



Manual de Actividades y Juegos

para la estimulación
temprana en niños
y niñas de 1 a 6 años
de edad

Autores

Javier Albornoz Guerrero

Daniel Hernández Sáez

Manual de Actividades y Juegos para la estimulación temprana
en niños y niñas de 1 a 6 años de edad

Punta Arenas, Chile 2020

Registro de propiedad intelectual N°: 2020-A-9967

Editorial Universidad de Magallanes, 2020
Avenida Bulnes 01855, Punta Arenas

ISBN 978-956-7189-91-5

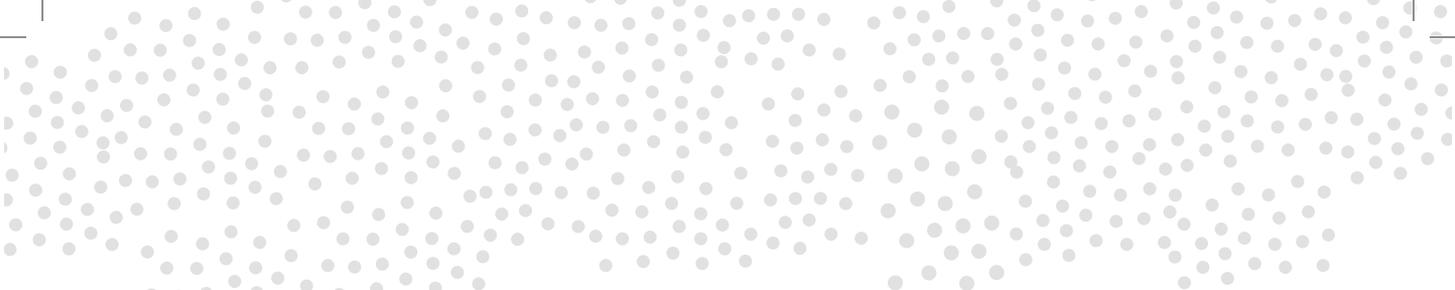
Diseño e ilustración: Andrea Barría Villarroel



Universidad
de Magallanes

Manual de Actividades y Juegos

**para la estimulación
temprana en niños
y niñas de 1 a 6 años
de edad**



Índice

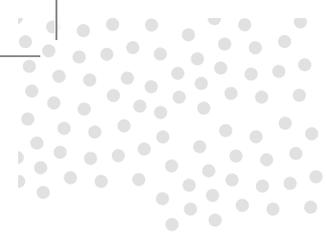
Prólogo 7

Juegos y actividades para la estimulación temprana de niños/as de 1 a 2 años de edad.

1.	El circuito de túneles.	10
2.	Simón y el globo.	11
3.	Batalla de pelotas.	12
4.	Creando botellas musicales.	13
5.	La cesta misteriosa.	14
6.	Cuidado con las telarañas.	15
7.	Circuito de texturas.	16
8.	Descubriendo texturas.	17
9.	La caja mágica.	18
10.	Pintar sin mancharse.	19
11.	Hábil con las cintas.	20
12.	Te pillo.	21
13.	Juguemos con harina.	22
14.	Seleccionar y agrupar.	23
15.	De aquí para allá.	24

Juegos y actividades para la estimulación temprana de niños/as de 2 a 3 años de edad.

16.	El aro bailarín.	25
17.	Ordenando la historia.	26
18.	Imita al animal.	27
19.	Burbujas.	28
20.	Pregunta y observa.	29
21.	En equipo no cae.	30
22.	¿Que desapareció?.	31
23.	Derribando la torre.	32
24.	Rellenando el cajón.	33



25.	Imitando al director.	34
26.	Circuito de araña.	35
27.	Silla musical con colores.	36
28.	Siguiendo líneas.	37
29.	Como suena el transporte.	38
30.	Mini baloncesto.	39

**Juegos y actividades para la estimulación temprana
de niños/as de 3 a 6 años de edad.**

31.	Palabras encadenadas.	40
32.	Trabalenguas.	41
33.	Pintura de dedos.	42
34.	Etiquetas.	43
35.	A la orden profesor.	44
36.	Pintura con cepillo de dientes.	45
37.	Que no te toquen.	46
38.	El mago.	47
39.	El que se fue Sevilla.	48
40.	Cámara rápida, cámara lenta.	49
41.	Detente y equilibrate.	50
42.	Bomba.	51
43.	Avioncito.	52
44.	Las pulgas.	53
45.	Bowling.	54
46.	Somos bailarines, somos croquetas.	55
47.	El paracaídas.	56
48.	Estatuas.	57
49.	Policía y fugitivos.	58
50.	La rayuelita.	59
51.	Expresando.	60
52.	Figuras de hielo.	61
53.	Baile aeróbico infantil.	62
54.	Metamorfosis.	63

