



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

Día 1	Tema(s) Fundamento(s) <div> <div>Tema: Revisión</div> <div>PHG2.2 Demostrar el desarrollo de la conciencia corporal y la actividad física.</div> </div>	
Indicadores	<div> <div>Preescolar más joven</div> <div>Preescolar mayor</div> </div>	
	<div> <div>Realice movimientos simples como marchar, saltar y estirarse para representar un latido cardíaco saludable.</div> <div>Siga secuencias de movimientos de varios pasos, como trotar en el mismo lugar, saltar y movimientos rápidos y lentos para imitar diferentes frecuencias cardíacas.</div> </div>	
<p>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.</p>		
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
Indicadores	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 queden 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
Indicadores		
	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.
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.		
Recursos/Materiales <ul style="list-style-type: none">● Puffs● Cestas/Cubos● Aros de hula hula	Vocabulario clave: Sacudida Apuntar Objetivo	Apoyo:



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.
Indicadores	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 pídales 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 serpentinasReproductor de música/Tablet	Vocabulario clave: Ola Ritmo Bailar	Apoyo:



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
Indicadores	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. luz roja significa parar y luz verde significa ir. Haga que los niños practiquen detenerse y arrancar a diferentes velocidades. Incorpore luz amarilla 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 <ul style="list-style-type: none">Tarjetas visuales rojas, amarillas y verdes	Vocabulario clave: Detener Ir Lento	Apoyo: