

## GUÍA DE APRENDIZAJES UNIDAD 1: Conciencia Corporal.

**Objetivo:** Tomar conciencia de su cuerpo, de algunas de sus características internas (tales como: ritmo cardíaco, de respiración), de su esquema y progresivamente de su tono corporal y lateralidad, por medio de juegos.

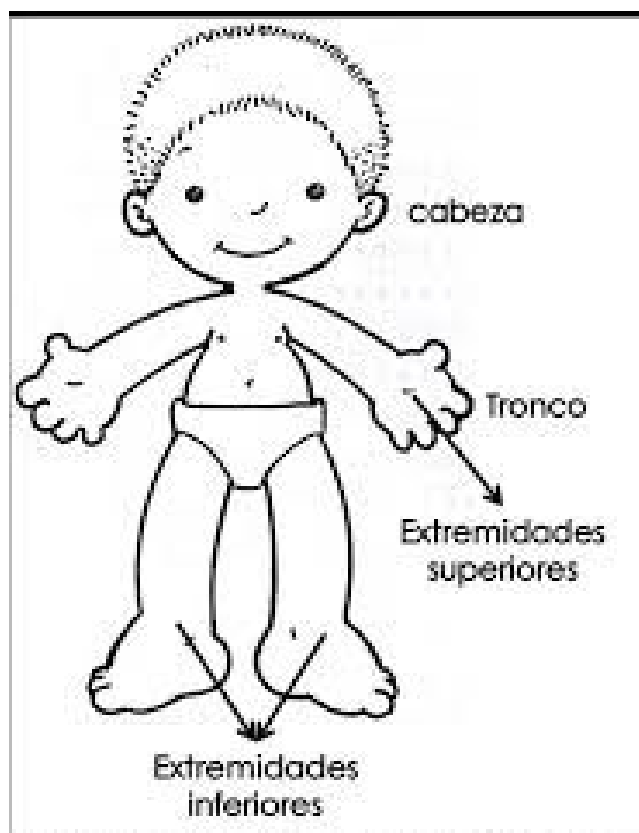
### Calentamiento:

Para comenzar pon música, puede ser las canciones que se sugieren o la que más te guste, seguido de esto comienza a moverte, mueve tu cabeza en círculos contando hasta 10, después repite esto, con tus hombros, brazos, cadera, una pierna luego la otra, sigue con un pie y con el otro pie. Al final mueve todo el cuerpo hasta que termine la canción.

### Actividad 1:

**Materiales:** Lápices de colores.

Identifica las partes de tu cuerpo junto con esta imagen y colorea con Azul las extremidades superiores, con rojo las extremidades inferiores, con verde el tronco y con amarillo la cabeza.