55.	Descubre las muecas.	64
56.	Aplauso y a saltar.	65
57.	No todos los caminos llevan a Roma.	66
58.	Huellas.	67
59.	¿Qué te doy?.	68
60.	Arriba y abajo.	69
61.	Se me perdió mi zapatilla.	70
62.	Salvando los juguetes.	71
63.	Cuadrado musical.	72
64.	Abierto y cerrado.	73
65.	La manta agujerada.	74
66.	Prepárate para el invierno.	75
67.	El periódico.	76
68.	Aire, mar y tierra.	77
69.	Volei-globo.	78
70.	Twister.	79
71.	Animales y objetos.	80
72.	Ciegos.	81
73.	Que llegue al final.	82
74.	Dramatizando.	83
75.	El repartidor de balones.	84
76.	Pregunta y descubre.	85
77.	El balón silencioso.	86
78.	Encestando.	87
79.	Inspira y espira.	88
80.	Un, dos, tres, gallinita inglés.	89
	Acerca de los autores	90
	Bibliografía	91

Prólogo

Retrocediendo en la historia, en el año 1974 se inician en Chile estudios de evaluación del desarrollo psicomotor en lactantes, en el cual 1400 lactantes del área sur y sur oriente de Santiago, encuentran un 29% de coeficiente de desarrollo (CD) subnormal a los 21 meses de vida. El deterioro del CD se comienza a manifestar en promedio a partir del segundo año de vida y se manifiesta progresivamente en los años posteriores (Lira & Rodríguez, 1974). En Santiago de Chile, también se presenta un 30% de deterioro del coeficiente de desarrollo (Edwards & Col, 1985). Otros estudios efectuados en preescolares en Santiago el 1989, arrojan un 40% de sub normalidad a los 4 años.

Las investigaciones fueron realizadas en base a una población con situación socioeconómica media y baja, para tales efectos se aplicaron los mismos instrumentos y metodología para realizar las mediciones. En todos se aprecia que la edad crítica en que se produce el quiebre del indicador de desarrollo, tanto urbano como rural, se ubica entre los 15 y 18 meses de edad.

Desde el año 1978 el Ministerio de Salud (MINSAL) inicia un programa donde incorpora la evaluación del Desarrollo Psicomotor desde los 2 a los 18 meses y a los cuatro años con los test: Escala de Evaluación del Desarrollo Sicomotor y el Test de Desarrollo Sicomotor, los cuales, actualmente se ocupan como instrumentos de investigación (Vargas et al, 2020). En aquel programa, se incorporó la atención por déficit a través la enfermera y la derivación a otros niveles según necesidad. Este programa fue evaluado en 1988, y se demostró baja cobertura de evaluación e insuficientes aspectos de estimulación, lo que explicaba la estabilidad de los indicadores.

El problema en el retraso del desarrollo psicomotor o intelectual en la población infantil, especialmente de nivel socioeconómico medio-bajo, es de importantes y alarmantes dimensiones. Es por ello que la estimulación temprana, está enfocada al desarrollo de las potencialidades de los niños desde su infancia, para evitar problemas venideros evidentes según la ciencia.

En el presente, la estimulación temprana tiene un rol preponderante para poder revertir diferentes problemáticas que se asocian al desarrollo íntegro de las personas. Podemos encontrar, que niños con tendencias sedentarias, comienzan a padecer tendencias al sobrepeso y obesidad, lo cual afecta directamente a su desarrollo motor, causando daños a su integridad física (Méndez et al, 2015), donde el progreso de las conductas motrices de cada individuo, están insertas también en su propia evolución biosocial. El aprendizaje motriz de los niños se da en la interacción de la maduración del sistema nervioso y las situaciones de estímulo que proporciona el ambiente sociocultural y psicomotriz en se vive (Valdés, 2003).

Este libro, presenta actividades en todas las áreas del desarrollo (cognitiva, social, emocional, motriz y del lenguaje), para así fomentar la construcción de su propio aprendizaje de manera significativa, incentivando a la familia a formar parte del proceso, sumando valores que darán la base del aprendizaje.

La estimulación temprana, busca entregar diversas posibilidades al niño(a), del tal manera que un mayor número de canales sensoriales contribuyan en aportar información sobre el mundo que lo rodea. Es así como el juego forma la parte más importante del proceso de estimulación, ya que es la mejor herramienta para el aprendizaje

durante esta etapa de vida del ser humano. El cómo percibe, reciben y actúan con el juego, es lo que hace en ellos razonar, interpretar, poder conceptualizar, resolver problemas.

Jugar a través de una adecuada estimulación, no solo acerca a los profesionales, padres y familia al mundo infantil, sino que va demostrando signos de cómo van evolucionando los niños y cómo van desarrollándose, para que de esta forma, puedan guiar su aprendizaje de manera didáctica, lúdica y única. Además, ayuda a conocer necesidades, deseos, gustos e inquietudes para estimular desde sus propios intereses. A partir del contexto vivenciado durante el año 2020, provocado por la crisis sanitaria que afecta al mundo, ha surgido la necesidad de los padres y algunos profesionales, poder contar con un material simplificado, que le permita seguir contribuyendo al desarrollo de sus hijos y/o estudiantes desde una perspectiva de crecimiento educacional e integral al interior de su hogar, debido al confinamiento establecido en las diferentes regiones del país.

