



## PLANIFICACION DE CONTINUIDAD PEDAGOGICA 2020

Nivel Inicial – Educación Física – Primer grado

Profesora: Lucrecia Hernández

**CLASE:** Esquema corporal---Motricidad fina y gruesa--- Coordinación dinámica general.

### "EMBOLSADOS"

**Materiales:** Bolsa plástica camiseta (tipo despensa), papel, cinta, tapita o corcho.

#### Desarrollo:

1. Tomaremos la bolsa de los extremos (manijas), agitándola por todo el lugar.
2. Nos moveremos dando vueltas y llenándola de aire.
3. Luego la mantendremos en el aire, golpeándola con una mano y otra alternadamente, evitando que caiga al suelo.
4. Golpearemos alternadamente con los pies para que se mantenga en el aire.
5. La dispondremos sobre: CABEZA---MANOS---BRAZOS---ESPALDA---PANZA Y PIES, para desplazarnos de diferentes formas, manteniendo el equilibrio con el objeto.
6. Soplares, tomándola de las manijas y agarrándola antes que caiga.
7. Por último jugaremos sin tocar la bolsa: soplándola por todos lados, sin que caiga (si alguien más quiere sumarse en casa es bienvenido).



### "FÁBRICA DE PARACAIDISTAS"

**Materiales:** Bolsa plástica, hilo o lana, papeles para reciclar o tapita, cinta de papel.

|                                                                                            |                                                                                                                                 |                                                                                                        |                                                                     |                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                            |                                                                                                                                 |                                                                                                        |                                                                     |                                                                                                                                |
| Para el cuerpo del paracaidista usaremos un bollito y dos tiritas (una más larga que otra) | La tirita más larga la doblaremos a la mitad para hacer las piernas y así unir las partes con cinta para formar nuestro muñeco. | Con el paracaidista listo, buscaremos dos cintitas, hilo o lana para atarlo a las manijas de la bolsa. | Primero atas las cintas a la bolsa y luego a los brazos del muñeco. | ¡Ya está listo!<br>SECRETO: Cuanto más aire tenga la bolsa más tiempo tardará en caer. Busca lugares altos para que vuele más. |

Y con nuestro paracaidista súper listo te invito a:

- ⇒ Tirarlo con una y otra mano
- ⇒ Tirarlo y que otro lo atrape más lejos
- ⇒ Párate sobre una silla y tíralo para ver cuánto tarda en caer, contá el tiempo.
- ⇒ Tíralo para embocarlo dentro de un envase o recipiente
- ⇒ ¿Te animas a que caiga sobre una silla?
- ⇒ Si estas acompañado y hacen 2 jueguen a ver cuál llega más lejos