juega con un telón pre impreso que se pone en el suelo en donde hay marcado diferentes círculos de colores. Es en donde se ponen manos y pies según un reloj que indica el color y la mano o pie que deben ir en dicho color, ej: mano derecha color verde.

pie izquierdo color azul.

así los que juegan ponen sus manos y pies en los colores que el reloj indica y se van enredando y perdiendo el equilibrio. El que primero cae pierde.



Actividad N° 64

- 1. Capacidad:**
Identifica su posición con respecto a lugares y distancias. (ed)
- 2. Título:**
Juego a la pelota
- 3. Objetivo:**
Fortalecer el equilibrio del niño.
- 4. Materiales:**
Pelotas o globo.
- 5. Tiempo:**
5 minutos
- 6. Participantes:**
Grupos de 2

Procedimiento:

La docente entregara al niño una pelota o globo a la pareja y el niño tendrá que lanzar o patear con la mano o pie izquierdo luego cambiara con el derecho y veremos que el niño al momento de patear tendrá que usar el equilibrio ya que se pondrá en un pie.



SEXTO GRADO DE PRIMARIA

Actividad N° 65

1. Capacidad:

Utiliza y combina creativamente sus habilidades sus habilidades básicas en actividades básicas. (ef)

2. Título:

Dril

3. Objetivo:

Reconocer y poner en práctica las actividades de educación física.

4. Materiales:

Ula ula, pompones, música

5. Tiempo:

7 minutos

6. Participantes:

10 personas

7. Procedimiento:

Los alumnos se colocaran en la cancha deportiva se pondrá la música

Y ellos tendrán que realizar los distintos movimientos y ejercicios aprendidos pero también

De acuerdo a la música.



CONCLUSIONES

- Entonces podemos decir que una buena estimulación permitirá un muy buen desarrollo integral en su hijo o hija porque la Psicomotricidad ofrece un lugar de privilegio, donde el niño puede descargar su impulsividad sin culpabilidad. Esta descarga será determinante para su equilibrio afectivo.
- Permite el dominio y conciencia de su propio cuerpo.
- El niño puede vivenciar y conocer su propio cuerpo y puede ir elaborando su totalidad corporal como una síntesis entre la imagen y el esquema corporal.
- Le permite afirmar su lateralidad, control postural, equilibrio, coordinación, ubicación en tiempo y espacio.
- La percepción y discriminación de las cualidades de los objetos y sus distintas utilizaciones.
- Reafirma su autoconcepto y autoestima, al sentirse más seguro emocionalmente, como consecuencia de conocer sus propios límites y capacidades.
- Se integra a nivel social con sus compañeros.
- Se prepara capacidades necesarias para los aprendizajes escolares básicos. Un sin fin de posibilidades,; así que papitos y mamitas a brindar a sus pequeños una buena estimulación psicomotriz
- El desarrollo y control corporal, sensorial, equilibrio y orientación son elementos fundamentales que deben ser incorporados de manera sistemática y secuencial en la práctica psicomotriz del niño, en correspondencia con la edad de desarrollo.
- La educación psicomotriz está pensada en función de la edad del niño y de la unidad de sus intereses, para favorecer el desarrollo de su personalidad. La educación psicomotriz es una técnica, pero es también un estado de ánimo, un modo de enfoque global del niño y de su desarrollo, fundamentada en la solución de sus problemas individuales y en la rehabilitación de diversas alteraciones.
- Es imprescindible una excelente preparación del especialista vinculado con la familia y además instrumentos necesarios y adecuados para su ejecución.

Integrantes:

Casas Ceballos Leonor

Huancollo Coaquira Marco Antonio

Orihuela Rojas Rosa Angela

QuispeTamo Marco Aurelio

Rojas Quispe Sayda



**DIPLOMA DE CAMPEON EN
PSICOMOTRICIDAD**