El objetivo del libro es facilitar actividades didácticas que sean posibles de llevar a cabo al interior del hogar, con materiales simples y accesibles, que no presenten una dificultad para su realización. También es importante generar un conocimiento sobre cómo desarrollar una correcta estimulación en esta etapa de la vida (0 a 6 años), donde lo fundamental es el trabajo cooperativo entre los distintos referentes que pueda tener el niño(a), haciendo énfasis en la interacción didáctica y la formación valórica.

El libro se organiza por capítulos que describen las actividades y características por edad, junto a valores que se desarrollaran en cada juego.

JUEGOS Y ACTIVIDADES PARA LA ESTIMULACIÓN TEMPRANA DE NIÑOS/AS DE 1 A 2 AÑOS DE EDAD.

1. El circuito de túneles

Objetivo

Desarrollar el esquema corporal.

Recursos

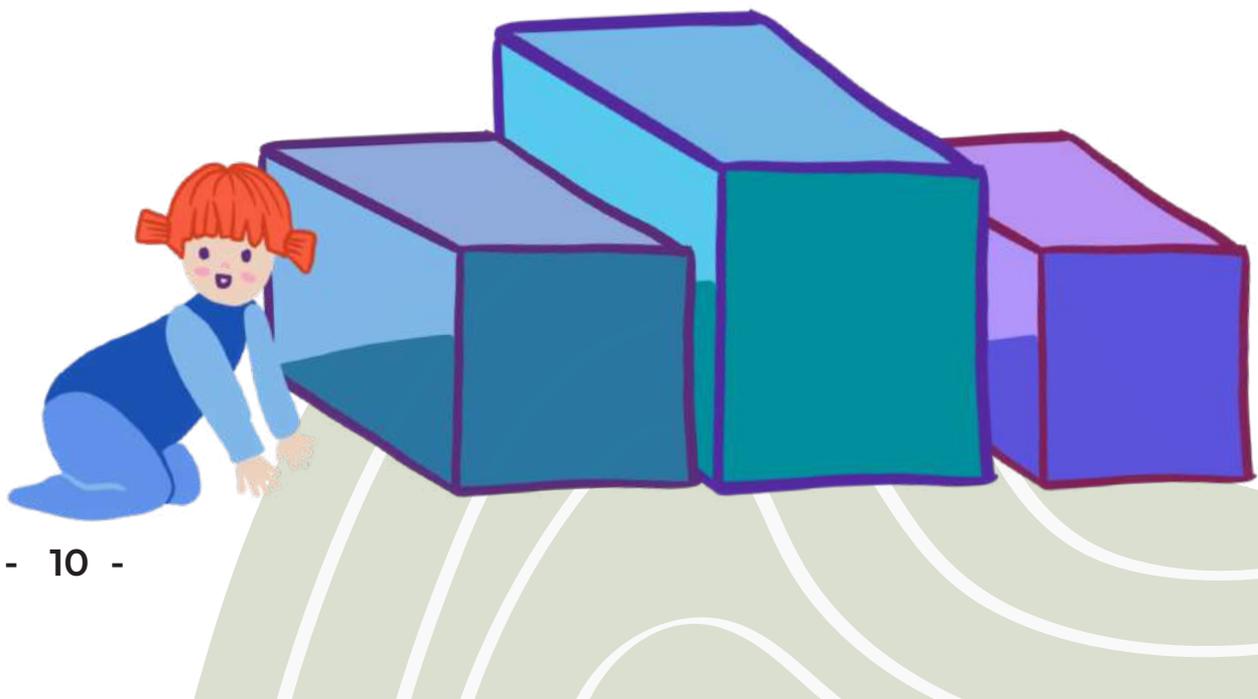
Cajas o cualquier material que permita crear un túnel.

Descripción

Se forma un circuito con cajas o túneles de psicomotricidad. Los participantes gatearán dentro de los túneles de manera libre, descubriendo objetos que se encuentren en su camino. El director del juego, deberá estar pendiente de los participantes.

Tiempo

Hasta 15 minutos máximo.



2. Simón y el globo

Objetivo:

Seguir instrucciones.

Recursos:

Globos.

Descripción:

Los participantes realizarán las instrucciones que el director indique. Estas estarán relacionadas con el uso del globo.

Como por ejemplo: señalar *“globo arriba de cabeza”*, *“globo entre las piernas”*, *“tomar el globo con dos manos”*, *“reventar el globo”*, etc.

Tiempo:

De 4 a 8 minutos.





3. Batalla de pelotas

Objetivo:

Ejercitar la coordinación óculo-manual y el patrón motor básico de lanzar. Fortalecer el vínculo familiar.

Recursos:

Cualquier tipo de pelotas.

Descripción:

Sin límites de espacio, se deja caer todas las pelotas en un lugar para posteriormente, de manera cuidadosa, por parte de los adultos lanzar los elementos unos a otros sin parar.

