

**Mes: febrero Semana: 4 Tema: Salud física y crecimiento**

Día 1	Tema(s) Fundamento(s)	
	Tema: Revisión	PHG2.2 Demostrar el desarrollo de la conciencia corporal y la actividad física.
Indicador es		
	Preescolar más joven	Preescolar mayor
Realice movimientos simples como marchar, saltar y estirarse para representar un latido cardíaco saludable.		
Siga secuencias de movimientos de varios pasos, como trotar en el mismo lugar, saltar y movimientos rápidos y lentos para imitar diferentes frecuencias cardíacas.		
Actividades: Comience explicando cómo el corazón late más rápido cuando nos movemos. Pida a los niños que se pongan la mano en el pecho para sentir los latidos. Ponga música con un ritmo lento y animelos a realizar movimientos lentos (estirarse, alcanzar objetos, respirar profundamente). Luego, cambie a música más rápida y pida a los niños que salten, marchen y se meneen para acompañar el ritmo cardíaco acelerado. Hable sobre cómo el ejercicio fortalece el corazón.		
Recursos/Materiales <ul style="list-style-type: none">● Tableta	Vocabulario clave: Latido del corazón Rápido Lento	Apoyo:

**Mes: febrero Semana: 4 Tema: Salud física y crecimiento**

Día 2	Tema(s) Fundamento(s)	
	Tema: Revisión	PHG3.1 Demostrar el desarrollo de la coordinación motora fina y gruesa
Indicador es	Preescolar más joven	Preescolar mayor
	Imita movimientos de baile sencillos, como aplaudir, pisar fuerte y balancearse.	Siga movimientos de baile de varios pasos y explore secuencias de baile creativas.
Actividades: Presente una rutina de baile corta que incluya zapateos, giros y saltos. Permita que los niños exploren el movimiento libre mientras bailan al ritmo de jazz o percusión africana. Incorpore un baile intermitente donde los niños se quedan paralizados cuando la música se detiene.		
Recursos/Materiales <ul style="list-style-type: none">● Reproductor de música/Tablet	Vocabulario clave: Bailar Mover Detener	Apoyo:

**Mes: febrero Semana: 4 Tema: Salud física y crecimiento**

Día 3	Tema(s) Fundamento(s)					
	Tema: Revisión	PHG3.1 Demostrar el desarrollo de la coordinación motora fina y gruesa				
Indicador es						
		<table border="1"><tr><td style="background-color: #d9e1f2;">Preescolar más joven</td><td>Preescolar mayor</td></tr><tr><td>Practica el lanzamiento de bolsas de frijoles a un objetivo ubicado a corta distancia.</td><td>Apunta a diferentes objetivos a distancias crecientes.</td></tr></table>	Preescolar más joven	Preescolar mayor	Practica el lanzamiento de bolsas de frijoles a un objetivo ubicado a corta distancia.	Apunta a diferentes objetivos a distancias crecientes.
Preescolar más joven	Preescolar mayor					
Practica el lanzamiento de bolsas de frijoles a un objetivo ubicado a corta distancia.	Apunta a diferentes objetivos a distancias crecientes.					
<p>Actividades: Coloquen canastas o aros de hula hula a diferentes distancias. Pidan a los niños que se turnen para lanzar bolsitas de frijoles a los objetivos. Ajusten el nivel de dificultad según su habilidad. Fomenten la conversación sobre la puntería, los lanzamientos suaves y la experimentación con diferentes técnicas.</p>						
Recursos/Materiales <ul style="list-style-type: none">● Puffs● Cestas/Cubos● Aros de hula hula	Vocabulario clave: Sacudida Apuntar Objetivo	Apoyo:				



Preescolar Plan de estudios

Mes: febrero Semana: 4 Tema: Salud física y crecimiento

Día 4	Tema(s) Fundamento(s)	
	Tema: Revisión	PHG2.2 Demostrar el desarrollo de la conciencia corporal y la actividad física.
Indicador es	Preescolar más joven	Preescolar mayor
	Agarrará y agitará cintas mientras se mueve al ritmo de la música.	Utilizará cintas para seguir patrones de movimiento y bailar expresivamente.
Actividades: Reparta cintas y anime a los niños a agitarlas en diferentes direcciones (arriba, abajo, de lado a lado). Ponga música variada y pídale que muevan las cintas al ritmo. Para los niños de preescolar mayores, introduzca patrones sencillos (movimientos circulares, zigzags) para mejorar la coordinación.		
Recursos/Materiales <ul style="list-style-type: none">● Cintas o serpentinas● Reproductor de música/Tablet	Vocabulario clave: Ola Ritmo Bailar	Apoyo:



Preescolar Plan de estudios

Mes: febrero Semana: 4 Tema: Salud física y crecimiento

Día 5	Tema(s) Fundamento(s)	
	Tema: Revisión	PHG3.1 Demostrar el desarrollo de la coordinación motora fina y gruesa
Indicador es	Preescolar más joven	Preescolar mayor
	Siga las instrucciones básicas de inicio y parada en los juegos de movimiento.	Responder rápidamente a las señales de parada y marcha mientras controlan sus movimientos corporales.
Actividades: Reintroduzca el juego y explique cómo <i>luz roja</i> significa parar y <i>luz verde</i> significa ir. Haga que los niños practiquen detenerse y arrancar a diferentes velocidades. Incorpore <i>luz amarilla</i> para movimiento lento. Relacione esto con el Invención del semáforo de Garrett Morgan y discutir cómo los semáforos mantienen a las personas seguras.		
Recursos/Materiales	Vocabulario clave: Detener Ir Lento	Apoyo:
<ul style="list-style-type: none">• Tarjetas visuales rojas, amarillas y verdes		