



# Actividades Kinésicas para realizar en el

*Red Comunal de  
Kinesiólogos.  
DEM Coronel 2020.*

## Queridas Familias:

El siguiente manual comprende un conjunto de actividades destinadas a potenciar y estimular las distintas áreas del desarrollo integral del niño en la etapa de segunda infancia.

*El movimiento y la estimulación integral es un proceso fundamental para generar nuevas habilidades en el niño, además de estimular nuevas áreas de aprendizaje a través de las distintas actividades y experiencias entregadas.*

Las actividades generadas están destinadas a potenciar áreas fundamentales para el desarrollo integral del niño, las cuales son las siguientes:

- Coordinación óculo -manual y óculo - pedal.
- Ubicación Tempero-espacial
- Motricidad fina y gruesa
- Equilibrio estático y dinámico.
- Desarrollo de esquema corporal
- Estimulación sensorial.

Además de mejorar el estado **físico, mental y emocional**, el desarrollo de actividades va a generar un **fortalecimiento familiar y el desarrollo de hábitos de vida saludables**.

Las siguientes actividades se dividen en 8 semanas.

En las cuales cada semana tiene una actividad para potenciar los puntos anteriormente nombrados.

Una vez completada una semana, se dará inicio a las actividades de la semana siguiente. Con el fin de generar un estímulo constante durante un tiempo.

Estas actividades se ajustan a utilizar la menor cantidad de materiales posibles, los cuales se pueden encontrar en el hogar. Además, se ajustan al horario y tiempos de cada familia.

SEMANA 1	ACTIVIDADES	ILUSTACION
-------------	-------------	------------

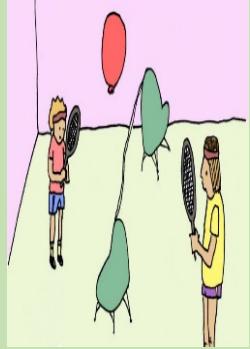
*Red Comunal de Kinesiólogos.  
DEM Coronel 2020.*

	<p><b>Nombre Actividad:</b> “BOLOS O BOWLING CON BOTELLAS”</p> <p><b>Objetivo:</b> Desarrollar su Coordinación Óculo Manual.</p> <p><b>Materiales:</b> Botellas vacías, Pelota, arena, agua.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Agrupamos un número de botellas a una distancia determinada y el objetivo es derribarlas todas con un balón o pelota. Podemos llenarlas de arena o agua para así aumentar la dificultad.</p> <p><b>A continuación, el link del video:</b>  <a href="https://youtu.be/p73hZWCZZ1I">https://youtu.be/p73hZWCZZ1I</a></p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> “Pasa el balón rápido”</p> <p><b>Objetivo:</b> Orientación temporo-espacial.</p> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Computador o celular para ver el video.</li> <li>-Pelota.</li> </ul> <p><b>Desarrollo:</b> El alumno junto a su grupo familiar hará un círculo y estarán sentados. Una de las personas dirá a la derecha o la izquierda y pasaran la pelota lo más rápido posible.      Poner música de fondo para hacer la actividad más entretenida.</p> <p><b>A continuación el link del video:</b>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=q8FCa4baLnU">https://www.youtube.com/watch?v=q8FCa4baLnU</a></p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> La telaraña de papel</p> <p><b>Objetivo:</b> Mejorar Equilibrio.</p> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Tiras de papel o lana</li> <li>- Pegote</li> </ul> <p><b>Desarrollo:</b> En un pasillo de la casa pegar tantas tiras de papel o lana como quieras formar la telaraña, el estudiante deberá pasar levantando los pies sin romper el papel.</p> <p><b>A continuación, el link del video:</b>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=zyF8IBVe7uA">https://www.youtube.com/watch?v=zyF8IBVe7uA</a></p>	

	<p><b>Nombre de la actividad:</b> yo dibujo mi cuerpo.</p> <p><b>Objetivo:</b> Representarse a sí mismo destacando lo que perciben y sienten de su cuerpo.</p> <p><b>Materiales:</b> hojas papelógrafo, lápices de colores.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Explique la experiencia que van a realizar. pregunte: ¿Cuantas veces han dibujado su cuerpo?, ¿porqué creen que los dibujos que han hecho sobre su cuerpo han ido variando?</p> <p>Diga a los niños/as que van a crear un dibujo de su cuerpo para luego pintarlo o ponerle ropa. Los dibujos pueden realizarlos colocando sus hojas sobre la mesa o en el suelo.</p> <p>Para que se relacionen con su cuerpo y lo sientan, pídale que lo miren en un espejo, lo toquen, que estiren sus brazos tratando de tocar el techo, que se rasquen suavemente todo el cuerpo desde la cabeza hasta los pies, tal como hacen los monos cuando están contentos.</p> <p>Luego los niños/as dibujan su cuerpo en los papeles. Observe como dibujan, lo que hacen, el tipo de línea que utilizan, los detalles que incorporan a sus dibujos, en qué lugar de la hoja localizan la figura de su cuerpo.</p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> "Juguemos a las adivinanzas"</p> <p><b>Objetivo:</b> Estimular sistema olfatorio.</p> <p><b>Materiales:</b> una venda para los ojos, pasta de dientes, pastilla de jabón, perfume para la ropa, rodaja de limón, rodajas de manzana etc.</p> <p><b>Desarrollo:</b> En primer lugar, se le debe vendar los ojos al alumno, el familiar debe tener los objetos dentro de una bolsa o recipiente sin que estos puedan ser vistos anteriormente por los niños. Entonces el familiar le acerca la bolsa o recipiente al alumno. En cada caso deberá extraer un objeto de la bolsa y el niño deberá adivinar qué objeto es pero solo podrá reconocerlo por el olfato.</p> <p>Una variante de este juego es diferenciar entre olores artificiales (un caramelo) de olores naturales (una flor).</p>	

SEMANA 2	ACTIVIDADES	ILUSTRACION
	<p><b>Nombre actividad:</b> "LOS MESEROS"</p> <p><b>Objetivo:</b> Desarrollar Coordinación Óculo Manual.</p> <p><b>Materiales:</b> Bandeja, Botellas, Tabla, Cartón firme.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Este juego consiste en trasladar una botella llevando una bandeja sostenida con una mano. El objetivo es que pueda llevar la mayor cantidad de botellas desde un lugar a otro en un tiempo determinado sin que estas se caigan en el trayecto. Si es así deberá volver al punto de partida y comenzar. Para menor complejidad puedes agregar arena o agua a la botella.</p> <p><b>A continuación, el link del video:</b>  <a href="https://youtu.be/17mWFxeDTaw">https://youtu.be/17mWFxeDTaw</a></p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> "El zoológico llego a casa"</p> <p><b>Objetivo:</b> Reforzar motricidad fina.</p> <p><b>Materiales:</b>  - Papel lustre.  - Lápiz grafito o scripto.</p> <p><b>Desarrollo:</b> El alumno deberá confeccionar con el material mencionado anteriormente diversos animales tales como: un perro y un ave.</p> <p><b>A continuación, el link del video:</b>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ZyS6Oi1zHe4">https://www.youtube.com/watch?v=ZyS6Oi1zHe4</a>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=bcOHXtS9as0">https://www.youtube.com/watch?v=bcOHXtS9as0</a></p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> Me arranco con los tarros</p> <p><b>Objetivo:</b> Mejorar equilibrio</p> <p><b>Materiales:</b> 2 tarros y un trozo de cordel</p> <p><b>Desarrollo:</b> los estudiantes confeccionaran zancos con tarros (link1) y trataran de caminar la mayor distancia posible. (link2 juego)</p> <p><b>A continuación el link video :</b>  <a href="http://www.youtube.com/watch?v=EpPlqfjkVSs&amp;t=10s">http://www.youtube.com/watch?v=EpPlqfjkVSs&amp;t=10s</a>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=yICpdrlaRXk">https://www.youtube.com/watch?v=yICpdrlaRXk</a></p>	