Tiempo:

6 a 10 minutos.

4. Creando botellas musicales

Objetivo:

Desarrollar el sentido del ritmo y la motricidad fina.

Recursos:

Botellas plásticas, cereales, fideos, piedras.

Descripción:

Los participantes deberán crear botellas musicales introduciendo diversos elementos en cada una. Estos elementos pueden ser: cereales, fideos, piedras, etc. Posteriormente, el director marcará ritmos que sean posibles de seguir o imitar en este rango de edad de los participantes.

Tiempo:

20 a 40 minutos.



5. La cesta misteriosa

Objetivo:

Ejercitar la coordinación óculo-manual y aumentar la capacidad de concentración.

Recursos:

Cesta o recipiente y elementos sensoriales, como por ejemplo: frutas, papel, juguetes, etc.

Descripción:

Se les presenta una cesta con diversos elementos sensoriales a los niños y niñas para que ellos interactúen por medio de sus cinco sentidos con los elementos.

Tiempo: Sin límite.



6. Cuidado con las telarañas

Objetivo:

Ejercitar la coordinación óculo-manual.

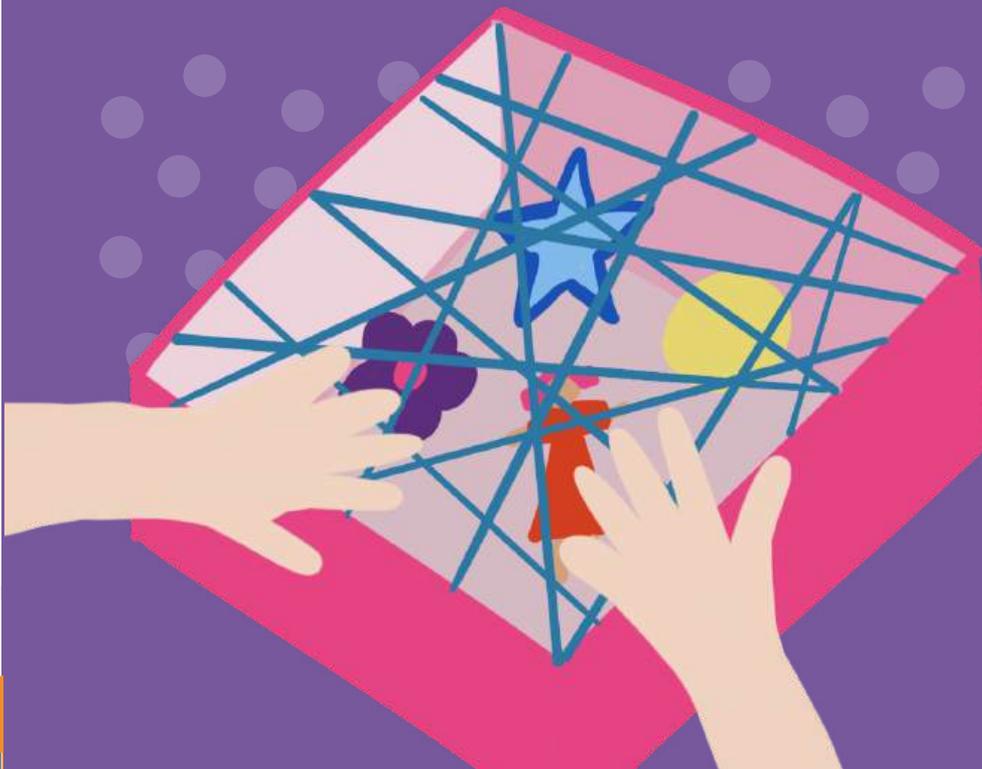
Recursos:

Caja, hilos (o similares que no provoquen cortes).

Descripción:

El director crea una caja con una especie de red por dentro, en el fondo de la caja hay juguetes y diversos objetos. Los participantes deberán introducir su mano evitando tocar las “telarañas” y sacar el objeto del fondo de la caja.

Tiempo: 4 a 10 minutos.



7. Circuito de texturas

Objetivo:

Desarrollar el equilibrio, concepto de espacio. Desarrollar la integración sensorial.

Recursos:

Hojas de árboles, plumavit, bandejas de huevos y jalea.

Descripción:

Se elabora un camino con todos los objetos de la actividad (estos deben poseer diferentes texturas que no hagan daño), el niño/a debe posicionarse en la línea inicial del circuito y tendrá que avanzar arrastrándose, gateando o caminando hasta el final, por encima de estos objetos.

Tiempo:

Sin límites.



8. Descubriendo texturas

Objetivo:

Descubrir diferentes texturas.

Recursos:

Cajas o recipientes, jalea, hielo, entre otros.

Descripción:

El director organiza diferentes cajas y recipientes rellenas de algún elemento, ubicándolos sobre una mesa o en el suelo. Luego los participantes estarán cierto tiempo (establecido por director), según su experiencia con cada textura. Idealmente deben pasar por todos.

Tiempo:

15 minutos máximos.





9. La caja mágica

Objetivo:

Desarrollar movimiento óculo-manual y la curiosidad.

Recursos:

Caja con agujeros, globos, porotos, arroz, harina, papel, agua, jalea, etc.

Descripción:

Se debe rellenar cuatro globos con un mismo elemento. Luego, estos se introducen a la caja. El niño o niña, ubicados en una línea inicial, deben aproximarse a la caja mágica, introducir sus manos por los agujeros e ir tocando lo que haya dentro. Posteriormente se sacan los globos de la caja y se le muestra que era. Así sucesivamente con los demás elementos.

Tiempo:

Sin límite.

10. Pintar sin mancharse

Objetivo:

Desarrollar la motricidad fina.

Recursos:

Témpera, hoja en blanco y bolsa “Ziploc”.

Descripción:

Sobre las hojas blancas, el director debe agregar 3 colores distintos de témpera y luego introducirlas dentro de la bolsa “Ziploc”, para luego entregarlas a los participantes, quienes, con sus dedos presionarán los colores en distintas direcciones, formando lo que deseen.

Tiempo:

4 a 8 minutos.



11. Hábil con las cintas

Objetivo:

Ejercitar la motricidad fina.

Recursos:

Botella de plástico y cintas.

Descripción:

En la botella de plástico de cuello alargado, los participantes deberán introducir las cintas de colores. Una vez que las tengan dentro, deberán sacar las cintas poco a poco con los dedos en posición de pinza, hasta que estén todas fuera de la botella nuevamente.

Tiempo:

Sin límite de tiempo.



12. Te pillo

Objetivo:

Estimular el movimiento bipodal y el equilibrio, además de fortalecer el vínculo afectivo.

Recursos:

Participación activa de un adulto.

Descripción:

El adulto emite las palabras "te pillo", con la intención corporal de atrapar al niño. Si aún no comprende la acción, demostrar de manera visual y representativa el juego para una mejor comprensión. Cada vez que se inicie el juego, en algún momento se atrapa al niño, se juega con él, para luego nuevamente comenzar a perseguirlo con las palabras "te pillo".

Tiempo:

Máximo 10 minutos.



13. Juguemos con harina

Objetivo:

Conocer nuevas texturas y utilizarlas.

Recursos:

Harina y recipientes.

Descripción:

El director del juego pondrá sobre el suelo algún papel protector, de fácil limpieza del material que se utilizará, en este caso, la harina. Luego, los participantes jugarán libremente con ello, haciendo bolas, introduciendo juguetes, cucharas, rellenando los recipientes, etc.

Tiempo:

Sin límite de tiempo.



14. Seleccionar y agrupar

Objetivo:

Desarrollar motricidad fina y gruesa.

Recursos:

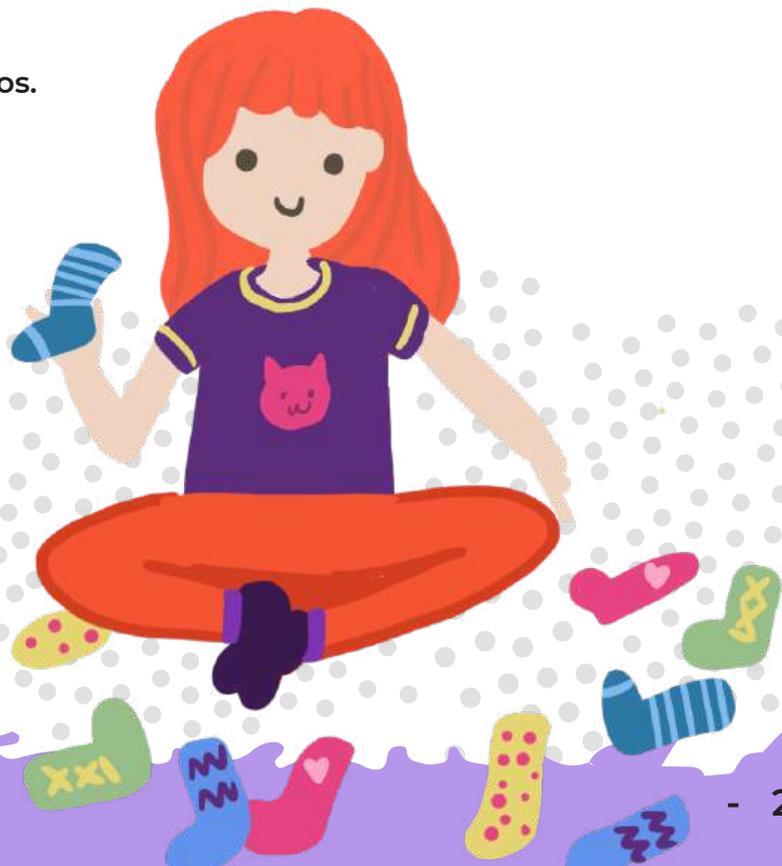
Diversos objetos con similares características (Ejemplo: Calcetines).

Descripción:

El director del juego distribuirá en un sector limitado, una serie de objetos, para que luego, con ayuda de los participantes, agrupen según tamaños, colores, etc. Esa una buena ocasión para enseñarles formas y colores.

Tiempo:

4 a 10 minutos.



15. De aquí para allá

Objetivo:

Desarrollar la motricidad fina.

Recursos:

Cajas o recipientes. Diferentes objetos de tamaños distintos.

Descripción:

Los participantes deberán trasladar objetos de un recipiente a otro, hasta vaciar uno y llenar otro. Se puede realizar marcas a los recipientes, usar unos de menor tamaño que otro, etc. Con el fin de trasladar solo ciertos juguetes ahí. Todo depende del nivel del jugador.

Tiempo: 4 a 8 minutos.



16. El aro bailarín

Objetivo:

Desarrollar el concepto de ritmo, de espacio corporal y motricidad auditivo motora.

Recursos:

Aros y música de diferentes ritmos.

Descripción:

Se ubican los aros repartidos por el suelo, al sonar la música los niños y niñas deberán bailar al ritmo de la música, cuando la música se pause ellos deberán ubicarse dentro del aro.

Tiempo: 10 minutos.



17. Ordenando la historia

Objetivo:

Desarrollar a capacidad de construir secuencias.

Recursos:

Imágenes.

Descripción:

Para este juego se requiere una serie de 3 o 4 fotografías que tengan una secuencia (por ejemplo en un cumpleaños: 1. Llegada de invitados, 2. Jugando en la fiesta, 3. El momento de la torta y 4. Despedida). Se deben entregar las fotografías desordenadas al participante para que las observe y recuerde el evento, luego preguntarle *¿Qué ocurrió primero?* Dejar que elija la primera foto y se requiere, le pueden ayudar a recordar que pasó. Hacer lo mismo con las demás fotos. También se pueden usar imágenes correlativas de alguna revista o libro

que el participante haya visto varias veces. De igual forma, se pueden realizar actos motores, o bailes.

Tiempo

6 a 12 minutos



18. Imita al animal

Objetivo:

Desarrollar el esquema corporal y controlar el movimiento.

Recursos:

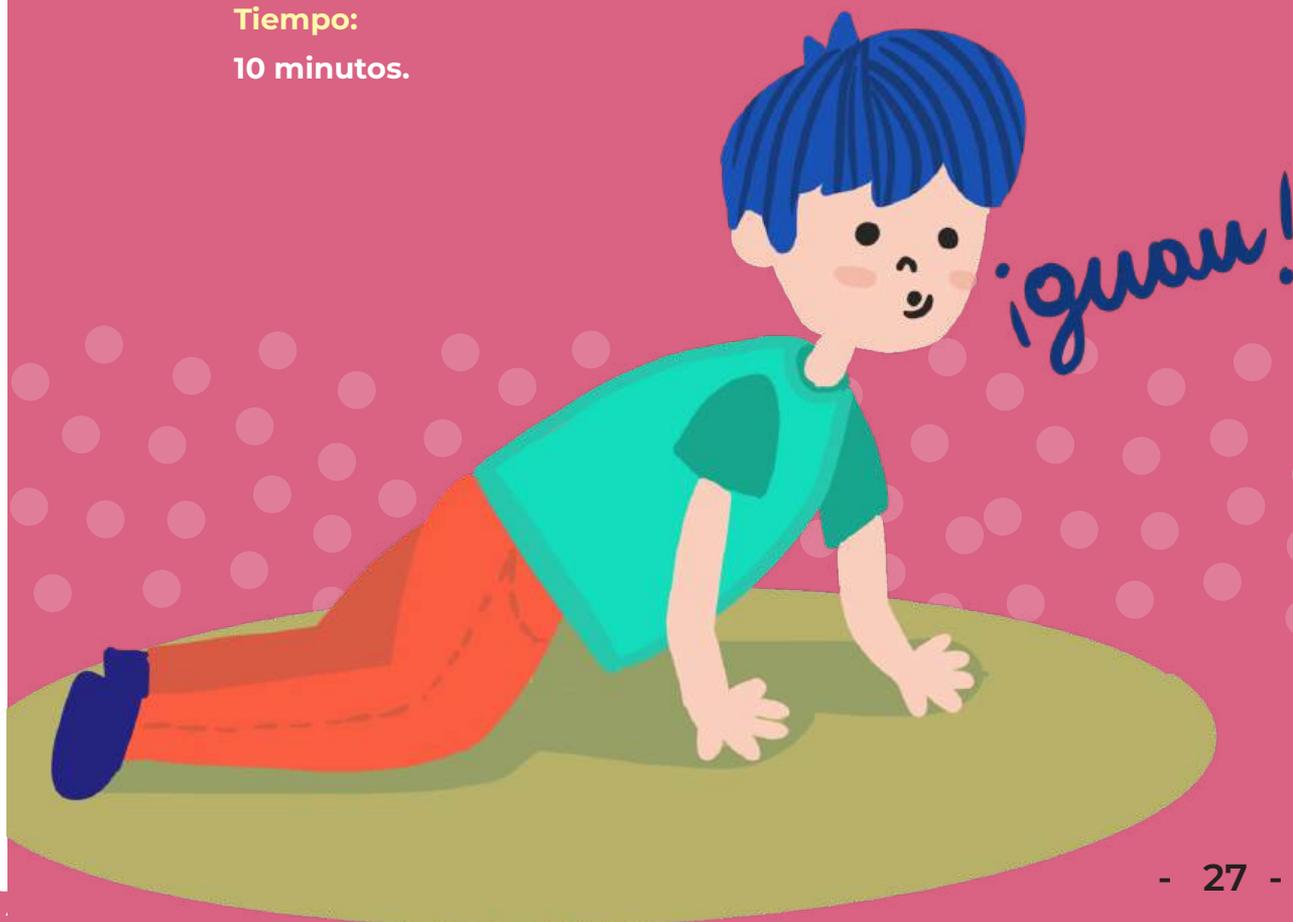
Láminas con animales.

Descripción:

Se establece un inicio, un trayecto y una línea final. Durante este trayecto, los niños/as, deberán desplazarse imitando al animal que se le indique o vean en una imagen.

Tiempo:

10 minutos.





19. Burbujas

Objetivo:

Desarrollar la coordinación óculo-manual.

Recursos:

Agua y jabón. Instrumento para formar burbujas.

Descripción:

El director lanza burbujas para que los participantes las persigan. También se puede agregar, que intenten soplar las burbujas, siendo esto último muy útil para el desarrollo del habla.

Tiempo:

4 a 8 minutos.



20. Pregunta y observa

Objetivo:

Desarrollar la atención y el conocimiento.

Recursos:

Sin materiales.

Descripción:

El director junto con los participantes juegan juntos a buscar cosas con diferentes características en el lugar que se encuentren. Se plantean preguntas como:

- *¿Qué objeto es grande en esta habitación? ¿Y cuál es pequeño?*
- *¿Qué objeto es duro? ¿Y cuál es suave?*
- *¿Qué es lo más fragante en esta habitación?*
- *¿Qué cosas son azules o rojas o amarillas?*
- En general qué objeto es esponjoso, transparente, comestible, etc.

Tiempo:

6 a 12 minutos.

21. En equipo no cae

Objetivo:

Desarrollar la coordinación óculo-manual y el trabajo en equipo.

Recursos:

Globos.

Descripción:

Se infla una cantidad mínima de 2 globos, por cada persona que participe. Luego, dentro de un terreno delimitado, los globos se lanzan al aire y hay que evitar que estos caigan, para ello solo pueden usar una sola mano. Todos los participantes son un equipo. El juego finaliza cuando quedan 2 globos en el aire. Se puede colocar música de ambiente y agregar variantes que puedan surgir.

Tiempo:

10 minutos.



22. ¿Que desapareció?

Objetivo:

Desarrollar la memoria y la atención.

Recursos:

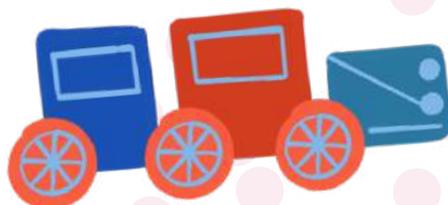
Juguetes.

Descripción:

Para este juego se necesitan de 3 a 4 juguetes diferentes. El director coloca los juguetes frente al participante, y le pide que los observe cuidadosamente y nombre los juguetes que ve. Luego, pide que se voltee diciendo: *“Los juguetes quieren jugar a las escondidas, da la vuelta, por favor”*. Cuando el niño se haya dado la vuelta, tenemos que quitar un juguete y pedirle al niño que adivine qué juguete es el que se escondió.

Tiempo:

4 a 8 minutos.



23. Derribando la torre

Objetivo:

Desarrollar la coordinación óculo-manual y podal.

Recursos:

Vasos de plástico, balón y pelotas.

Descripción:

Con vasos de plástico, se montan uno sobre otro, formando una torre que sea posible derribar. El niño/a, a una distancia establecida, deberá patear un balón para poder derribar la torre. También se pueden realizar variantes, como lanzar la pelota con la mano, o cambiar el balón por pelotitas, aumentar la distancia, etc.

Tiempo:

6 a 10 minutos.



24. Rellenando el cajón

Objetivo:

Lanzar pelotitas a un objetivo y respetar las reglas.

Recursos:

Pelotas y recipiente.

Descripción:

Se ubicarán 3 recipientes en diferentes sectores. En cada uno se deben colocar 3 pelotitas (o las que se desee establecer como regla), para poder acertarles a estos, se delimita un sector para poder lanzar, de lo contrario no es válido. Se puede repetir e ir variando distancias y cantidad de pelotitas acertadas por recipiente.

