



**Programa de
Actividades en
Educación
Psicomotriz**

II CICLO
Niños de 4 años

PRESENTACIÓN

El siguiente trabajo tiene como objetivo comprender la importancia y las capacidades de la psicomotricidad y en la edad preescolar, en el que trataremos de destacar su desarrollo como instrumento de educación, también dar a Conocer y saber desarrollar adecuadamente en el alumno un buen desarrollo psicomotriz en la que incluimos las áreas de la psicomotricidad:

Esquema Corporal: Es el conocimiento y la relación mental que la persona tiene de su propio cuerpo. El desarrollo de esta área permite que los niños se identifiquen con su propio cuerpo, que se expresen a través de él, que lo utilicen como medio de contacto.

Lateralidad: Mediante esta área, el niño estará desarrollando las nociones de derecha e izquierda tomando como referencia su propio cuerpo y fortalecerá la ubicación como base para el proceso de lecto-escritura.

Equilibrio: Es considerado como la capacidad de mantener la estabilidad mientras se realizan diversas actividades motrices. Esta área se desarrolla a través de una ordenada relación entre el esquema corporal y el mundo exterior.

Estructuración espacial: Esta área comprende la capacidad que tiene el niño para mantener la constante localización del propio cuerpo, tanto en función de la posición de los objetos en el espacio como para colocar esos objetos en función de su propia posición.

Tiempo y Ritmo: Las nociones de tiempo y de ritmo se elaboran a través de movimientos que implican cierto orden temporal, se pueden desarrollar nociones temporales como: rápido, lento; orientación temporal como: antes-después y la estructuración temporal que se relaciona mucho con el espacio.

Motricidad: Está referida al control que el niño es capaz de ejercer sobre su propio cuerpo. La motricidad se divide en gruesa y fina

Como podemos ver El cuerpo se utiliza en la psicomotricidad como forma de expresión, como un lenguaje que a partir del movimiento ayudará a tomar conciencia de su propia individualidad, del mundo de los objetos y del mundo de los demás. Así, se ha de emplear estas actividades pedagógicas en la escuela infantil si se quiere dar al niño una educación integral.

ÍNDICE

- ✓ Esquema Corporal
- ✓ Estructura Espacial
- ✓ Coordinación
- ✓ Lateralidad
- ✓ Tiempo
- ✓ Ritmo
- ✓ Motricidad



Esquema Corporal

Capacidades

- Reconocer las partes del cuerpo
- Identifica partes del cuerpo en otros
- Practica el lavado de manos
- Establecer relaciones espaciales con el cuerpo al ubicarse
- Utilizar su cuerpo para expresar y comunicarse mediante la música
- Hacer movimientos corporales según el ritmo.
- Expresar cuentos mediante movimientos.
- Movimiento del cuerpo, representando situaciones diarias.

Actividad N° 01

TÍTULO: Mi Carita

OBJETIVO: Reconocer las partes de su cuerpo

MATERIAL:

- Nuestro cuerpo
- Papelotes con imágenes

DURACIÓN: 15 minutos

PARTICIPANTES: Los alumnos de 4 años máximo 20.

PROCEDIMIENTO: Se muestra el papelote con la canción escrita la docente la cantara, activamente para que el niño la pueda tararear después repetir la canción más de 3 veces, mostrando las imágenes en el papelote.

Canción:

MI CARITA

Mi carita redondita
Tiene ojos y nariz
También tiene uñas
Boquita para hablar y sonreír
Con mis ojos veo todo
Con mi nariz hago achís
Con mi boca como ricas tostaditas con maní.

Actividad N° 02

TÍTULO: Aprendemos Juntos

OBJETIVO: Reconocer las partes del cuerpo

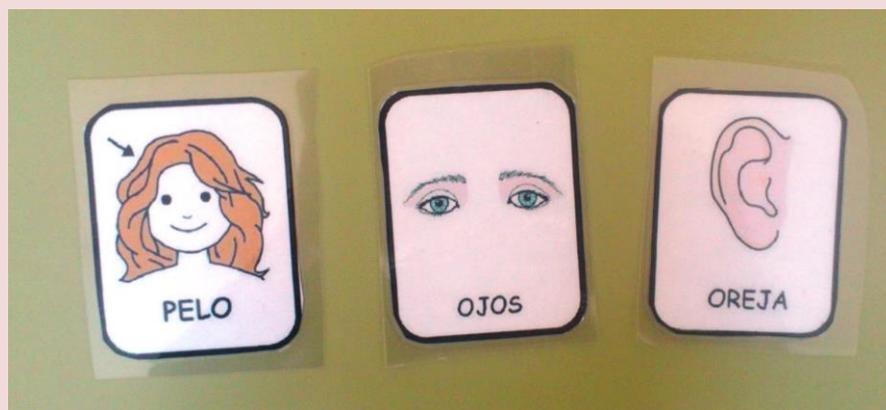
MATERIAL:

- Cartel con partes del cuerpo (dibujos)
- Reproductor de música

DURACIÓN: 20 minutos

PARTICIPANTES: niños de 4 años máximo 20.

PROCEDIMIENTO: mostramos el cartel, luego eligen a su pareja cuando suena la música los niños deberán desplazarse por todo el salón separado de su pareja mientras esta suena, pasado el tiempo prudente y luego la mis muestra el cartel y los chicos se aran y se agarran la parte de su cuerpo.



Actividad N° 03

TÍTULO: Mi lindo cuerpecito

OBJETIVO: Reconocer y señalar las partes de su cuerpo.

MATERIAL:

- Su cuerpo
- Imágenes

DURACIÓN: 15 minutos

PARTICIPANTES: niños de 4 años máximo 20.

PROCEDIMIENTO: se le enseña las partes de su cuerpo con la mímica de la canción y cantando a la vez luego se hace una práctica para verificar si el niño reconoce la parte de su cuerpo, luego repetir la canción.

Cabeza, brazos
Tronco, piernas
Tronco, piernas
Tronco, piernas
Y una vueltecita



Actividad N° 04

TÍTULO: Manitas limpias

OBJETIVO: Practicar el lavado de manos

MATERIAL: Titiritero

DURACIÓN: 15 minutos

PARTICIPANTES: los alumnos de 4 años, máximo 15 niños.

PROCEDIMIENTO: le contamos el cuento, luego cantamos la canción:

Cochinín y Limpín

Había una vez en la ciudad de manilandia dos manitos muy amigas, uno se llamaba limpín y cochinín, cierto día cochinín lloraba mucho y limpín le pregunto ¿Por qué lloras? Y cochinín le respondió nadie quiere ser mi amigo porque me ensucio mucho, entonces limpín le dijo yo te voy a enseñar a lavarte las manos para que podamos jugar y otra vez ser muy limpios.

Mis manitos enjabono,
Y espumita puede hacer,
Dedito por dedito,
Limpiecito quedaré.



Actividad N° 05

TÍTULO: Gusanito colorido

OBJETIVO: Establecer relaciones espaciales con su cuerpo

MATERIAL:

- Individuales de corrospum de color entero máximo 10 colores
- Baja lenguas pintados de colores (amarillo, rojo, azul, anaranjado)

DURACIÓN: 25 minutos

PARTICIPANTES: niños de 4 años máximo 10.

PROCEDIMIENTO: Armar el gusanito en el patio con los individuales y repartir las paletas de colores explicar el juego y el niño se tiene que dirigir en busca del color de su paleta para saber qué lugar ocupa cada uno de ellos, y así comenzamos el juego.



Actividad N° 06

TÍTULO: Cristo está vivo

OBJETIVO: Utilizar su cuerpo para expresar y comunicarse a través de la música

MATERIAL:

- Canción

DURACIÓN: 15 minutos

PARTICIPANTES: 20 niños de 4 años.

PROCEDIMIENTO: La docente canta la canción realizando mímicas y gestos, luego vuelve a repetir la canción.

Cristo está vivo
Cristo no está muerto
Él está vivo (bis)
Lo siento en mi alma
Lo siento en mí ser
Los siento en mi corazón (bis)



Actividad N° 07

TÍTULO: Tengo mi ritmo

OBJETIVO: Hacer movimientos corporales según el ritmo

MATERIAL:

- Panderetas
- Maracas, sonajas

DURACIÓN: 15 minutos

PARTICIPANTES: 15 niños de 4 años.

PROCEDIMIENTO: La docente empieza a indicar las reglas de juego, mostrando los instrumentos, indicando las reglas (no dejar de moverse, no gritar, no empujarse, moverse de acuerdo al ritmo). La docente tocara el instrumento para que el niño haga movimientos rápidos, lentos de acuerdo al ritmo que escucha del instrumento.



Actividad N° 08

TÍTULO: Charada de cuentos

OBJETIVO: Expresar cuentos mediante movimientos

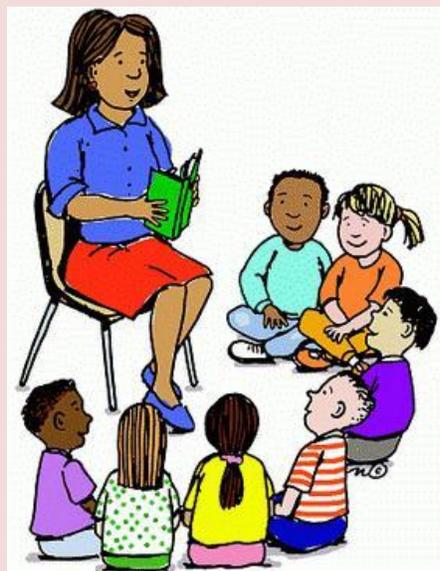
MATERIAL:

- Cuentos de la cenicienta, pinocho, etc.
- Fichas elaboradas con los distintos personajes

DURACIÓN: 30 minutos

PARTICIPANTES: niños de 4 años aproximadamente 10

PROCEDIMIENTO: la docente narra y cuenta los cuentos de manera corta y precisando los personajes del cuento mediante afiches, empezamos el juego ¡Aquí esta! .La docente volverá a contar el cuento y el niño identificara al personaje en el afiche entregado, tendrá que decir ¡Aquí esta!



Actividad N° 09

TÍTULO: Vistiendo al amigo

OBJETIVO: Mover el cuerpo representando situaciones diarias

MATERIAL:

