



DIRECCIÓN GENERAL DE PERSONAL

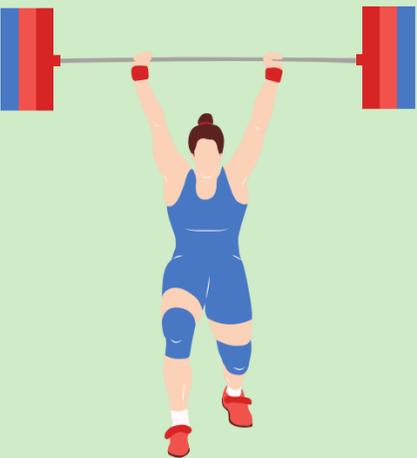
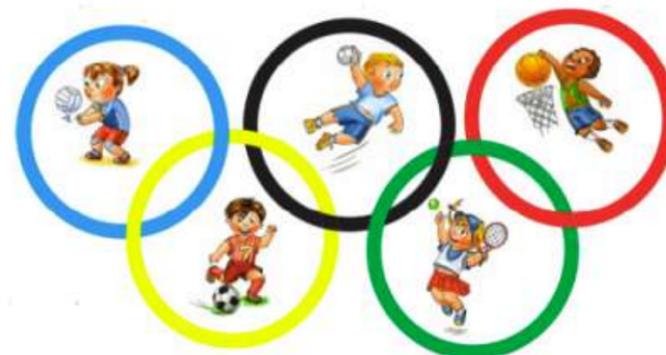
DIRECCIÓN DE LOS CENDI Y JARDÍN DE NIÑOS

COORDINACIÓN DE PEDAGOGÍA



ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Preescolar I

PARTE I



¿Sabías que...?



Templo de Zeus en Olimpia, Atenas



Los juegos olímpicos u olimpiadas se llaman así porque originalmente se celebraban en la ciudad de Olimpia, Grecia. Cada cuatro años se reunían en esta ciudad los mejores atletas de cada reino de la antigua Grecia. Todos competían en honor a Zeus, uno de los dioses griegos. Los juegos olímpicos eran acontecimientos tan importantes que las guerras y conflictos entre las ciudades y reinos se paraba durante estos días.





CAMPO DE FORMACIÓN ACADÉMICA:

- EXPLORACIÓN Y CONOCIMIENTO DEL MUNDO NATURAL Y SOCIAL.



APRENDIZAJE ESPERADO:

- Reconoce y valora las costumbres y tradiciones que se manifiestan en los grupos sociales a los que pertenece.



MATERIAL:

- Ninguno



Actividad 1:

"Campeones mexicanos"



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

Nuestro país México, ha participado cada cuatro años en los Juegos Olímpicos, donde se han presentado los mejores atletas o deportistas. México ha ganado diversas medallas las cuáles son entregadas a los mejores competidores en diferentes deportes.

¿Te gustaría conocer a algunos ganadores olímpicos de tu país?

A continuación te los presentamos:





CAMPO DE FORMACIÓN ACADÉMICA:

- EXPLORACIÓN Y CONOCIMIENTO DEL MUNDO NATURAL Y SOCIAL.



Actividad 1: "Campeones mexicanos"

1. Observa las imágenes y comenta lo que más te llama la atención.



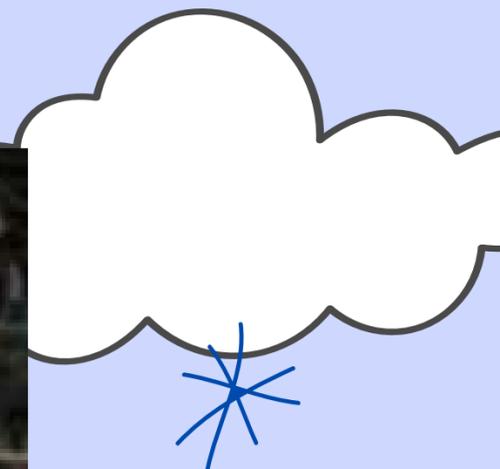
Soraya Jiménez: Ganadora de medalla de oro en levantamiento de pesas o halterofilia



Fernando Plata: Ganador de medalla de plata en clavados



María del Rosario Espinoza: Ganadora de medalla de oro en Taekwondo



FIN DE LA ACTIVIDAD





ÁREA DE DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL:

- EDUCACIÓN FÍSICA



APRENDIZAJE ESPERADO:

Propone distintas respuestas motrices y expresivas ante un mismo problema en actividades lúdicas.