	<p><b>Nombre de la actividad:</b> Explorando y descubriendo mi Cuerpo.</p> <p><b>Objetivo:</b> La aceptación de sus características corporales, explorando y descubriendo diferentes cualidades de propio cuerpo.</p> <p><b>Materiales:</b> Una lupa, sus Sentidos</p> <p><b>Desarrollo:</b> Antes de comenzar Realice preguntas como: ¿Ustedes saben lo que hace un explorador?, ¿quién ha jugado a ser explorador de su cuerpo?, ¿qué han descubierto?, ¿les gustaría descubrir algunas características de su cuerpo?</p> <p>Mientras realizan la exploración corporal realice preguntas, por ejemplo: ¿Como sienten la cabeza, dura o blanda?, ¿cómo se llama la parte más blanda de la cabeza? Cuando se tocan los brazos puede preguntar: ¿En qué parte del brazo sentiste blando y en qué parte sentiste duro ¿Qué creen ustedes que hay en las partes duras del cuerpo?, ¿pueden tocar y mostrar en que partes del cuerpo encontraron partes más duras?</p> <p>Luego proponer distintos movimientos utilizando diferentes partes del cuerpo. Observe los movimientos que hacen, valore y refuerce los movimientos que realizan, ¿Qué movimientos crees que puedes hacer con tus dedos y tus manos?, ¿cómo te imaginas que puedes mover cada pie?, ¿cómo podrías mover tu boca, y tu nariz, y tus ojos? o ¿qué partes del cuerpo pueden mover haciéndolas girar o rotándolas?</p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> "Buscando las figuras"</p> <p><b>Objetivo:</b> Generar distintos estímulos sensitivos táctiles.</p> <p><b>Materiales:</b> Una Caja de cartón Grande, una caja de cartón chica. Cartón, tijeras y elementos de diferentes texturas fáciles de encontrar, por ejemplo, paja, hojas, arena, etc.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Dibujar 3 tipos de figuras en el cartón y recortar varias figuras, en la tapa de la caja chica dibujar la forma de estas figuras y recortar este espacio para introducirlas por cada espacio. Luego llenar la caja grande con el elemento encontrado en este caso lo haremos con hojas. Una vez con elemento en la caja introducir las figuras que fueron recortadas dentro de este. Realizado esto comenzamos con la actividad en donde el estudiante debe buscar dentro de la caja grande con su elemento, las distintas figuras que fueron recortadas y depositarlas en la caja chica dentro del lugar que corresponde.</p>	 

SEMANA 3	ACTIVIDADES	ILUSTACION
	<p><b>Nombre Actividad:</b> TENIS CON GLOBO</p> <p><b>Objetivo:</b> Desarrollar su Coordinación Óculo-manual</p> <p><b>Materiales:</b> Globo, Paleta (opcional), mano, Silla, Cordel.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Este juego consiste en que al igual que el tenis, debamos golpear el globo (ya sea con una paleta, raqueta o la mano) y lanzarlo hacia el lado de la cancha del rival. El objetivo es que el balón de 2 rebotes en el suelo del lado opuesto. Idealmente se pueda delimitar ambas áreas simulando una malla. Se sugiere utilizar 2 sillas y una cuerda que se amarre entre ambas.</p> <p><b>A continuación, el link del video:</b>  <a href="https://youtu.be/3stEr7Q7C6k">https://youtu.be/3stEr7Q7C6k</a></p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> "A decorar nuestras manos"</p> <p><b>Objetivo:</b> Reforzar motricidad fina.</p> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Cartón.</li> <li>-Tempera, esmalte, lentejuelas o papel lustre.</li> </ul> <p><b>Desarrollo:</b> El alumno deberá tomar un cartón y poner su mano derecha e izquierda sobre él para marcarlas. Una vez marcadas, se deben recortar y delinear las zonas de las uñas como se muestra en la imagen. Además, decoraremos dentro de la uña con tempera, esmalte o papel lustre.</p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> Montaña de cojines</p> <p><b>Objetivo:</b> Reforzar equilibrio</p> <p><b>Materiales:</b> Un espacio libre una pelota o peluche y varios cojines.</p> <p><b>Desarrollo:</b> El estudiante pondrá un cojín en el piso, deberá pararse en un pie y mantener la posición más de 10 s, con ojos abiertos y luego cerrados. Si lo logra, pondrá tantos cojines como pueda, aumentando la dificultad lanzará y atrapará la pelotita o peluche.</p> <p><b>A continuación, el link del video:</b>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=1k6bAxRiju0">https://www.youtube.com/watch?v=1k6bAxRiju0</a></p>	