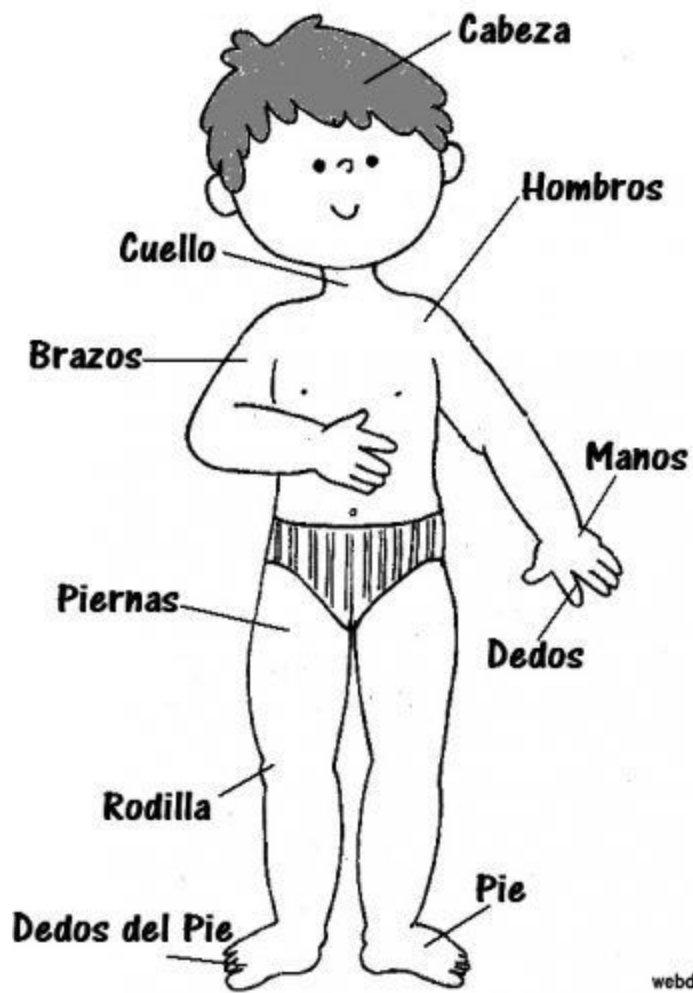


**Actividad 2:**

**Materiales:** lápices de colores.

Observa la imagen de a continuación e identifica y colorea el círculo Azul si está ARRIBA y Rojo si está ABAJO.

- 1. La cabeza está  de los hombros.
- 2. Los brazos están  de la cabeza.
- 3. Las piernas están  de los pies.
- 4. Los pies están  de las rodillas.



webdelpeque.com

**Actividad 3:**

**Materiales:** una silla.

Para esta actividad debes jugar con una persona. Colocarás la silla en un lugar donde puedas desplazarte libremente por alrededor de ella.

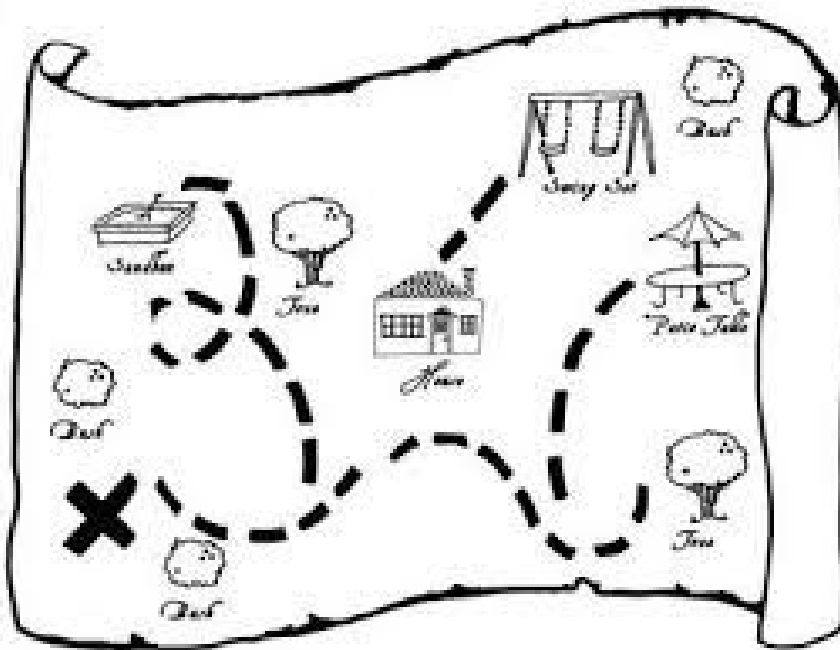
La persona que está contigo debe indicar las siguientes ubicaciones: ARRIBA, ABAJO, A LA DERECHA y A LA IZQUIERDA. Mientras tu te ubicas en las partes señaladas con respecto a la silla.



**Actividad 4:**

**MAPAS.**

este juego debes jugarlo con un adulto, el cual deberá trazar un mapa imaginario, en el interior de la casa, el mapa debe tener una meta en donde el niño debe llegar o puedes esconder algo para que lo encuentre. Un ejemplo de cómo deben ser las instrucciones: colócate delante de la nevera, da dos pasos a la izquierda, tres pasos hacia delante, gira rodeando por la izquierda la columna, etc.



Volvamos a la calma!!!

- Entrelaza los dedos de tus manos, llevando tus palmas hacia el cielo. Cuenta 10 segundos en la posición.



- Entrelaza los dedos de tus manos por detrás, cerca de tu espalda, separa las piernas y llevando tu cabeza al suelo y tus manos al cielo sin soltarse tus dedos. Cuenta 10 segundos en la posición.



- Recuestate en el suelo con tu abdomen en el suelo toma tus pies con tus manos y trata de estirar tus piernas y sube tu pecho.



**Una vez que hayas terminado tu actividad, bebe agua y come una fruta.**

**no se te olvide fotografiar las actividades y mandarlas al MAIL de la Profesora.**