**EJERCICIOS DE KINESIOLOGÍA PARA KÍNDER**

**Segunda Entrega**

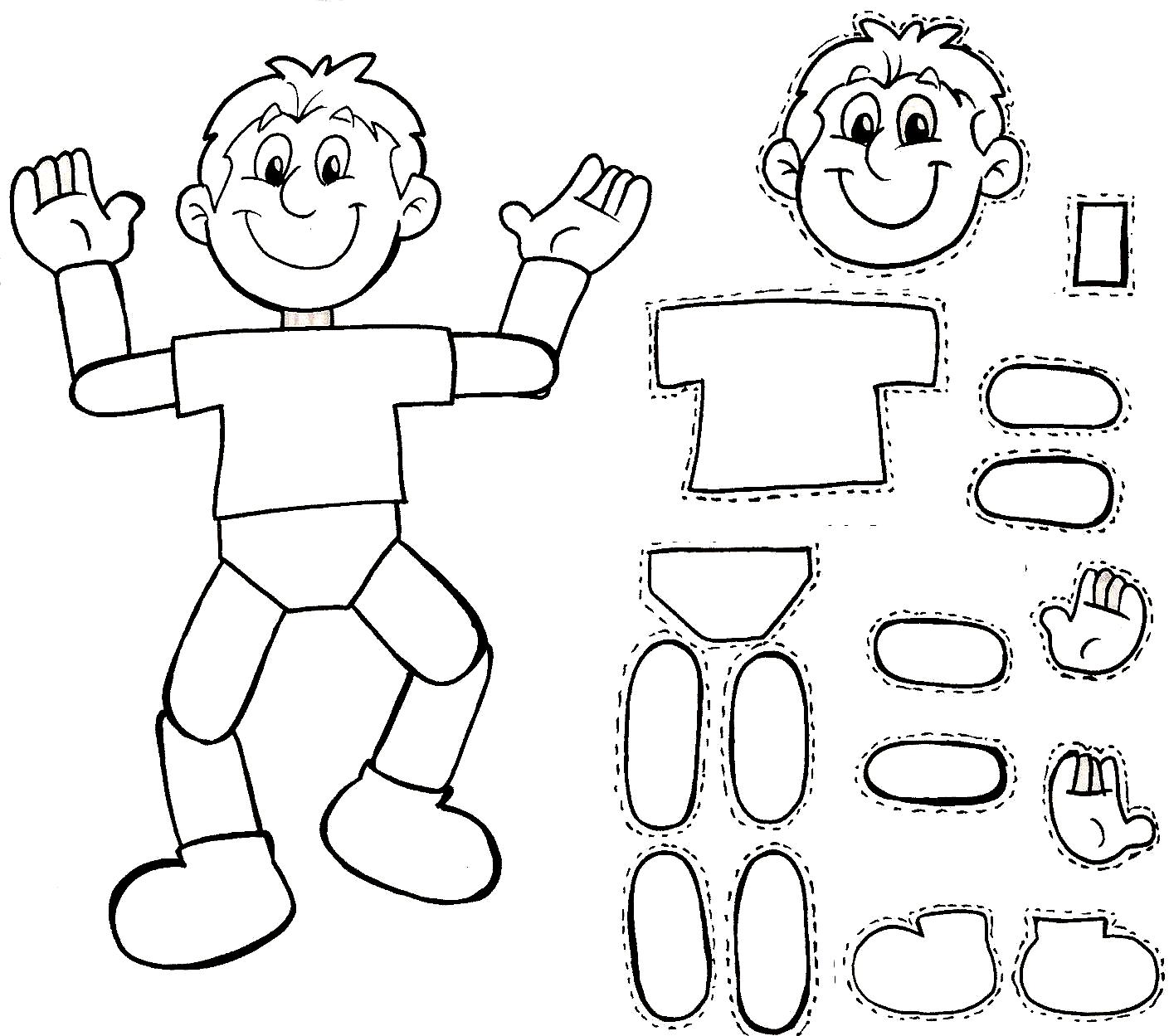
Estimad@ Apoderad@:

Espero que hayan realizado con éxito y alegría la primera entrega de ejercicios. Para continuar con el proceso de estimulación sugiero las siguientes pautas de trabajo.

