



## Mes: Octubre Semana: 5 Tema: Salud física y crecimiento

Día 1	Tema(s) Fundamento(s)	
	Semana de revisión	PHG3.1 Demostrar el desarrollo de la coordinación motora fina y gruesa PHG1.2 Demostrar el desarrollo de prácticas de seguridad
Indicadores	Preescolar más joven	Preescolar mayor
	Puede correr, detenerse y llevar una calabaza liviana o una pelota de manera segura con recordatorios.	Puede seguir las reglas del relevo, controlar la velocidad y pasar la calabaza con cuidado a un compañero de equipo.
Actividad: Carrera de relevos de calabazas		
Preparen un recorrido de relevos sencillo con conos. Los niños se turnan para llevar una calabaza pequeña (o una pelota) alrededor de los conos y de regreso, practicando correr, detenerse y girar mientras mantienen el objeto seguro. Enfatizan la importancia de mantener cuerpos seguros y prestar atención a dónde vamos.		
Recursos/Materiales	Vocabulario clave:	Apoyo:
• Calabazas o pelotas ligeras (1 por equipo)	• correr	
• Conos o marcadores de suelo para un camino.	• detener	
	• doblar	
	• seguro	
	• equipo	



## Mes: Octubre Semana: 5 Tema: Salud física y crecimiento

Día 2	Tema(s) Fundamento(s)	
	Semana de revisión	PHG2.2 Demostrar el desarrollo de la conciencia corporal y la actividad física. PHG3.1 Demostrar el desarrollo de la coordinación motora fina y gruesa
Indicadores	Preescolar más joven	Preescolar mayor
	Puede imitar poses simples con indicaciones visuales y volver a un cuerpo tranquilo.	Puede mantener posturas de equilibrio brevemente, coordinar la respiración y realizar transiciones entre posturas.
Actividad: Yoga para agricultores y jardineros Enseñe una secuencia corta de yoga con posturas temáticas (semilla, brote, árbol, carretilla). Modele la inhalación por la nariz y la exhalación por la boca. Invite a los niños a observar las partes del cuerpo que trabajan en cada postura y cómo se sienten antes y después de moverse.		
Recursos/Materiales • Tarjetas de pose (opcional) • Música suave (opcional)	Vocabulario clave: • balance • respirar • estirar • cuerpo • calma	Apoyo:



## Mes: Octubre Semana: 5 Tema: Salud física y crecimiento

Día 3	Tema(s) Fundamento(s)	
	Semana de revisión	PHG3.1 Demostrar el desarrollo de la coordinación motora fina y gruesa PHG1.2 Demostrar el desarrollo de prácticas de seguridad
Indicadores		
	Preescolar más joven	Preescolar mayor
	Puede gatear, dar pasos y saltar con apoyo mientras permanece en el camino.	Puede planificar una ruta, ajustar la velocidad y completar el recorrido siguiendo las reglas de seguridad.
Actividad: Mix de carreras de obstáculos Crea un recorrido sencillo: gatea bajo un túnel, cruza líneas, salta a un punto y camina de puntillas por un sendero de equilibrio. Demuestra cómo esperar turnos y mantener el espacio. Los niños dibujarán su parte favorita del recorrido después de intentarlo.		
Recursos/Materiales • Túneles o sillas/manta, línea/cinta de equilibrio • Puntos de suelo, aros o bloques bajos	Vocabulario clave: • gatear • saltar • brincar • balance • esperar	Apoyo:



## Mes: Octubre Semana: 5 Tema: Salud física y crecimiento

<b>Día 4</b>	<b>Tema(s) Fundamento(s)</b>	
	Semana de revisión	PHG3.1 Demostrar el desarrollo de la coordinación motora fina y gruesa PHG2.1 Demostrar cómo los cinco sentidos apoyan el procesamiento de la información.
<b>Indicadores</b>		
	<b>Preescolar más joven</b>	<b>Preescolar mayor</b>
	Puede agarrar y soltar con pinzas, colocar cuentas grandes o girar tapas con ayuda.	Puede utilizar la pinza para enhebrar cuentas, girar o desenroscar tapas y utilizar herramientas con control.
<p>Actividad: Estaciones de pellizcar, enhebrar y torcer</p> <p>Establezca 3 estaciones: (1) pinzas para mover pompones, (2) ensartar cuentas grandes, (3) abrir recipientes con un giro. Enseñe la posición de las manos y a observar cómo se sienten las cosas (lisas/ásperas, ligeras/pesadas). Invite a los niños a dibujar su estación favorita.</p>		
<b>Recursos/Materiales</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pinzas, pompones o bolitas de algodón</li> <li>• Cuentas grandes y cordones o limpiapipas</li> <li>• Pequeños contenedores con tapas giratorias</li> </ul>	<b>Vocabulario clave:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• pellizcar</li> <li>• hilo</li> <li>• girar</li> <li>• manos fuertes</li> <li>• sentir</li> </ul>	<b>Apoyo:</b>



## Mes: Octubre Semana: 5 Tema: Salud física y crecimiento

Día 5	Tema(s) Fundamento(s)	
	Semana de revisión	PHG2.2 Demostrar el desarrollo de la conciencia corporal y la actividad física. PHG3.1 Demostrar el desarrollo de la coordinación motora fina y gruesa
Indicadores	Preescolar más joven	Preescolar mayor
	Puede correr, perseguir burbujas y detenerse de manera segura con recordatorios para mantener el espacio.	Puede cambiar de velocidad/dirección, navegar en el espacio con sus compañeros y mostrar control durante los juegos.
Actividad: Celebración del movimiento al aire libre Salgan al aire libre para una celebración del movimiento con opciones: búsqueda de burbujas, lanzar y atrapar bufandas y recorridos de movimiento con tiza. Fomenten la distancia segura y el control corporal. Terminen compartiendo brevemente qué movimiento les resultó más divertido o intenso.		
Recursos/Materiales • Burbujas, bufandas o pufs • Tiza para trazados de movimiento • Conos para límites	Vocabulario clave: • espacio • velocidad • dirección • control • mover	Apoyo: