

	GIMNASIO SABIO CALDAS (IED) Nuestra escuela: una opción para la vida PLAN ESCOLAR NO PRESENCIAL GUÍAS INTEGRADAS	Código	PENP - 01
		Versión	001
		Fecha	12/04/2020
		Proceso	Gestión Académica

Docentes	Yanneth Granados, Claudia Herrera, Elizabeth Molina, Yuliana Morales.	Grado/Curso	Transición
Correo electrónico Docentes de las áreas	yanneth.granados@sabiocaldas.edu.co Transición A elizabeth.molina@sabiocaldas.edu.co Transición B claudia.herrera@sabiocaldas.edu.co Transición C yuliana.morales@sabiocaldas.edu.co Transición A- B jhon.cendales@sabiocaldas.edu.co Transición C		
Áreas	Dimensiones Cognitiva - Comunicativa – Socio-afectiva – Inglés		
Eje Temático	Estilos de Vida Saludable		
Fecha de envío	3 de Agosto	Fecha límite para el desarrollo	6 de Agosto
Tiempo de ejecución de la guía	5 horas		
NOMBRE DE LA GUÍA	Me cuido y me divierto en familia		

Contextualización (REFERENTES TEÓRICOS, RECURSOS DE TRABAJO...)

Queridos padres de familia mediante la temática de la guía se trabajará conjuntamente en las clases virtuales, para que mediante estos momentos se realice cada actividad de la guía.

¿POR QUÉ LA ACTIVIDAD FÍSICA ES TAN IMPORTANTE PARA LOS NIÑOS?



El ocio sedentario es el principal responsable de que muchos niños no realicen la actividad física recomendada por los especialistas, que es de al menos una hora al día. La importancia de que los pequeños hagan este ejercicio, en forma de juegos y deportes, se debe a múltiples motivos, desde el necesario estímulo para su desarrollo físico y la prevención de enfermedades, hasta los beneficios para su autoestima, su conciencia social, capacidad de concentración y rendimiento escolar.

La realización de actividad física adecuada ayuda a niños y jóvenes a desarrollar un aparato locomotor (huesos, músculos, articulaciones) y un sistema cardiovascular (corazón y pulmones) sanos.

Aparte de practicar deportes individuales o colectivos hay otro tipo de actividades rutinarias que pueden favorecer la formación y preparación física de los niños. Son las siguientes:

A través de tareas cotidianas

- Caminar y pasear.
- Subir y bajar escaleras.
- Desplazarse en bicicleta, patines o monopatín.
- Ayudar a tareas domésticas

A través de actividades físicas dirigidas

- Educación física escolar.
- Práctica de juegos y deportes.
- Desarrollo de las cualidades físicas.
- Condición física.
- Expresión corporal.
- Actividades en la naturaleza.

A través de actividades físicas espontáneas

- Juegos infantiles.
- Bailes y danzas.
- Juegos y actividades deportivas y recreativas:
- Jugar al fútbol en la calle.
- Nadar en la piscina.
- Ir de excursión con la bicicleta.

Tomado de:

<https://www.consumer.es/bebe/por-que-la-actividad-fisica-es-tan-importante-para-los-ninos.html>

<https://www.google.com/search?bih=657&biw=1366&hl=es&ei=F0oGX6vdM-WGgge72KzoCw&q=importancia+de+la+actividad+fisica+en+los+ni%C3%B1os>

Descripción de las actividades

Desde las diferentes dimensiones cognitiva, comunicativa, socio afectiva e inglés, se propone realizar las siguientes actividades, teniendo en cuenta que todas van dirigidas al desarrollo del eje temático "Estilos de vida saludable"

Primer momento: El padre de familia realizará con el estudiante un estiramiento corporal con repetidos movimientos de algunas partes del cuerpo como (giros, estiramientos, saltos y carrera en el puesto durante 10 minutos, de manera guiada).

