



Mes: Noviembre Semana: 2 Tema: Salud física y crecimiento

Día 1	Tema(s) Fundación(s)	
	Tema: En la granja Número: 15 Carta: Kk Color: Marrón Forma: Triángulo	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 infantil	Preescolar mayor
	Puede imitar uno o dos movimientos de animales, como gatear como una vaca o caminar como un pato.	Puede moverse con control, arrancar y parar a una señal, y nombrar las partes del cuerpo utilizadas para cada movimiento.

Actividad: Muévete como los animales de granja

Los maestros presentarán el juego “El granjero dice”, donde los estudiantes escucharán el sonido de un animal e imitarán sus movimientos en un espacio abierto. Los niños practicarán galopar como un caballo, caminar como un pato, andar de puntillas como un gato y saltar como un conejo, manteniendo la distancia de seguridad. Al llegar a la señal de alto, los alumnos se quedarán quietos e indicarán qué partes del cuerpo utilizaron. Una breve reflexión les preguntará qué movimiento les resultó más fácil y cuál les resultó más difícil.

Recursos/Materiales <ul style="list-style-type: none"> • espacio de juego abierto • Reproductor de música o señal de aplausos • Tarjetas visuales de animales de granja 	Vocabulario clave: Andar tambaleándose, moverse, galopar	Apoyo:
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------	---------------



Mes: Noviembre Semana: 2 Tema: Salud física y crecimiento

Día 2	Tema(s) Fundación(s)	
	Tema: En la granja Número: 15 Carta: Kk Color: Marrón Forma: Triángulo	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 infantil	Preescolar mayor
	Podrá caminar o trotar con seguridad alrededor del círculo y regresar a un punto con recordatorios.	Puede correr, reducir la velocidad y jugar al toque con control, siguiendo las reglas y respetando los turnos.

Actividad: **Pato, pato, ganso**

Los maestros modelarán las reglas y practicarán una ronda lenta antes de aumentar la velocidad. Los estudiantes se sentarán en círculo, se tocarán la cabeza mientras dicen "pato" y elegirán a un amigo para decir "ganso". Luego, correrán alrededor del círculo para regresar al punto de partida. Se hará hincapié en pisar con cuidado, estar atentos a los turnos y usar señales rápidas para tomar agua cuando sea necesario. Al final, los niños ayudarán a verificar que se hayan lavado las manos y guardado sus bebidas para fomentar su autonomía.

Recursos/Materiales <ul style="list-style-type: none"> Manchas en el suelo o marcas de cinta adhesiva para el círculo Vasos de agua y estación de desinfección de manos Señal de inicio/parada de música 	Vocabulario clave: Círculo, persecución, etiqueta	Apoyo:
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------	---------------



Mes: Noviembre Semana: 2 Tema: Salud física y crecimiento

Día 3	Tema(s) Fundación(s)	
	Tema: En la granja Número: 15 Carta: Kk Color: Marrón Forma: Triángulo	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 infantil	Preescolar mayor
	Puede lanzar una bolsita de frijoles hacia un objetivo grande con un movimiento a dos manos.	Puede dar un paso con el pie contrario y apuntar a objetivos más cercanos o más lejanos con una precisión cada vez mayor.

Actividad: **Juego de lanzamiento de sacos de arena con forma de paca de heno**

Los profesores colocarán cajas grandes que simulen pacas de heno o aros como blancos a dos distancias. Los alumnos practicarán el lanzamiento por debajo del brazo, concentrándose en mantener la vista fija en el blanco, balancear el brazo y soltar suavemente. Los niños elegirán un blanco cercano o lejano, contarán sus intentos y animarán a sus compañeros. En una ronda rápida, los alumnos intentarán lanzar tres saquitos de arena a diferentes cajas en fila.

Recursos/Materiales <ul style="list-style-type: none"> • Cajas de cartón grandes o aros como objetivos • Pufs 	Vocabulario clave: Lanzar, apuntar, tirar	Apoyo:
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------	---------------



Mes: Noviembre Semana: 2 Tema: Salud física y crecimiento

Día 4	Tema(s) Fundación(s)	
	Tema: En la granja Número: 15 Carta: Kk Color: Marrón Forma: Triángulo	PHG1.2 Demostrar el desarrollo de prácticas de seguridad PHG2.2 Demostrar el desarrollo de la conciencia corporal y la actividad física
Indicadores		
	Preescolar infantil	Preescolar mayor
	Puede seguir un recorrido sencillo con modelos adultos y completar acciones básicas como gatear, dar pasos y mantener el equilibrio.	Puede desplazarse por varias estaciones de forma segura, ajustar la velocidad y repetir el recorrido con un control mejorado.

Actividad: Carrera de obstáculos en la granja

Los profesores presentarán un circuito: saltar las vallas, gatear por el granero, pasar de puntillas junto a las ovejas dormidas y saltar los charcos. Los alumnos recorrerán el circuito una vez para aprender las normas de seguridad y luego lo harán a un ritmo cómodo. En la segunda ronda, podrán elegir un nivel de dificultad, como saltos más altos o mantener el equilibrio de puntillas más despacio. Para finalizar, se les pedirá a cada niño que mencione una norma de seguridad que haya utilizado.

Recursos/Materiales <ul style="list-style-type: none"> Conos, flotadores de piscina o barras bajas para vallas Túnel o mesa para gatear por el granero 	Vocabulario clave: Tregar, mantener el equilibrio, saltar	Apoyo:
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------	---------------



Mes: Noviembre Semana: 2 Tema: Salud física y crecimiento

Día 5	Tema(s) Fundación(s)	
	Tema: En la granja Número: 15 Carta: Kk Color: Marrón Forma: Triángulo	PHG1.1 Demostrar el desarrollo de prácticas saludables PHG2.1 Demostrar cómo los cinco sentidos ayudan a procesar la información
Indicadores		
	Preescolar infantil	Preescolar mayor
	Puede copiar posturas sencillas con recordatorios de respiración.	Pueden mantener las posturas durante más tiempo, utilizar una respiración tranquila y describir cómo se siente su cuerpo antes y después.

Actividad: **Yoga con animales**

Los profesores guiarán una secuencia tranquila de posturas inspiradas en la vida rural, como la postura de la vaca, el estiramiento del gato, la postura del caballo y la postura del huevo de gallina. Los alumnos acompañarán cada postura con inhalaciones y exhalaciones lentas, prestando atención a las sensaciones corporales y a los músculos que trabajan. La clase practicará la escucha de suaves campanillas que indican el cambio de postura y finalizará con un breve descanso. Los niños compartirán una práctica saludable para relajarse en la escuela o en casa.

Recursos/Materiales <ul style="list-style-type: none"> Tarjetas de yoga con posturas de animales Sonido suave de campanillas o música 	Vocabulario clave: Estírate, alcanza, respira	Apoyo:
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------	---------------