- Muñeco
- Prendas de vestir
- Un lavador

DURACIÓN: 20 minutos

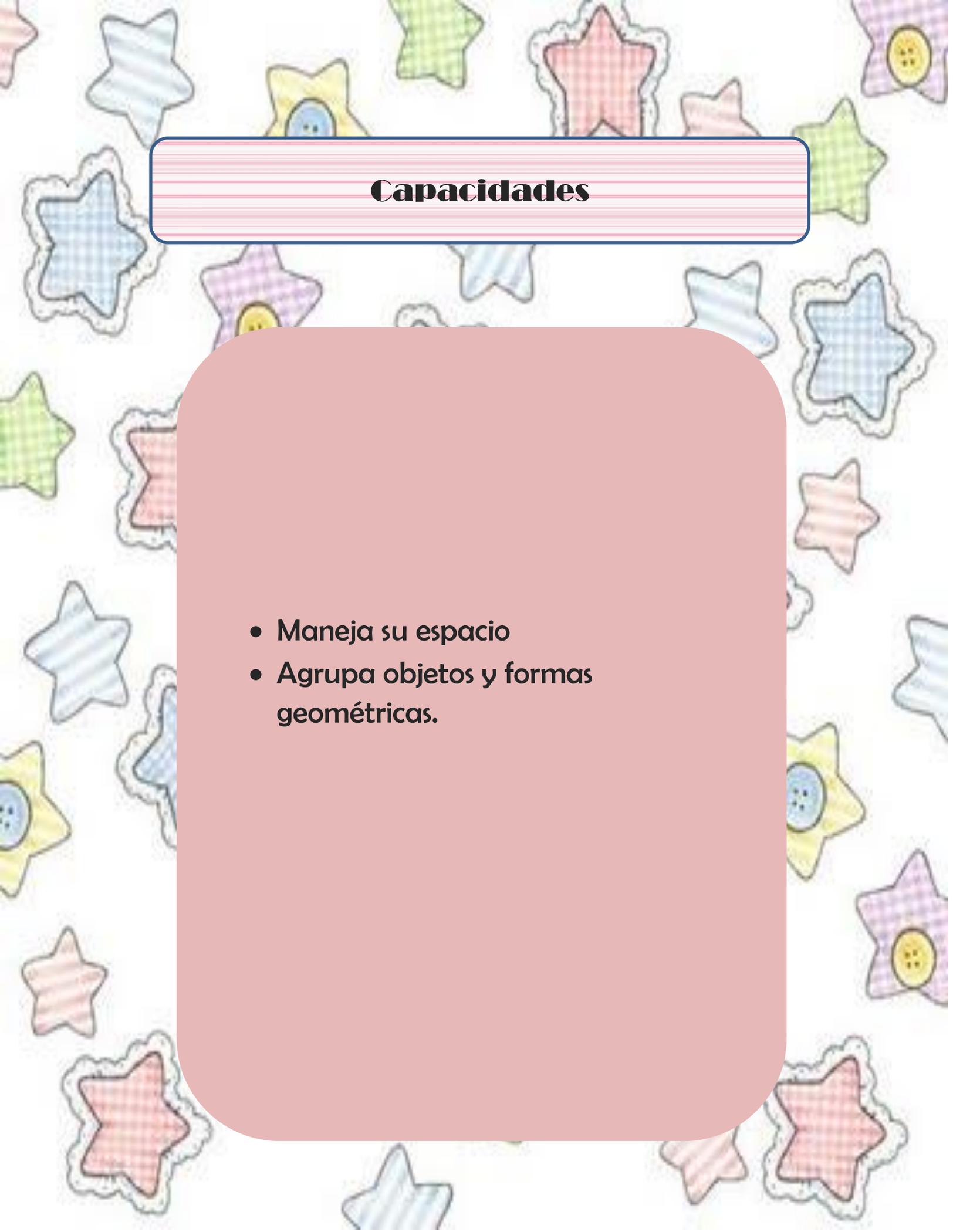
PARTICIPANTES: 16 niños de 4 años.

PROCEDIMIENTO: Colocaran las prendas de vestir en el lavador, escogemos a seis niños para que se puedan vestir correctamente, los ganadores obtendrán un premio.





Estructuración Espacial



Capacidades

- Maneja su espacio
- Agrupa objetos y formas geométricas.

Actividad N° 01

TÍTULO: Lazarillo y el ciego

OBJETIVO: Manejar su espacio

MATERIAL:

- Su propio cuerpo
- Conos
- Pañoleta

DURACIÓN: 20 minutos

PARTICIPANTES: Mínimo dos parejas (4 niños)

PROCEDIMIENTO: Se coloca obstáculos en el salón, conos, cajas, botellas, luego se eligen a dos lazarillos y dos ciegos, colocarles la pañoleta. Lazarillo tendrá que guiar a los ciegos, ya sea izquierda, derecha, rápido, lento, etc. Hasta llegar a la meta.



Actividad N° 02

TÍTULO: Jugando con robotín

OBJETIVO: Agrupar los objetos y formar figuras geométricas

MATERIAL:

- Cajas
- Bloques lógicos
- Bolas de tecnopor

DURACIÓN: 30 minutos

PARTICIPANTES: aproximadamente dos grupos de seis niños de 4 años.