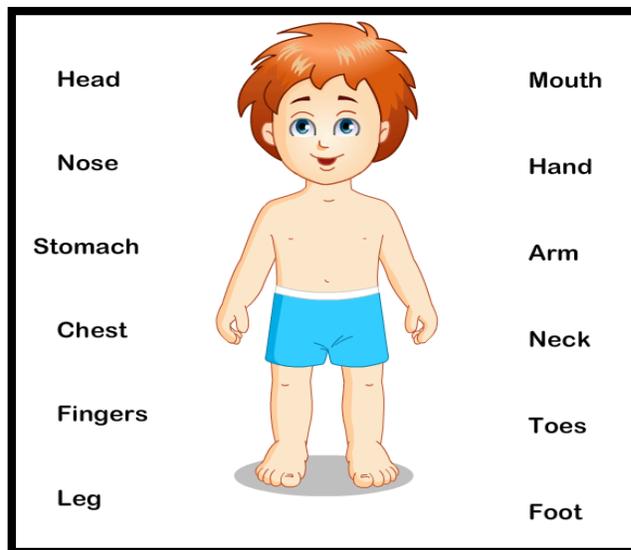
Realización de los ejercicios y conteo: El adulto o familiar invita al estudiante a saltar por varios lugares de la casa sin pisar las rayas, mientras cuenta de 10 hasta 20 en voz alta. Para este momento se pueden usar diferentes materiales para fijar las líneas (telas, cuerdas, cintas, cordones, cabuya, etc.). En la segunda actividad, organizar 10 objetos en el piso marcados con los números de la familia del 20 (como si fueran bolos) y con una pelota u objeto invitar al niño a que los tumbé y decir qué números tumbó. Se debe tomar foto y enviarla.

Segundo momento: Se realiza un juego con ayuda de la ruleta, donde cada estudiante participa haciendo un ejercicio físico con su cuerpo, consecutivamente cada estudiante lo realiza también, teniendo en cuenta que esta actividad se desarrolla en la clase virtual. Posteriormente, en el cuaderno de dimensión comunicativa realizar la letra "D" mayúscula y "d" minúscula, luego dibuja el Deporte que más te gustaría practicar; busca tu cartilla de aprestamiento y realiza el trazo de la letra "D" y "d" con diferentes colores.

Tercer momento: Teniendo en cuenta los links que aparecen en la siguiente hoja, observa los videos y luego pega una imagen que represente la actividad física que realizas en la mañana y otra para la actividad física que puedes hacer en la noche antes de ir a dormir.

Cuarto momento: Dibuja una línea que una cada palabra con la parte del cuerpo correcta.

Activity: Draw a line from each word to the correct part of the body.



Webgrafía/material fotocopiado (Anexo)

Papitos: Recuerden que cada actividad se debe seguir realizando en los cuadernos que corresponde, dimensión cognitiva, dimensión socio – afectiva, dimensión comunicativa, no olvidar escribir el nombre del niño o niña al final de las actividades, siempre mantener una buena presentación y orden, al transcribir respetar el renglón y un excelente coloreado, si se requiere.

<https://www.youtube.com/watch?v=hH2vTAjk-kc&feature=youtu.be> Rutina de actividad física para niños.

<https://www.youtube.com/watch?v=o9uaRmHiAwc&feature=youtu.be> Relajación para niños.

Criterios de Evaluación

COGNITIVA:

- Realiza conteo, orden y secuencia en un rango numérico (10 - 20).

COMUNICATIVA:

- Realiza el trazo de las letras aprendidas en mayúscula y minúscula.

SOCIOAFECTIVA:

- Identifica la actividad física que puede realizar de día o de noche.

INGLÉS:

- Reconoce y pronuncia las partes del cuerpo.
- Recognize and pronounce the body parts.

ACTITUDINAL:

- Demuestra disposición y buena actitud en las clases virtuales, participando y generando un ambiente propicio para su aprendizaje.
- Entrega las evidencias de sus trabajos con buena presentación y en los tiempos establecidos.