Ante cualquier duda póngase en contacto con la Coordinadora PIE RAD.

**NOCIÓN DEL CUERPO**

|  |
| --- |
| El siguiente grupo de actividades nos permite desarrollar en conocimiento del propio cuerpo. |
| **Actividad 1** Ver y comentar los videos que nos enseñan los cinco sentidos  <https://www.youtube.com/watch?v=a_EfwFzm1ys>  <https://www.youtube.com/watch?v=ThWGur6Q5x4>  <https://www.youtube.com/watch?v=kvdLTQc5ccg>  <https://www.youtube.com/watch?v=-uRGlSSQBfY>  <https://www.youtube.com/watch?v=lF0y3glPWis&t=98s>  <https://www.youtube.com/watch?v=IVMgzn7KmWk>  <https://www.youtube.com/watch?v=0in29V1wKpE&t=124s> |
| **Actividad 2** Utilizar una pelota e intentar golpearla con diferentes partes del cuerpo: cabeza, hombro, codo, mano, rodilla, espalda, pie, etc. |
| **Actividad 3** Colorear y recortar los dibujos que aparecen en la segunda y tercera páginas y armarlos, ayudar al estudiante nominando las diversas partes del cuerpo. Dar énfasis a las articulaciones y nombrar si corresponde a la derecha o a la izquierda del muñeco o muñeca. |
| **Actividad 4** Jugar al “espejo loco**”** es el típico juego del espejo, pero al ponerle el adjetivo de loco detrás los estudiantes se animan a realizar movimientos difíciles y raros. Dos personas se ponen de frente |



|  |
| --- |
| **Actividad 5** Realizar sombras de animales con las manos. En el siguiente enlace podrá encontrar ideas.  <https://www.youtube.com/watch?v=CysUYEI7I34> |
| **Actividad 6** Jugar a “Si me intentas tocar ruedo**”**, este juego se juega en parejas, uno se acuesta sobre una colchoneta (la colchoneta se puede reemplazar por una cama o por una alfombra) y el otro de pie. El que está de pie no puede pisar la colchoneta e intenta tocar la parte del cuerpo que ambos acuerden (pie, tobillo, cabeza, espalda, etc.). Si lo consigue un punto. Mientras el que está tumbado en la colchoneta tiene que intentar que no le toquen dicha parte y la única forma que puede utilizar de moverse es rodar por la colchoneta. |
| **Actividad 7** Realizar adivinanzas de partes del cuerpo, en el siguiente enlace podrá encontrar algunas <https://www.bosquedefantasias.com/recursos/adivinanzas-infantiles-cortas/partes-del-cuerpo-humano> |
| **Actividad 8** Realizar las actividades del siguiente juego para repasar las partes de la cara  <https://arbolabc.com/juegos-de-colores/artista-cubista> |

**NOCIONES TÉMPORO-ESPACIALES**

|  |
| --- |
| * Las nociones espaciales tienen que ver con la direccionalidad, aprender las habilidades para distinguir la derecha y la izquierda, el movimiento adelante y atrás o arriba y abajo, todos los conceptos relacionados con la ubicación espacial. |
| * **Actividad 1** Seguir reforzando los conceptos de derecha e izquierda.Utilizar los conceptos a diario para que vaya reconociendo en sí mism@ su mano derecha y su mano izquierda. * **Usar “el juego de tocar”,** ir indicando qué deberán tocar, por ejemplo, tocamos la silla de nuestra derecha, tocamos nuestra oreja izquierda, etc. |