	<p><b>Nombre de la actividad:</b> Descubriendo las partes de mi cara.</p> <p><b>Objetivo:</b> Conocimiento y aceptación de las características de su cara.</p> <p><b>Materiales:</b> Espejo.</p> <p><b>Desarrollo</b></p> <p>Antes de comenzar la actividad Pregunte, por ejemplo; ¿Qué partes de su cara conocen?, ¿pueden cerrar los ojos y tocar las partes de su cara que yo nombre?</p> <p>Muestre los materiales que van a utilizar durante el desarrollo de la experiencia; espejos pequeños, un espejo grande, hojas de papel y lápices de colores. Explique que van a jugar a descubrir, con sus manos y su vista, características de su propia cara y de la cara de sus compañeros/as.</p> <p>Invite a los niños/as a frotar sus manos, para que toquen las distintas partes de su cara con las manos, pregunte: ¿Cómo sienten la cara?, ¿dura o blanda?, ¿suave o áspera?, su piel, ¿es fría o tibia?</p> <p>Motívelos a mirarse en los espejos pequeños, para que continúen descubriendo características de su cara. Propóngales que frente al espejo hagan morisquetas, que investiguen su boca, su nariz, sus ojos, sus orejas, que muevan las diferentes partes de la cara y que observen si la expresión de su cara cambia. Pregunte: ¿Todas las partes de la cara se pueden mover?, ¿pueden mostrarlo?, ¿cuándo mueven alguna parte de la cara, cambia la expresión de la cara?</p>	 
	<p><b>Nombre actividad:</b> “El Túnel”</p> <p><b>Objetivo:</b> Generar distintos estímulos sensitivos.</p> <p><b>Materiales:</b> Cajas de cartón grande, telas usadas, pegamento.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Juntar varias cajas de cartón, cortar varias cintas de tela y pegarlas en la parte superior de cada caja. Juntar las cajas para formar un túnel, en el cual el estudiante deberá atravesar a través de los diferentes estímulos colgantes.</p>	 

SEMANA 4	ACTIVIDADES	ILUSTACION
	<p><b>Nombre Actividad:</b> LUCHE O AVION</p> <p><b>Objetivo:</b> Desarrollar su Coordinación Óculo Pedal</p> <p><b>Materiales:</b> Suelo, tiza, tejo.</p> <p><b>Desarrollo:</b> El juego consiste en una serie de cuadrados dibujados en el suelo (con carbón, ladrillo, tiza) donde cada jugador lanza en orden numérico un tejo, el cual se recupera luego de saltar todos los cuadrados con un solo pie o bien ambos, según van apareciendo en el camino o bien las habilidades de cada niño. La dificultad puede variar de acuerdo con el tamaño y/o forma de cada cuadrado como la cantidad de números que deba avanzar.</p> <p><b>A continuación, el link del video:</b>  <a href="https://youtu.be/jodTWEDj9ho">https://youtu.be/jodTWEDj9ho</a>  <a href="https://youtu.be/YfabQUw2n5A">https://youtu.be/YfabQUw2n5A</a></p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> "La pinza veloz"</p> <p><b>Objetivo:</b> Reforzar motricidad fina.</p> <p><b>Materiales:</b>  -Pinzas para tender la ropa y recipiente.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Las pinzas estarán dentro de un recipiente y en el menor tiempo posible las tomaremos de una en una para ubicarlas al borde del recipiente como se muestra en la imagen. Esta actividad se realiza a modo de competencia con algún integrante familiar.</p> <p><b>A continuación, el link del video:</b>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=H9lxmXxa4V4">https://www.youtube.com/watch?v=H9lxmXxa4V4</a>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=oAnkU63KfJw">https://www.youtube.com/watch?v=oAnkU63KfJw</a> (1:36-2:09)</p>	 <p>la pinza digital</p>
	<p><b>Nombre actividad:</b> Simón manda</p> <p><b>Objetivo:</b> Desarrollar equilibrio</p> <p><b>Materiales:</b> un espacio libre de ruidos donde el estudiante pueda moverse.</p> <p><b>Desarrollo:</b> el niño pondrá atención y realizará las acciones que se le indiquen.</p> <p><b>A continuación, el link del video:</b>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=CCeRorsXSO0">https://www.youtube.com/watch?v=CCeRorsXSO0</a></p>	 <p>guiainfantil.com</p>

	<p><b>Nombre de la actividad:</b> Mi cuerpo expresa emociones.</p> <p><b>Objetivo:</b> Distinguir algunas emociones en sí mismos y expresarlas con todo su cuerpo.</p> <p><b>Materiales:</b> Música entretenida.</p> <p><b>Desarrollo:</b></p> <p>Invite a las personas que están en el juego a expresar emociones con el cuerpo, posturas, los gestos y los movimientos que acompañan cada emoción. Pregunte a los niños/as, por ejemplo: ¿Cómo mueven los brazos y los hombros cuando están contentos? y cuando están tristes, ¿cómo mueven esas partes del cuerpo? Espere que los niños/as experimenten y muestren los movimientos y las posturas. Señale otros segmentos del cuerpo para que los muevan expresando alegría.</p> <p>Desafíe a los niños/as a mover al mismo tiempo los distintos segmentos del cuerpo expresando, sintiendo o imitando alguna emoción o algún sentimiento conocido. Se trata de que puedan expresar corporalmente emociones, bailando al ritmo de una música.</p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> "Adivina el Objeto"</p> <p><b>Objetivo:</b> Generar distintos estímulos sensitivos táctiles.</p> <p><b>Materiales:</b> Caja de cartón, papel, tijeras, distintos juguete u objetos y venda.</p> <p><b>Desarrollo:</b> En la caja vamos a realizar un agujero en forma de circulo en el que quepa la mano del estudiante. Vamos a cortar muchos cuadraditos de papel y vamos a rellenar la caja. Una vez rellena con el papel, vendaremos los ojos del estudiante y luego introduciremos un objeto sin que sepa cuál es. El estudiante debe tomar el objeto dentro de la caja y adivinar a qué corresponde.</p>	