PROCEDIMIENTO: Se le presenta los bloques lógicos identificando las figuras geométricas, luego la docente le entrega a cada grupo, bolas de tecnopor, cajas, para formar un robot a base de los materiales, para terminar los niños tendrán que pegar los bloques lógicos como adorno del robot.





Coordinación

Capacidades

- **Coordinación del cuerpo.**

Actividad N° 01

TÍTULO: Soy una carretilla

OBJETIVO: Mantener la coordinación de su cuerpo siendo guiado por su compañero

MATERIAL:

- Cajas
- Conos
- Globos

DURACIÓN: 20 minutos

PARTICIPANTES: 3 parejas de dos niños (as)

PROCEDIMIENTO: se colocaran los obstáculos por donde pasaran los niños y seleccionar a las dichas parejas el juego consistirá en que cada pareja deberá de llevar un globo en la boca y quien lleve más globos será el ganador.





Lateralidad

Capacidades

- **Reconoce su lateralidad.**
- **Establece relaciones espaciales con su cuerpo al ubicarse.**
- **Utiliza pautas de la lengua escrita para la lectura.**

Actividad N° 01

Título: Mete el gol

Objetivo: Reconocer su lateralidad

Materiales:

- pelota
- arco
- bufanda para tapar los ojos

Duración: 15 a 20 minutos

Participante: 10 niños de 4 años

Procedimiento:

Se agrupa a los niños y se les explica el juego, seguidamente se venda los ojos de un participante y luego se le da vueltas, la pareja del niño tendrá que indicarle donde patear (DERECHA – IZQUIERDA)



Actividad N° 02

Título: Buscando mi juguete

Objetivo: Reconocer su lateralidad

Materiales:

- bufanda
- objetos
- cajas
- juguetes preferidos

Duración: 10 a 20 minutos

Participante: 10 niños de 4 años

Procedimiento:

Se les explicara el juego y escogeremos a los niños que tendrá que encontrar su juguete favorito, será guiado solo con las palabras derecha e izquierda delante y atrás, hasta llegar al juguete sin hacer caer los juguetes.



Actividad N° 03

Título: El caminito

Objetivo: Establecer relaciones especiales con su cuerpo al ubicarse

Materiales:

- Cartulina,
- hojas de colores
- hojas A4 con
- mica enumerados
- hasta el numero 10

Duración: 20 a 25 minutos

Participante: 15 con niños de 4 años

Procedimiento

La docente formara el caminito en el patio mostrando las cartillas y luego explicara con un ejemplo a los niños en cómo va ser el juego, primero se tira el dado y de acuerdo al número que sale el niño avanzara sobre el caminito hasta llegar al número que indica el dado y cuando llegue realizara la actividad que te toca hacer.



Actividad N° 04

Título: Mueve el ula ula

Objetivo: Utilizar pautas para lengua escrita de la lectura

Materiales:

- ula ula

Duración: 5 minutos

Participantes: 10 niños de 4 años

Procedimiento: Los niños calentaran su cuerpo reconociendo izquierda, derecha, arriba y abajo se les dará a cada niño un ula ula el niño tendrá que poner el ula según las indicaciones de la miss usando izquierda y derecha.





Tiempo

Capacidades

- Practica el lavado de manos.
- Identifica el proceso de acto vital.
- Identifica el día y la noche.
- Utiliza códigos no gráficos para informar algo.
- Descubre secuencias de cuentos.
- Interioriza y vivencia el silencio con pulso y ritmo.
- Hace movimientos corporales según el ritmo.
- Expresa cuentos mediante movimientos (teatro).