MATERIAL:

- Cilindros de papel higiénico
- Pelotas chicas de plástico



Actividad 2:

"Lanzamiento al blanco"



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

A partir de la información que ya conoces de los juegos olímpicos, ¿te gustaría crear tus propias olimpiadas desde casa?

- ¿Qué deportes conoces?,
- ¿Cuál te llama más la atención?,
- ¿Realizas algún deporte?, ¿Cuál?

Vamos a crear una actividad deportiva que puedas realizar desde casa. Con ayuda de algún familiar, llevaremos a cabo la actividad llamada: Lanzamiento al blanco

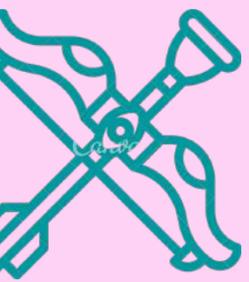




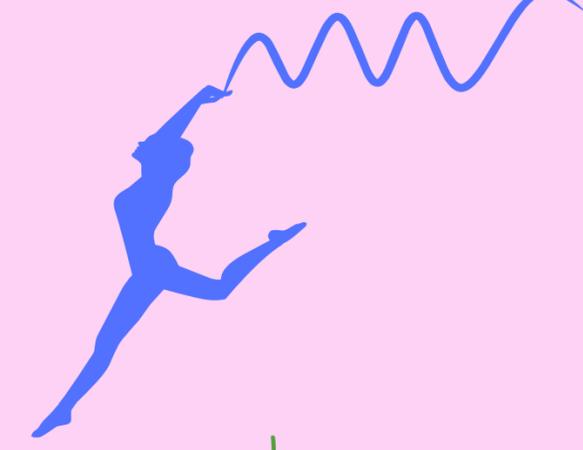
ÁREA DE DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL:
• EDUCACIÓN FÍSICA



CONTINUIDAD DEL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD



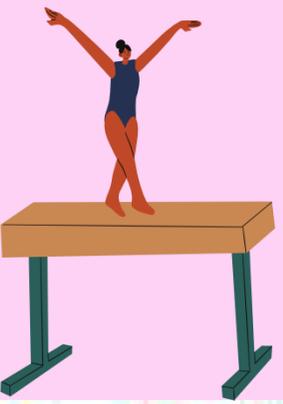
1. Vamos a colocar los cilindros del papel higiénico sobre el piso.
2. Sobre el cilindro colocaremos una pelota.
3. Con una pelota intentaremos derrumbar las torres que realizamos con los cilindros.



Actividad 2:

"Lanzamiento al blanco"

Un deporte que forma parte de los Juegos Olímpicos es "Tiro al blanco", para el cual se utiliza una flecha y un arco.



FIN DE LA ACTIVIDAD





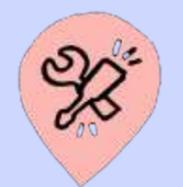
CAMPO DE FORMACIÓN ACADÉMICA:

- PENSAMIENTO MATEMÁTICO



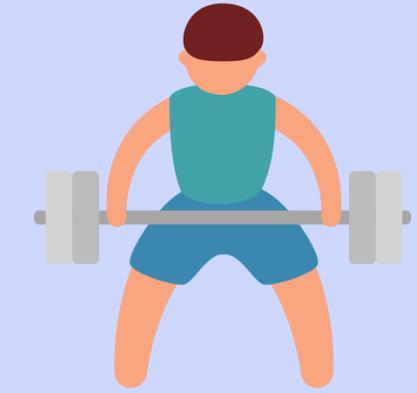
APRENDIZAJE ESPERADO:

- Usa unidades no convencionales para realizar estimaciones de peso.