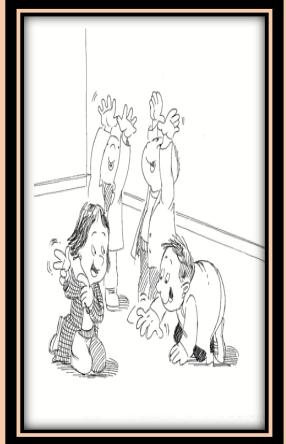
SEMANA 5	ACTIVIDADES	ILUSTACION
	<p><b>Nombre Actividad:</b> CAMINATA EN ZANCOS</p> <p><b>Objetivo:</b> Desarrollar su Coordinación Óculo Pedal.</p> <p><b>Materiales:</b> Tarro, cordel</p> <p><b>Desarrollo:</b> Este juego consiste en definir un circuito o recorrido tanto en línea recta como en zig-zag, donde por el cual se desplazarán utilizando zancos elaborados con tarros y cordel. Idealmente este recorrido pueda presentar obstáculos como reglas como por ejemplo al desplazarse no tocar las líneas de las baldosas o no deberá bajarse de ellos hasta que llegue al final.</p> <p><b>A continuación, el link del video:</b>  <a href="https://youtu.be/RAPjaZb_GVQ">https://youtu.be/RAPjaZb_GVQ</a>  <a href="https://youtu.be/xpom6Qp1Wdw">https://youtu.be/xpom6Qp1Wdw</a></p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> “El congelado”</p> <p><b>Objetivo:</b> Orientación temporo-espacial.</p> <p><b>Materiales:</b> Computador o celular para ver video.</p> <p><b>Desarrollo:</b> El alumno escuchará la música y correrá por su casa y cuando la canción se detenga se agachara y se quedará congelado.</p> <p><b>A continuación, el link del video:</b>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Smlhl79r8Qw">https://www.youtube.com/watch?v=Smlhl79r8Qw</a></p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> Reto del confort</p> <p><b>Objetivo:</b> Reforzar Equilibrio</p> <p><b>Materiales:</b> Espacio libre Un rollo de papel higiénico</p> <p><b>Desarrollo:</b> el estudiante estará de pie, se pondrá 1 rollo de papel higiénico sobre la cabeza e intentará bajar y luego volver a su posición sin que el papel caiga.</p> <p><b>Variación:</b> El estudiante deberá bajar hasta quedar acostado en el suelo y luego volver a su posición inicial. Puedes tomar el tiempo y competir con tu familia.</p> <p><b>A continuación, el link del video:</b>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=d7_RPu5Qa8&amp;t=109s">https://www.youtube.com/watch?v=d7_RPu5Qa8&amp;t=109s</a></p>	