Actividad N° 01

Título: Crece como gallinita

Objetivo: Identificar el proceso del ciclo vital

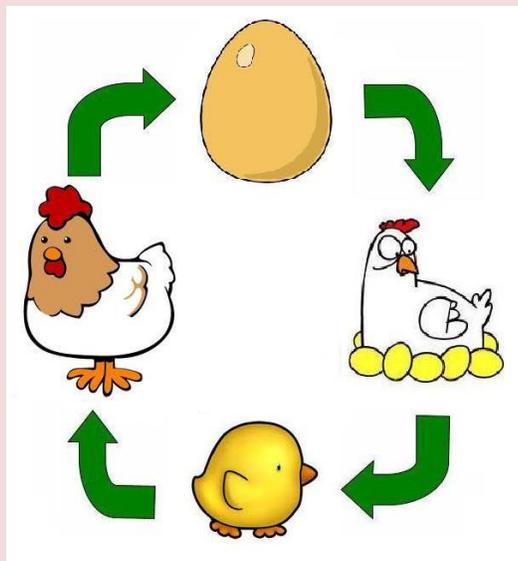
Materiales:

- imagen
- colores
- chinche de dos patas

Duración: 15 a 20 minutos

Participante: todo el salón con niños de 4 años

Procedimiento: Entregar a los niños las imágenes y luego que las pinten, luego poner el chinche usando círculos de cartulina y debajo el dibujo que pintaron y así les ayudara a descubrir el ciclo vital.



Actividad N° 02

Título: Día y noche

Objetivo: Identificar el día y la noche

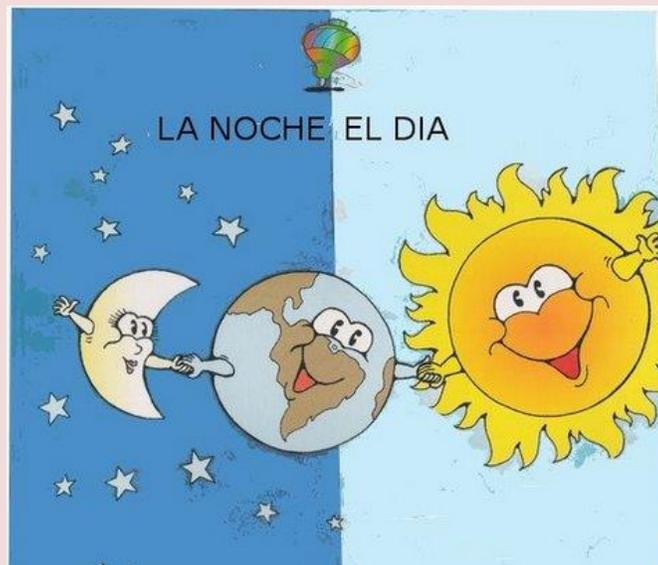
Materiales:

- reloj grande
- cartulina
- imágenes de actividades de día y noche

Duración: 15 minutos

Participante: 15 con niños de 4 años

Procedimiento: Se muestra el reloj grande y de cada hora separaremos y señalaremos con flechas las actividades que se hace en cada, señalando y diferenciando el día y la noche.



Actividad N° 03

Título: Adivina el mimo

Objetivo: Utiliza códigos no gráficos para informar algo.

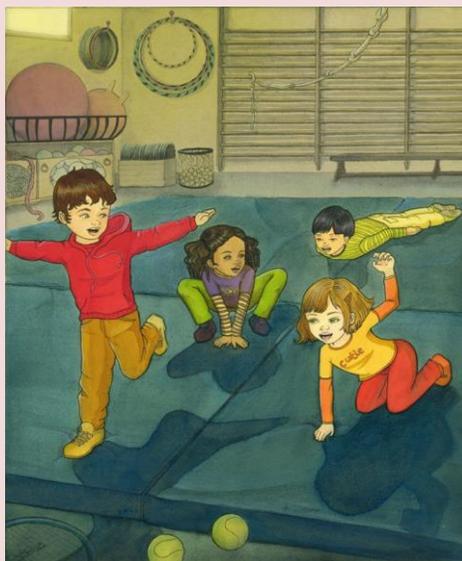
Materiales:

- Fichas
- Oraciones cortas

Duración: 30 minutos

Participante: 5 grupos de niños de 4 años

Procedimiento: Formar 5 equipos de grupo de niños y se seleccionara el participante luego se les entregara la ficha correspondiente a los participantes, tendrá que expresar con todo su el cuerpo la oración que se le indique y sus compañeros tendrán que adivinar.



Actividad N° 04

Título: El flautista de Hamelin

Objetivo: Interiorizar y vivencia el silencio con pulso y ritmo

Materiales:

- CD, equipo,
- DVD y trajes

Duración: 25 minutos

Participante: 20 niños de 4 años

Procedimiento: Se les hará escuchar de 2 a 3 veces para que tenga noción para escoger a los personajes adecuados, se les hará practicar con los personajes seleccionado a los mímicos se les hará practico si el sonido y por ultimo actuaran en el escenario



Actividad N° 05

Título: Chuchuwa chuchuwa

Objetivo: Lograr movimientos corporales según su ritmo

Materiales:

- CD, RADIO

Duración: 15 minutos

Participantes: 15 niños de 4 años

Procedimiento: Se les hará escuchar la canción la canción le indicara los paso los niños deben de seguir el ritmo de la música





Ritmo



Capacidades

- Realiza actividades donde se observan movimientos.

Actividad N° 01

Título: Mordiendo la manzana

Objetivo: observar movimientos

Materiales: manzana, lana

Duración: 15 minutos

Participante: los niños de 4 años (3 a 4)

Procedimiento: Primero se amarrara la manzana con la lana y estos amarrar en un palo horizontal. Los concursantes tendrán que comerse la manzana lo más rápido que pueda y sin agarrar la manzana con las manos.



Motricidad

Capacidades

- Compara las longitudes (largo, corto, etc.).
- Realiza actividades donde se observan movimientos (velocidad).
- Desarrolla su creatividad utilizando técnicas gráfico-plásticas.

Actividad N° 01

Título: Jálame la pitita

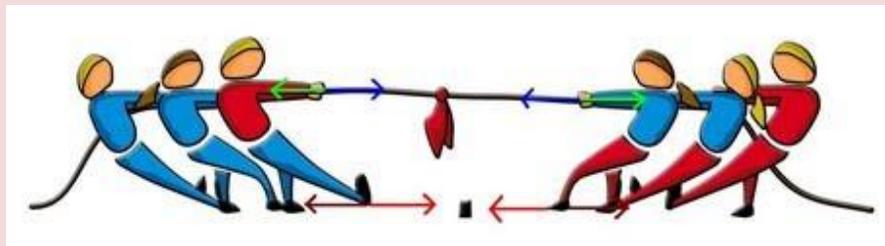
Objetivo: Comparar la longitud de los objetos cercanos.

Materiales: soga

Duración: 10

Participante: niños de 4 años (10 pares)

Procedimiento: Se dividirá a los niños en dos grupos luego se explicara las reglas del juego y pierde el que pasa la línea del medio, pierde el que se enrolla en la mano, pierde el grupo que inicie antes de tiempo los niños tendrán que jalar la soga con todas sus fuerzas. hasta que pierda el otro grupo.



Actividad N° 02

Título: Congelados

Objetivo: Mover el cuerpo representando situaciones diarias

Materiales:

- El cuerpo

Duración: 20 minutos

Participante: 20 niño de 4 años

Procedimiento: Se representa situaciones diarias de su entorno se le hará una prueba previa práctica

Ejemplos: ¿Cómo te despiertas? El niño dramatizará la manera en que despierta La miss con voz alta dirá CONGELADOS El niño se quedará inmóvil Así se repetirá varias situaciones diarias



Integrantes

- **Aguilar Colque Daysi**
- **Cuevas Huchamaco Jessica
Dina**
- **Maldonado Incahuanaco
Ana Elena**
- **Nuñez Alarcón Brenda
Viviana Macarena**
- **Romero Alvarez Danitza**
- **Sivana Chipana Marleny
Mirian**