



## Mes: febrero Semana: 2 Tema: Salud física y crecimiento

<b>Día 1</b>	<b>Tema(s) Fundamento(s)</b>	
	Tema: ¡Yo feliz y saludable! Número: 5 Letra: Hh Color: rosa Forma: Corazón	
	<b>PHG2.2:</b> Demostrar el desarrollo de la conciencia corporal y la actividad física. <b>PHG3.1:</b> Demostrar el desarrollo de la coordinación motora fina y gruesa.	
<b>Indicador es</b>		
	<b>Preescolar más joven</b>	<b>Preescolar mayor</b>
	Imita movimientos sencillos relacionados con el corazón, como saltar y estirarse.	Siga secuencias de movimientos de varios pasos mientras aprende sobre la salud del corazón.
	Actividades: El docente presentará la idea de que <b>Nuestros corazones trabajan más duro cuando nos movemos</b> . Los niños jugarán un juego de movimiento en el que... <b>saltar, estirarse y bailar</b> Como un corazón sano. El profesor indicará diferentes acciones: <ul style="list-style-type: none"><li>● “<b>¡Salta como si tu corazón estuviera bombeando!</b>”</li><li>● “<b>¡Estírate como si tu corazón quisiera alcanzar el cielo!</b>”</li><li>● “<b>¡Baila como un corazón fuerte y feliz!</b>”</li></ul> Los niños moverán sus cuerpos de diferentes maneras mientras aprenden que <b>El ejercicio mantiene nuestros corazones fuertes y saludables</b> .	
Recursos/Materiales	Vocabulario clave: Corazón, Saltar, Estirarse, Bailar, Moverse	Apoyo:
<ul style="list-style-type: none"><li>● Espacio abierto para el movimiento</li><li>● Música para bailar</li><li>● Bufandas/cintas (opcional)</li></ul>		

**Mes: febrero Semana: 2 Tema: Salud física y crecimiento**

<b>Día 2</b>	<b>Tema(s) Fundamento(s)</b>	
	Tema: ¡Yo feliz y saludable! Número: 5 Letra: Hh Color: rosa Forma: Corazón	<b>PHG1.2:</b> Demostrar el desarrollo de prácticas de seguridad. <b>PHG2.1:</b> Demuestre cómo los cinco sentidos apoyan el procesamiento de la información.
<b>Indicador es</b>	<b>Preescolar más joven</b> <b>Preescolar mayor</b>	
	Siente los latidos de tu corazón antes y después del movimiento.	

Actividades: El maestro pedirá a los niños que:**colocan sus manos sobre sus pechos**y sentir los latidos de su corazón mientras están sentados. Entonces, los niños...**moverse de diferentes maneras (correr en el mismo lugar, saltar, dar saltos) durante 30 segundos**.Después de detenerse, sentirán nuevamente los latidos de su corazón y discutirán**Cómo se siente más rápido**.Los niños en edad preescolar mayores hablarán sobre cómo**El ejercicio fortalece nuestro corazón**y por qué necesitamos movernos todos los días.

Recursos/Materiales	Vocabulario clave: Corazón, Latido, Rápido, Lento, Movimiento	Apoyo:
• Temporizador/Reloj		

**Mes: febrero Semana: 2 Tema: Salud física y crecimiento**

<b>Día 3</b>	<b>Tema(s) Fundamento(s)</b>	
	Tema: ¡Yo feliz y saludable! Número: 5 Letra: Hh Color: rosa Forma: Corazón	
<b>Indicador es</b>	<b>Preescolar más joven</b>	<b>Preescolar mayor</b>
	Súbete al lugar mientras sigues instrucciones sencillas.	Completa una carrera de obstáculos con saltos utilizando marcadores con forma de corazón.
<p>Actividades: El profesor preparará <b>marcadores de suelo en forma de corazón</b> y enseñar a los niños <b>asaltarse de un corazón a otro</b>. Mientras saltan, dirán: “<b>¡Salta como un corazón fuerte!</b>” Los niños en edad preescolar más pequeño <b>saltar en el lugar</b>, mientras que los niños en edad preescolar mayor <b>sigue un camino en forma de corazón</b> alrededor del salón. El maestro puede aumentar el desafío agregando <b>patrones de salto</b> (p.ej., <b>Salta dos veces, salta grande y luego vuelve a saltar</b>).</p>		
Recursos/Materiales	Vocabulario clave: Saltar, saltar, moverse, equilibrio, fuerte	Apoyo: 



## Mes: febrero Semana: 2 Tema: Salud física y crecimiento

<b>Día 4</b>	<b>Tema(s) Fundamento(s)</b>	
	Tema: ¡Yo feliz y saludable! Número: 5 Letra: Hh Color: rosa Forma: Corazón	<b>PHG3.1:</b> Demostrar el desarrollo de la coordinación motora fina y gruesa.
<b>Indicador es</b>	<b>Preescolar más joven</b>  Practica posturas de yoga sencillas con un compañero.	<b>Preescolar mayor</b>  Practica posturas de yoga sencillas con un compañero.

Actividades: El profesor presentará **Yoga en pareja**, donde los niños trabajarán juntos para completar poses sencillas. Ellos:

- **Sentarse espalda con espalda** y estiran los brazos por encima de sus cabezas.
- **Tómese de las manos y mantenga el equilibrio mientras se balancea de un lado a otro.**
- **Párese y forme una “postura de corazón”** sosteniendo las manos sobre sus cabezas.

Los niños lo harán centrarse en el equilibrio, el estiramiento y el trabajo en equipo, Mientras el maestro les recuerda que “**Los amigos se ayudan mutuamente a crecer, al igual que el ejercicio ayuda a que nuestros corazones se fortalezcan**”.

Recursos/Materiales	Vocabulario clave: Estirar, Equilibrar, Amigo, Ayuda, Moverse	Apoyo: 
---------------------	--	------------

**Mes: febrero Semana: 2 Tema: Salud física y crecimiento**

<b>Día 5</b>	<b>Tema(s) Fundamento(s)</b>	
	Tema: ¡Yo feliz y saludable! Número: 5 Letra: Hh Color: rosa Forma: Corazón	<b>PHG2.2:</b> Demostrar el desarrollo de la conciencia corporal y la actividad física. <b>PHG3.1:</b> Demostrar el desarrollo de la coordinación motora fina y gruesa.
<b>Indicador es</b>	<b>Preescolar más joven</b> <b>Preescolar mayor</b>	
	Siga instrucciones de movimiento sencillas.	

Actividades: El profesor levantará un **gran corazón rojo** y mencionar diferentes desafíos de movimiento, como:

- “¡Marcha en el mismo lugar como un corazón fuerte!”
- “¡Gira como un corazón feliz!”
- “¡Corre en el mismo lugar como un corazón emocionado!”
- “¡Congélate como un corazón en calma!”

Los niños seguirán las instrucciones del líder mientras participan en **Juego divertido basado en el movimiento**.

Recursos/Materiales	Vocabulario clave: Seguir, moverse, saltar, girar, congelarse	Apoyo:
<ul style="list-style-type: none"><li>• Recorte de corazón rojo grande</li><li>• Espacio abierto para el movimiento</li></ul>		