MATERIAL:

- Palo de escoba
- 2 botellas de pet vacías de capacidad 1.5 litros
- Diversos objetos pequeños (no mayores a medio kilogramo de peso)



Actividad 3: "Levantamiento de pesas"



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

En esta ocasión llevaremos a cabo una actividad de levantamiento de pesas. Para ello diseñaremos unas pesas con apoyo de material de reúso.

- 1. Con ayuda de un adulto se cortarán ambas botellas de pet para simular unas canastas donde se colocarán diversos objetos pequeños.





CAMPO DE FORMACIÓN ACADÉMICA:

- PENSAMIENTO MATEMÁTICO



CONTINUIDAD DEL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

2. Coloca ambas canastas en cada uno de los extremos del palo de escoba. Pide ayuda para fijar las canastas al palo colocarán diversos objetos pequeños.
3. Los objetos que coloques en ambas canastas deben contener la misma cantidad de elementos (peso total no mayor a medio kilogramo).
4. Ahora es momento de levantar nuestra pesa con apoyo de un adulto.
5. Realiza diferentes levantamientos
6. **Contesta lo siguiente:**
 - ¿Qué objetos son más pesados?
 - ¿Cuáles son más ligeros?



Actividad 3: "Levantamiento de pesas"



Aremi Fuentes,
actualmente participa
en los Juegos Olímpicos
de Tokio 2020.

FIN DE LA ACTIVIDAD





ÁREA DE DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL:

- EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL



APRENDIZAJE ESPERADO:

- Trabaja en equipo y cumple con lo que le toca



MATERIAL:

- A elección a partir de las actividades sugeridas.

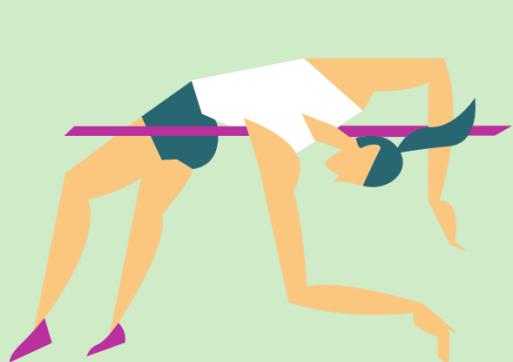


Actividad 4: "Atletismo"



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

- El atletismo es un deporte que consiste en realizar diversas actividades en equipo como correr, saltar, lanzar y lanzar.
- Participa con tu familia en diversos retos que utiliza el atletismo. Es importante realizar acuerdos de convivencia y las reglas para las actividades.





ÁREA DE DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL:

- EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL



CONTINUIDAD DEL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

. Identifica que actividades puedes desarrollar en casa relacionadas al atletismo.



CORRER CON RELEVOS



LANZAMIENTO



SUPERAR OBSTÁCULOS



Actividad 4: "Atletismo"



El trabajo en equipo en las competencias de atletismo es muy importante para lograr buenos resultados.
¿Qué actividades en equipo realizaste en casa?, ¿Qué acuerdos realizaron en equipo?



FIN DE LA ACTIVIDAD

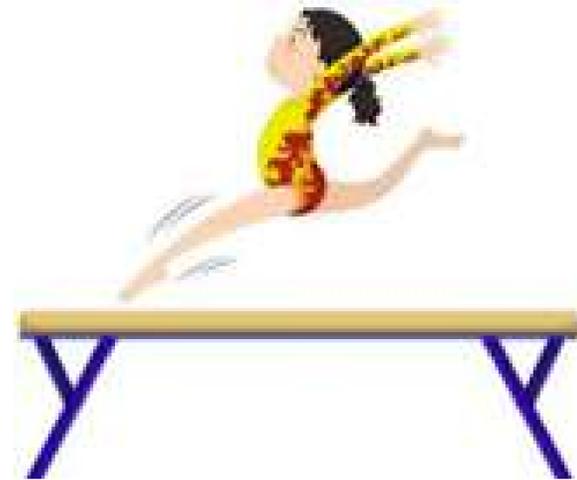




ÁREA DE DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL: ARTES

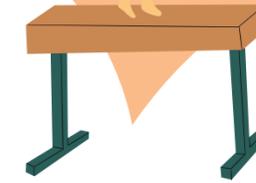
APRENDIZAJE ESPERADO:

- Crea y reproduce secuencias de movimientos y posturas corporales de manera individual con música.