|  |
| --- |
| * **Actividad 2** Continuar el trabajo con mímicas, existe un juego llamado: ¿Qué es qué?, en casa pueden recortar objetos o dibujarlos y ponerlos en la frente y a través de la mímica representar el objeto hasta que tiene sea nominado, cambiar de papeles para que el estudiante tenga ambas oportunidades. * Adivina que tengo en el Coco | Juguetes y Peluches Neo |
| **Actividad 3** Realizar el juego que aparece en el enlace inferior y cuando el peón caiga en un animal se debe imitar tanto corporalmente como con sonido  <https://trebolito.com/wp-content/uploads/2019/03/juego-de-mesa1-animales.pdf> |
| **Actividad 4** Otro juego que sugiero es el de “saltos y posición” en este juego el estudiante se pone dentro de un aro y el otro participante va diciendo derecha, delante, detrás, izquierda, dentro. Para complicar más el juego se puede decir media vuelta y seguir con el juego. Luego cambiar de roles. |
| **Actividad 5** Buscar objetos significativos y cotidianos para el estudiante y marcar la silueta de todos en una cartulina, tal como aparece en la imagen inferior. Posteriormente juntarlos todos en una bolsa y pedirle al estudiante que:   1. Saque el objeto de la bolsa o caja con los ojos cerrados o vendados si no logra cerrar los ojos sol@ 2. Pedirle que identifique el objeto solo a través del tacto 3. Destapar los ojos y pedirle que los ubique en la cartulina.   Estereognosia (con imágenes) | Juegos educativos para niños ... C:\Users\ALE PARRA\Downloads\IMG_20200410_122911262.jpg  C:\Users\ALE PARRA\Documents\2020\PSICOMOTRICIDAD\LA FUTURO\NOCION DEL CUERPO\DISCRIMINACION POR FORMAS\fbb4743847672e379e7f8fcbccd4150f.jpg |
| **Actividad 6** Realiza los juegos que aparecen en la página del link inferior  <https://arbolabc.com/juegos-de-colores/contemos-con-colores> |
| **Actividad 7** Continuar con las actividades que estimulen el uso de su mano preferente: pintar, escribir, recortar, etc. |
| **Actividad 8** Ver el siguiente video para aprender sobre lateralidad y direccionalidad  <https://www.youtube.com/watch?v=ZWT917WVLwU> |
| **Actividad 9** Usar el juego que aparece en el link inferior para reforzar nociones témporo-espaciales  <https://conteni2.educarex.es/mats/11346/contenido/index2.html> |

**EQUILIBRIO Y HABILIDADES MOTORAS GRUESAS**

|  |
| --- |
| El equilibrio consiste en la capacidad de controlar las diferentes posiciones del cuerpo, ya sea en reposo o en movimiento y las habilidades motoras gruesas son aquellas que involucran los músculos largos del cuerpo que se combinan de manera coordinada en actividades como caminar, correr, gatear, patear, los brazos y los pies. |
| **Actividad 1** Realizar el siguiente juego que llamaremos “saltos y posición” en este juego cada niño se pone dentro de un aro y el adulto va diciendo derecha, delante, detrás, izquierda, dentro. Para complicar más el juego se puede decir media vuelta y seguir con el juego. Luego cambiar de roles |
| * **Actividad 2** Trazar una línea sobre el piso y pedirle que camine sobre la línea. * Una vez que tenga control de estos movimientos pedirle que traslade objetos de un lugar a otro, primero usando sus manos y después otras partes de su cuerpo sin perder el apoyo de la línea. * Puede variar la actividad trazando en el suelo una línea zigzag o serpenteante. |
| * **Actividad 3** Preparar en conjunto el siguiente juego que aparece en el enlace inferior, el alumnos puede participar marcando y cortando y también colaborar en el montaje de la actividad * <https://www.youtube.com/watch?v=wWSrSX7RYN8> |
| * **Actividad 4** En este link también aparece una actividad motriz gruesa que pueden realizar con pocos materiales y que les servirá para estimular el planeamiento motor y el control motor global * <https://www.youtube.com/watch?v=MSN0AgZb6q4> |