	<p><b>Nombre de la actividad:</b> Descubriendo las partes de mi cuerpo.</p> <p><b>Objetivo:</b> Reconocer progresivamente las posibilidades de movimiento y las diferentes partes del tronco.</p> <p><b>Materiales:</b> El cuerpo, Música.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Cada niño/a tendrá que descubrir dónde está ubicada esa parte en su cuerpo. Tendrán que tocarla, sentirla a través de movimientos. Pregunte, por ejemplo; ¿Dónde está su cuello? ¿sus hombros?, y pregunte, ¿cuántos tienen?, ¿qué forma tienen?, ¿cómo imaginan que los pueden mover? Observe y acompañelos en sus movimientos.</p> <p>Luego pregunte: ¿Dónde está su pecho?, ¿qué forma tiene? Invítelos a colocar sus manos sobre el pecho y pídale que respiren lentamente para que sientan cómo se mueve esta parte del cuerpo cuando entra y sale el aire. Luego pregunte: ¿Dónde está su cintura?, ¿cómo la pueden mover? Los niños/as tocan su cintura y realizan diferentes posturas para moverla.</p> <p>¿Pueden tocar sus caderas?, ¿qué forma tienen?, ¿son duras o blandas?, ¿cómo la pueden mover, haciendo círculos?</p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> ¡Encuentra tu pareja!</p> <p><b>Objetivo:</b> Estimular sistema auditivo</p> <p><b>Materiales:</b> Vendas.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Este es un juego para toda la familia. Para empezar, todos los jugadores forman parejas. A cada pareja se le asigna un animal: Habrá una pareja de pollitos o gallinas, de burros, de vacas, etc. Todos deberán vendarse los ojos. Luego, los jugadores se separan y se distribuyen a lo largo del área de juego. Cuando se les diga, cada uno empieza a ver el ruido característico del animal que está imitando: piar como pollito, rebuznar como burros, etc. El reto es doble: ser capaz de orientarse en medio del espacio y ruido de todo el grupo y seguir la voz de su pareja hasta hallarla. Cuando una pareja se encuentre, podrá quitarse la venda de los ojos y salir del área de juego.</p> <p><b>A continuación, el link del video:</b>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=SktW-g5P2CQ">https://www.youtube.com/watch?v=SktW-g5P2CQ</a></p>	

SEMANA 6	ACTIVIDADES	ILUSTACION
	<p><b>Nombre Actividad:</b> CUERDA FLOJA</p> <p><b>Objetivo:</b> Desarrollar su Coordinación Pedal.</p> <p><b>Materiales:</b> Suelo, tiza, Pegote, cordel.</p> <p><b>Desarrollo:</b> El juego consiste en que debemos caminar por la “cuerda floja” que puede ser simulada por una línea en el suelo, pegote, cuerda, cordel, etc., evitando pisar por fuera de esta ya que si lo hacemos deberá comenzar desde el comienzo nuevamente. Se le puede agregar dificultad si es que esta línea es recta o con zig-zag o bien trasladando objetos en las manos.</p> <p><b>A continuación, el link del video:</b>  <a href="https://youtu.be/sK6FqLSVb2A">https://youtu.be/sK6FqLSVb2A</a></p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> “Que no toque el suelo”</p> <p><b>Objetivo:</b> Orientación temporo-espacial.</p> <p><b>Materiales:</b>  -Pelota y espacio en casa. Celular o computador para ver el ejercicio.</p> <p><b>Desarrollo:</b> El alumno junto a su grupo familiar harán una fila sentados, el primero de la fila pasará la pelota hacia atrás por sobre la cabeza y el ultimo que la reciba correrá y se ubicará adelante y así sucesivamente.</p> <p><b>A continuación, el link del video:</b>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=rWaXXDuKYYo">https://www.youtube.com/watch?v=rWaXXDuKYYo</a></p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> voleibol con los pies</p> <p><b>Objetivo:</b> Mejorar equilibrio y coordinación</p> <p><b>Materiales:</b>  -Espacio Libre, globo</p> <p><b>Desarrollo:</b> 2 o más participantes. Se marcará una línea en el piso, simulando la red y dividiendo la cancha. Luego los participantes se apoyarán en el suelo con las manos, como muestra la imagen y desde ahí golpearán el globo solo usando los pies e intentando que este pase al otro lado de la línea. Si el globo toca el suelo antes de ser golpeado, el equipo contrario sumará un punto. Ganará el equipo que sume 5 puntos.</p>	