Actividad 5:

"Gimnasia Artística"



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

La gimnasia artística consiste en realizar movimientos con o sin apoyo de aparatos. ¿Estas listo(a) para realizar dos actividades relacionadas a la gimnasia artística?

ACTIVIDAD 1:

- Realizaremos actividades de equilibrio. Con apoyo de la cita o listón grueso colócalo en el piso en línea recta.
- Recorrerás la cinta colocando un pie tras otro, imaginando que es una barra de equilibrio como se muestra en la siguiente imagen:



MATERIAL:

- Listón o cinta gruesa de color indistinto.
- Pista musical de preferencia





CONTINUIDAD DEL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

ACTIVIDAD 2:

- La gimnasia artística también realiza actividades de movimientos del cuerpo y listones con acompañamiento de música.
- Elige una canción de tu preferencia y mueve tu cuerpo al ritmo de la música.
- Puedes utilizar el listón para moverlo de manera libre.



¿Cómo te sientes moviendo tu cuerpo libremente?
¿Qué imaginas?
¿Qué actividad de gimnasia artística prefieres y por qué?

FIN DE LA ACTIVIDAD





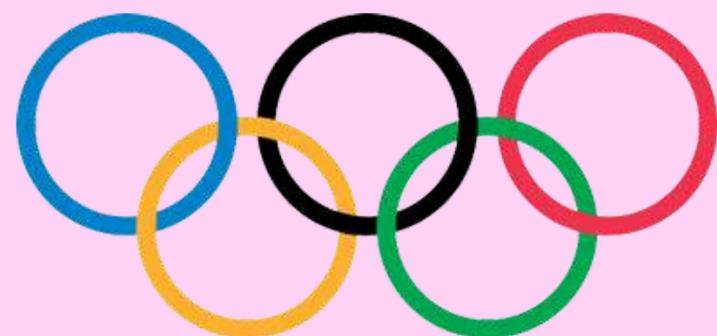
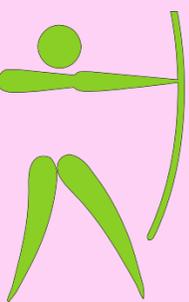
CAMPO DE FORMACIÓN ACADÉMICA:

- LENGUAJE Y COMUNICACIÓN



APRENDIZAJE ESPERADO:

- Expresa gráficamente narraciones



MATERIALES:

- Hoja blanca
- Colores y/o lápiz



Actividad 6: "Mi historia olímpica"



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:



A partir de la información que conoces sobre los Juegos Olímpicos, realiza un dibujo sobre el deporte que más te llamó la atención y compártelo con tu familia.

- Contesta las siguientes preguntas:

¿Qué deporte es? y
¿Cómo se lleva a cabo ese deporte?