**HABILIDADES MOTORAS FINAS**

|  |
| --- |
| * Las habilidades motoras finas son la habilidad de hacer movimientos usando músculos pequeños de las manos, muñecas y dedos. L@s niñ@s usan las habilidades motoras finas para realizar muchas tareas relacionadas con la escuela. |
| * **Actividad 1** Realizar los dibujos que aparecen en el video del enlace de abajo, asistir y corregir la posición de las manos y el uso del lápiz * <https://www.youtube.com/watch?v=dskUsesDqEw&feature=emb_rel_end> |
| * **Actividad 2** Hacer alguna de estas masas que aparecen en los link inferiores en conjunto y hacer manualidades * <https://www.youtube.com/watch?v=kLa5Z4BZx68> * <https://www.youtube.com/watch?v=xKKbwiHQGDI> |
| * **Actividad 3** Realizar actividades para fortalecer pinzas, por ejemplo: * 1. Enroscar y desenroscar tapas * 2. Si disponen de un gotario, usarlo trasladando líquidos * 3. Usar servicio de plástico u otro seguro para cortar plasticina o la masa de la actividad 2 que está arriba   Manualidades y comida de plastilina - El taller de las cosas bonitas |
| **Actividad 4** Realizar las actividades del siguiente link  <http://es.hellokids.com/r_1087/dibujos-para-colorear/por-numero>  Si necesita imprimir las actividades sugiero las del siguiente enlace <https://www.chiquipedia.com/actividades-infantiles/colorea-numeros/> |

|  |
| --- |
| **Actividad 5** Corregir la tomada del lápiz si es necesario.    Si continúa siendo inapropiada sugiero las siguientes ayudas técnicas. No dude en consultar si necesita ayuda.  Turn a common household nemesis into something useful! Simple Household Item that Develops a Better Pencil Grasp #SPD La Eduteca: ARTÍCULO | 6 TIPS para aprender a corregir la pinza ...Uma ideia simples pode favorecer a preensão (o ato de pegar no lápis) de adultos… Bebé Niños Estudiantes Papelería Lápiz Sosteniendo Practica ... discapacidademotora.blogspot.com: PRENSIÓN LÁPIZ  Corregir al mismo tiempo la postura al sentarse  Resultado de imagen de postura correcta al escribir |

|  |
| --- |
| **Actividad 6** Continuar realizando actividades grafomotoras direccionales.  En este link podrá encontrar algunas:  <https://www.orientacionandujar.es/grafomotricidad/>  <https://www.orientacionandujar.es/?s=grafomotricidad&submit=Buscar> |

**FUNCIONALIDAD**

|  |
| --- |
| * **Actividad 1** Seguir colaborando a diario (idealmente como parte de su rutina) en labores de la casa. |
| * **Actividad 2** Reforzar el conocimiento de su cuerpo y la funcionalidad al vestirse con el siguiente juego * <https://trebolito.com/wp-content/uploads/2018/01/d%C3%B3nde-me-pongo-eso.pdf> |

**FUNCIONES NEUROCOGNITIVAS**

|  |
| --- |
| * Realizar las actividades de los link inferiores para estimular funciones cognitivas que facilitarán los aprendizajes escolares. |
| * **Actividad 1** * <https://trebolito.com/wp-content/uploads/2019/02/TABLERO1.pdf> * <https://trebolito.com/wp-content/uploads/2019/03/TABLERO2.pdf> |
| * **Actividad 2** * <https://drive.google.com/file/d/1y1G5DIT1IZUwJ7PPahow343R6fKRWih8/view> |
| * **Actividad 3** * <https://www.edufichas.com/wp-content/uploads/2015/03/av-02-cuadernillo-infantil-actividades-variadas.pdf> |

|  |
| --- |
| **Actividad 4** <https://drive.google.com/file/d/1J6mLWuXZoUchoJ9nUuEO4FbfZMFKz3fw/view> |
| **Actividad 5**  <https://drive.google.com/file/d/13-rwPFYFLd7znaQreePp8xYxf7edXZ-h/view> |

**TABLA DE EVALUACIÓN DE ACTIVIDADES KINÉSICAS**

En los casilleros anote la fecha en que realizó las actividades, la idea es que al final de las dos semanas al menos haya realizado un ejercicio de cada uno

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** |
| **NOCIÓN DEL CUERPO** | Activ. 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **NOCIONES TÉMPORO-ESPACIALES** | Activ. 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **EQUILIBRIO Y PRAXIAS GRUESAS** | Activ. 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **HABILIDADES MOTORAS FINAS** | Activ. 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** |
| **FUNCIONALIDAD** | Activ. 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **FUNCIONES NEUROCOGNITIVAS** | Activ. 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Activ. 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |