



## Mes: Diciembre Semana: 4 Tema: Salud física y crecimiento

Día 1	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 mover su cuerpo de manera sencilla (caminar, balancearse, saltar) al ritmo de la música e intentar detenerse cuando la música hace una pausa.	Puede utilizar una variedad de movimientos (saltar, girar, caminar de puntillas) y mostrar control del cuerpo congelándose rápidamente y manteniendo una pose hasta que la música comience de nuevo.
Actividad: Baile congelado de vacaciones		
Reproduzca una mezcla de canciones navideñas, invernales o culturales. Invite a los niños a mover el cuerpo de diferentes maneras por la habitación, manteniendo una distancia segura entre ellos. Detenga la música al azar y diga una pose como "muñeco de nieve", "reno" o "estatua", animando a los niños a quedarse quietos en esa posición. Repita el proceso varias veces para que los niños practiquen el control corporal y respondan a las señales.		
Recursos/Materiales <ul style="list-style-type: none"><li>Reproductor de música y altavoces</li><li>Selección de canciones de invierno/fiestas/celebraciones</li></ul>	Vocabulario clave: congelarse, moverse, cuerpo	Apoyo:



## Mes: Diciembre Semana: 4 Tema: Salud física y crecimiento

<b>Día 2</b>	<b>Tema(s) Fundamento(s)</b>	
	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
<b>Indicadores</b>		
	<b>Preescolar más joven</b>	<b>Preescolar mayor</b>
	Puede copiar movimientos simples de animales (galopar, gatear, aletear) durante períodos cortos de tiempo.	Puede mantener el movimiento durante más tiempo, cambiar de acción cuando se le solicite y usar todo su cuerpo para mostrar diferentes animales.
<p><b>Actividad: Reseña de renos y movimiento animal</b></p> <p>Recuerde a los niños los animales que aprendieron en diciembre: renos, osos, pájaros y otros. Mencione un animal y demuestre cómo se mueve, como galopar como un reno, meterse en la guarida de un oso o batir las alas como un pájaro. Los niños se mueven por la habitación o alrededor de conos, cambiando a un nuevo movimiento cada vez que mencione un animal diferente. Enfatique la importancia de tener cuerpos seguros y usar músculos fuertes al moverse.</p>		
<b>Recursos/Materiales</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Conos o marcadores de suelo (opcional)</li> </ul>	<b>Vocabulario clave:</b> galopar, gatear, alas	<b>Apoyo:</b>



## Mes: Diciembre Semana: 4 Tema: Salud física y crecimiento

Día 3	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 intentar cada parte de la carrera de obstáculos con el apoyo de un adulto y comenzar a seguir la secuencia simple de acciones.	Puede recorrer todo el recorrido de forma independiente, recordando el orden (saltar, gatear, dar un paso) y adaptando su cuerpo para adaptarse a cada desafío.
Actividad: Carrera de obstáculos de invierno		
Preparen una pista de obstáculos con temática invernal donde los niños puedan saltar sobre montones de nieve, arrastrarse por un túnel de "guarida de oso" y caminar de puntillas alrededor de placas de hielo hechas con manchas del suelo. Recorran la pista juntos primero, nombrando cada movimiento y regla de seguridad. Luego, inviten a los niños a turnarse para completar la pista, animando a sus amigos mientras avanzan. Repita esto varias veces para que mejoren el equilibrio, la coordinación y la confianza.		
Recursos/Materiales <ul style="list-style-type: none"><li>Bloques blandos, conos o almohadas para “montones de nieve”</li><li>Túnel o mesa/manta para “guarida de osos”</li></ul>	Vocabulario clave: saltar, gatear, mantener el equilibrio	Apoyo:



## Mes: Diciembre Semana: 4 Tema: Salud física y crecimiento

<b>Día 4</b>	<b>Tema(s) Fundamento(s)</b>	
	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
<b>Indicadores</b>		
	<b>Preescolar más joven</b>	<b>Preescolar mayor</b>
	Puede caminar, marchar o balancearse mientras sostiene un accesorio simple y sigue a un líder en el desfile.	Puede coordinar pasos de marcha, movimientos de brazos y movimientos suaves de apoyo mientras permanece en línea y conserva el espacio personal.

### Actividad: **Movimiento del desfile del Año Nuevo Lunar**

Explique que muchas familias celebran el Año Nuevo Lunar con desfiles que incluyen dragones, tambores y faroles. Ofrezca a los niños accesorios sencillos, como faroles de papel, cintas o dibujos de dragones de Creative Arts. Practiquen marchar, balancearse y agitar suavemente los accesorios mientras escuchan música festiva. Luego, guíe a la clase en un breve desfile por el salón o el pasillo, anímelos a moverse juntos y a notar cómo se sienten al marchar y bailar.

<b>Recursos/Materiales</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Accesorios sencillos (linternas de papel, palitos de cinta, arte de dragón en palitos)</li> </ul>	<b>Vocabulario clave:</b> marcha, desfile, linterna	<b>Apoyo:</b>
---	--	---------------



## Mes: Diciembre Semana: 4 Tema: Salud física y crecimiento

<b>Día 5</b>	<b>Tema(s) Fundamento(s)</b>	
	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
<b>Indicadores</b>		
	<b>Preescolar más joven</b>	<b>Preescolar mayor</b>
	Puede elegir un juego sencillo al aire libre y participar con recordatorios sobre las reglas y la seguridad corporal.	Puede elegir entre varios juegos (como Gingerbread Tag, Reindeer Romp o Migration Song & Outdoor Play), seguir las reglas y utilizar una variedad de movimientos motores gruesos.

### Actividad: Elección de juegos de motricidad gruesa al aire libre

Recuerde a los niños los juegos al aire libre que jugaron en diciembre: la mancha de jengibre, el juego de los renos y los juegos de migración. Permita que la clase vote qué juego jugar o bien, ofrezca estaciones rotativas donde grupos pequeños prueben diferentes juegos. Repasen las reglas de seguridad y luego jueguen, fomentando las habilidades de correr, esquivar y detenerse, sin perder de vista a los amigos y los límites. Termine con una caminata rápida de enfriamiento y estiramiento.

<b>Recursos/Materiales</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Conos o líneas de tiza para marcar límites</li> <li>¿Algún accesorio necesario para los juegos elegidos (tarjetas de pan de jengibre o de animales, etc.)?</li> </ul>	<b>Vocabulario clave:</b> corre, para, seguro	<b>Apoyo:</b>
---	--	---------------