NATACIÓN ARTÍSTICA



GIMNASIA ARTÍSTICA



GIMNASIA EN TRAMPOLIN



HALTEROFILIA



TIRO CON ARCO



SALTOS



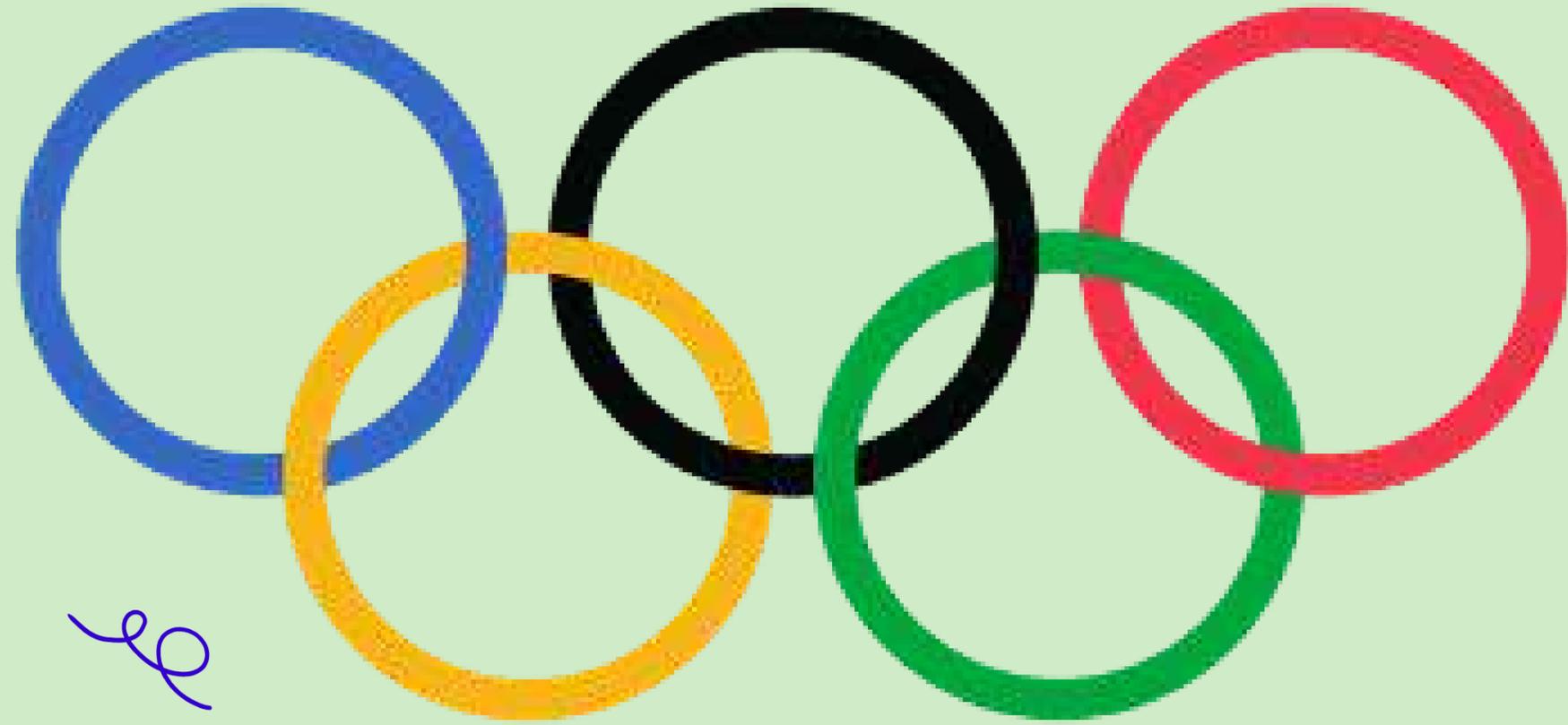


Cierre de actividades de las Olimpiadas

Tu participación en las MINIOLIMPIADAS ha sido muy importante y valiosa. Gracias por tu esfuerzo, dedicación y disposición al trabajo en equipo; por lo que haz ganado la siguiente medalla olímpica. Puedes imprimir la medalla que está al final de la presentación y decorarla con los colores de tu elección.



¿Sabías que...?