	<p><b>Nombre de la actividad:</b> Reconociendo Emociones.</p> <p><b>Objetivo:</b> Distinguir las emociones en si mismo.</p> <p><b>Materiales:</b> Laminas con diferentes emociones (fotografías, revistas).</p> <p><b>Desarrollo:</b> Acompañe y apoye a los niños/as mientras representan la emoción. Pregunte, por ejemplo: ¿Cómo reconocieron que el niño de esa lámina estaba contento?, ¿qué gestos observaron en el personaje de la lámina que cortaron?, ¿qué emoción representaba?</p> <p>Cuando el grupo adivina, todos imitan la emoción y luego golpean el suelo con sus manos para felicitarse.</p> <p>Para terminar, invítelos a bailar con las emociones.</p> <p>Para ello, siguen el ritmo de una música, acompañando sus movimientos con diferentes gestos que imiten alguna emoción o simplemente bailando con la emoción que tengan en ese momento.</p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> "Alfombra mágica"</p> <p><b>Objetivo:</b> Proveer distintos estímulos táctiles en los pies y mejorar la tolerancia hacia el estímulo táctil.</p> <p><b>Materiales:</b> cartón, lentejas, botones usados, fideos, esponjas usadas, lana, papel, tela usada de distintas texturas y pegamento.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Se deberá crear una base de cartón con la forma de la alfombra. A continuación, se procederá a dibujar entre a 6 y 8 celdas (dependiendo de la variedad de materiales) sobre el cartón. Posteriormente se procede a llenar y pegar los distintos materiales sobre estas celdas, cada celda debe tener un material (textura) distinto. Una vez creada la alfombra, podemos fijar misiones o acciones para que el niño camine sobre ella. (ir a buscar objetos de su interés de un lado hacia otro, crear juegos sobre la alfombra, etc.) Los materiales pueden variar dependiendo de cada hogar, así como las acciones a llevar a cabo dependiendo del interés de cada niño. Las celdas se pueden cortar y disponer de diferentes formas.</p>	

SEMANA 7	ACTIVIDADES	ILUSTACION
	<p><b>Nombre Actividad:</b> PUNTERIA</p> <p><b>Objetivo:</b> Desarrollar su Coordinación Óculo Manual</p> <p><b>Materiales:</b> Pelota, tarros vacíos, Botellas vacías, arena, agua, plumón.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Este juego consiste en que con una pelota seamos capaces de derribar las botellas o tarros numerados, lanzando el balón al objeto que corresponda, tras sacarlo de una tómbola o sorteo. Así la idea es dirigir el balón y lanzarlo al número que corresponda sin derribar los otros. La ubicación de las botellas idealmente deba ser separada para evitar derribos erróneos. La cantidad de número o la complejidad va a depender de las habilidades de su hijo.</p> <p><b>A continuación, el link del video:</b>  <a href="https://youtu.be/KMeWKTyXdcY">https://youtu.be/KMeWKTyXdcY</a></p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> "Armando mi ruta"</p> <p><b>Objetivo:</b> Reforzar motricidad fina.</p> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Lentejas, botones o porotos.</li> <li>-Hoja.</li> <li>-Lápiz scripto o grafito.</li> </ul> <p><b>Desarrollo:</b> En una hoja el alumno deberá dibujar las líneas que se muestran en la imagen, luego pondremos lentejas en un recipiente y tomaremos una lenteja con pinza fina (pulgár-índice) y las ubicaremos siguiendo la línea. Esta actividad será con tiempo y a modo de competencia con algún integrante familiar.</p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> La caja</p> <p><b>Objetivo:</b> Reforzar Equilibrio</p> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuerda</li> <li>-2 cajones</li> </ul> <p><b>Variación:</b> 4 almohadas (2 por persona)</p> <p><b>Desarrollo:</b> Los alumnos deberán pararse sobre las cajas o sobre 2 almohadas y tomar cada uno un extremo de la cuerda, a la cuenta de 3 harán la cuerda intentando que el compañero caiga de su lugar.</p>	

	<p><b>Nombre de la actividad:</b> Descubriendo mis brazos y mis manos.</p> <p><b>Objetivo:</b> Reconocer progresivamente las posibilidades y características de sus brazos y sus manos.</p> <p><b>Materiales:</b> Nada específico.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Invítelos a descubrir qué animalitos o insectos pueden imitar haciendo movimientos con sus brazos y sus manos. Los niños hacen diferentes movimientos imitando por ejemplo formas y movimientos de gusanos, arañas, caracoles, mariposas.</p> <p>En esta parte de la experiencia pueden realizar diferentes juegos de sombras con los brazos y manos.</p> <p>Para explorar otras características de sus brazos, invite a comparar el tamaño de sus brazos con el de otros niños, midiéndolos desde los hombros.</p> <p>Para descubrir la elasticidad y el alcance que pueden tener los brazos, realizando movimientos para alcanzar con sus brazos diferentes partes de su cuerpo, por delante y por detrás, desafíelos para que propongan otros movimientos de estiramiento.</p> <p>Haga preguntas tales como: ¿Qué otros movimientos pueden hacer con sus brazos?</p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> “Razonamiento corporal”</p> <p><b>Objetivo:</b> Proveer estímulo táctil y mejorar la tolerancia hacia el estímulo táctil.</p> <p><b>Materiales:</b> Pinceles y brochas de varios tamaños y grosores, rodillos de pintura.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Dé al estudiante una brocha, dígale al estudiante que pretenda pintar alguna parte de su cuerpo. Utilice varias texturas (pieles, algodón, plumero, terciopelo). Haga que el estudiante cierre los ojos y se frote una parte del cuerpo; luego pídale al estudiante que la identifique. Haga que el estudiante cierre los ojos y se frote una parte del cuerpo; luego pídale al estudiante que identifique la textura utilizada. Si el estudiante tiene habilidad verbal limitada, el instructor puede rozar y nombrar las partes del cuerpo.</p>	

SEMANA 8	ACTIVIDADES	ILUSTACION
	<p><b>Nombre Actividad:</b> CRUZAR EL RIO</p> <p><b>Objetivo:</b> Desarrollar su Coordinación Óculo Pedal</p> <p><b>Materiales:</b> Trozos de leña, cajones, bloques de madera.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Para realizar este juego es necesario imaginar que vamos por el río, saltando de piedra en piedra. Idealmente este juego se pueda realizar sobre elementos u objetos con superficie estable para evitar caídas como (trozos de leña, cajones, bloques de madera, etc.). Las reglas son que deba realizar el recorrido de piedras hasta llegar a la última sin pisar fuera de estas ya que si lo hacen se “pueden caer al agua” o bien para darle más suspense “caerá donde los cocodrilos”. Se sugiere además que se puedan hacer un circuito.</p> <p><b>A continuación, el link del video:</b>  <a href="https://youtu.be/C28KWRTJnqQ">https://youtu.be/C28KWRTJnqQ</a></p>	 
	<p><b>Nombre actividad:</b> “Mi retrato lúdico”</p> <p><b>Objetivo:</b> Reforzar motricidad fina.</p> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Hoja de oficio, de block o de cuaderno.</li> <li>-Tijeras</li> <li>-Papel lustre, Lana o papel de diario.</li> <li>-Pegamento.</li> <li>-Lápiz grafito y lápiz scripto.</li> </ul> <p><b>Desarrollo:</b> El alumno deberá dibujar con un lápiz grafito la cabeza, cuello y parte del cuerpo como se muestra en la imagen, dejando un espacio en la parte superior de la hoja. Luego deberá tomar el papel, recortar 12 tiras y pegarlas en la parte superior de la hoja. (Ver imagen).</p>	

	<p><b>Nombre actividad:</b> El globo loco</p> <p><b>Objetivo:</b> Mejorar Equilibrio y coordinación</p> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Uno o más globos</li> <li>-Un cono de toalla nova</li> </ul> <p><b>Desarrollo:</b> El estudiante se parará en un pie y comenzará a dar saltitos mientras intenta golpear el globo usando el cono.</p> <p><b>Variación:</b> Pueden jugar otros integrantes de la familia saltando en un pie e intentando que el globo no caiga al suelo.</p> <p><b>A continuación, el link del video:</b>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=DqjnXnib0Ms">https://www.youtube.com/watch?v=DqjnXnib0Ms</a></p>	 <small>alamy stock photo</small>
	<p><b>Nombre actividad:</b> circuito con obstáculo</p> <p><b>Objetivo:</b> actividad cardiovascular</p> <p><b>Materiales:</b> 6 conos o 6 botellas o algo para marcar (rollos de confort) y música de tu agrado</p> <p><b>Desarrollo:</b> Ubica las botellas a 1 metro de distancia en línea recta. Te ubicas al principio de un cono, y comienzas a caminar en zic-zac de manera lenta, dos vueltas, luego de esto aumentaras la velocidad de la caminata 3 vueltas, para pasar a un trote suave 4 vueltas, para finalizar con un trote a mayor velocidad con 6 vueltas, importante es que no debes tocar los conos o botellas o tarros.</p>	
	<p><b>Nombre actividad:</b> ¡Saltar como los animales!</p> <p><b>Objetivo:</b> Proveer estimulación vestibular.</p> <p><b>Materiales:</b> Colchoneta de ejercicios u otra superficie suave.</p> <p><b>Desarrollo:</b> El estudiante debe pararse en una superficie suave tal como una colchoneta de ejercicios o una alfombra gruesa. El estudiante escoge un animal, salta y hace sonidos de animal, o salta pretendiendo ser ese animal (rana, conejito, usando las manos como orejas; canguro, sosteniendo una bola en su estómago como la bolsa del canguro; mono, rascándose y haciendo ruidos). Provea asistencia cuando según sea necesario.</p>	

*Red Comunal de  
Kinesiólogos.  
DEM Coronel 2020.*