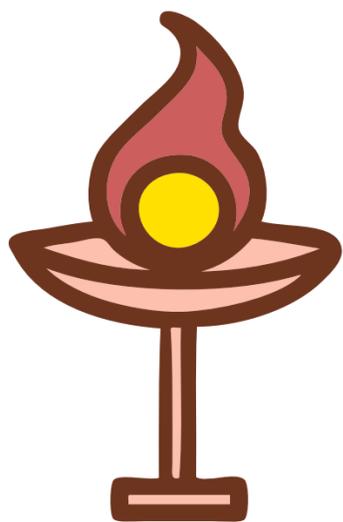
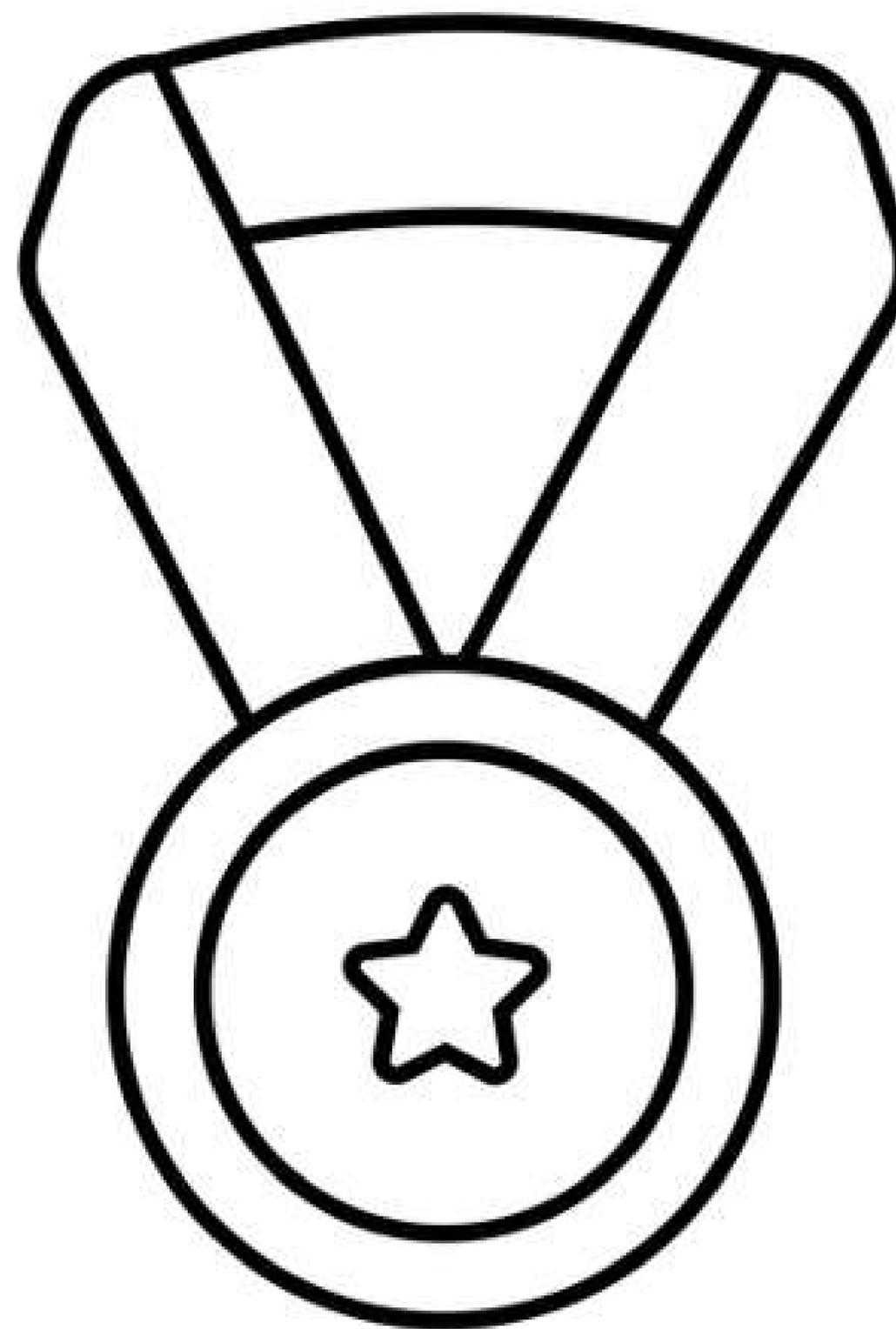


Los juegos olímpicos se representan por cinco aros unidos de diferente color. Los colores significan la participación de los diferentes continentes:

- Oceanía
- Asia
- África
- Europa
- América



Imprime y recorta





REFERENCIAS:

SEP, (2017). Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación. Secretaría de Educación Pública: México.