Tiempo:

10 minutos.





25. Imitando al director

Objetivo:

Desarrollar los patrones básicos.

Recursos:

Sin materiales.

Descripción:

El director se desplazará por el espacio de diferentes maneras (gateando, cuadrupedia, de pie, caminando, corriendo, saltando, etc), y los participantes deberán imitar las acciones. De la misma manera, luego será un jugador que tomará la posición del director.

Tiempo: 4 a 8 minutos.

26. Circuito de araña

Objetivo:

Desarrollar el esquema corporal y la agilidad.

Recursos:

Hilos o similares.

Descripción:

Entre dos paredes o muebles firmes, estarán colgando hilos o algo similar de un extremo al otro. Los participantes deberán pasar de un sector al otro, a través de las “telarañas”, transportando algún objeto, el cual han rescatado de la *Araña gigante*, que será el director del juego. Es por ello, que tendrán un plazo para trasladar los objetos, de lo contrario llegará la araña y los atrapará.

Tiempo: 6 a 12 minutos.



27. Silla musical con colores

Objetivo:

Desarrollar el sentido del ritmo y el conocimiento de los colores.

Recursos:

Cartulina. Música.

Descripción:

El director ubica cartulinas en el suelo con tres o más colores. Posteriormente se escuchará música, y los participantes se moverán por el espacio. Al detener la canción, el director dirá un color, al cual deberán ir y pararse encima.

Tiempo:

4 a 8 minutos.



28. Siguiendo líneas

Objetivo:

Desarrollar el equilibrio.

Recursos:

Hilos o similares.

Descripción:

El director del juego trazará en el suelo distintos caminos con hilos o algo similar, en donde cada participante debe ir avanzando siempre con un pie apoyado en la línea. Los caminos los dirigirán a salidas o cruces, donde encontrarán un objeto o premio.

Tiempo:

4 a 8 minutos





29. Como suena el transporte

Objetivo:

Desarrollar la expresión corporal.

Recursos:

Láminas.

Descripción:

El director del juego tendrá diferentes láminas de medios de transporte, los cuales mostrará a los participantes y estos deberán intentar imitar el sonido mientras realizan una acción con su cuerpo, simulando ser este transporte.

Tiempo:

4 a 8 minutos.

30. Mini baloncesto

Objetivo:

Desarrollar la motricidad gruesa y el lanzamiento.

Recursos:

Aro de baloncesto de 150 cm y pelotas de esponja.

Descripción:

El director dejará caer pelotas de esponja o de goma, y de forma libre los participantes deberán intentar encestar en los aros que estarán en el lugar, sin parar en ningún momento.

Tiempo:

6 a 12 minutos.



31. Palabras encadenadas

Objetivo:

Desarrollar aspectos cognitivos y del lenguaje.

Recursos:

Sin materiales.

Descripción:

Este juego de palabras encadenadas se basa en decir una palabra que el participante pueda comprender, y encadenarla con otra que comience por la última sílaba de la palabra que se ha dicho, es decir, si decimos “farola”, la siguiente palabra encadenada que podemos decir es “lago”, y así sucesivamente.

Para dar más dificultad al juego, se puede establecer un tiempo máximo de respuesta para decir la siguiente palabra encadenada, y así desarrollar la velocidad de reacción.

Tiempo:

6 a 12 minutos.



32. Trabalenguas

Objetivo:

Desarrollar el lenguaje y aspectos motores.

Recursos:

Sin recursos materiales.

Descripción:

El director del juego crea un circuito motor con etapas, donde al decir correctamente un trabalenguas, avanza a la siguiente fase.

Los trabalenguas son un recurso muy valioso a la hora de iniciar con los niños sus primeros acercamientos a la lengua. Este tipo de juegos lingüísticos ayudan a tener una correcta pronunciación y son muy favorables para obtener rapidez y precisión en el habla.

Tiempo:

6 a 12 minutos.



*A Cuesta le cuesta
subir la cuesta
y en medio de la
cuesta va y se acuesta*

33. Pintura con dedos



Objetivo:

Desarrollar la motricidad fina y la creatividad.

Recursos:

Pintura no tóxica, hojas, recipiente con agua, toalla o esponja y periódico.

Descripción:

Pintar con los dedos es una actividad donde los participantes utilizan sus manos para pintar en una hoja luego de untar sus dedos en una tempera o similar. Se les podrá enseñar a combinar pinturas, viendo los nuevos colores que resultan tras la mezcla de éstos, además de experimentar con nuevas texturas y diferentes estados de fluidez según la cantidad de agua que tenga la pintura.

Para esta actividad se debe colocar una mesa que esté tapada con papeles de periódico para evitar mancharla, o bien trabajar en el suelo.

Tiempo:

Sin límite.

34. Etiquetas

Objetivo:

Desarrollar la expresión corporal y la capacidad de deducción.

Recursos:

Hojas de papel. Clips.

Descripción:

El director pega en la espalda de cada niño una etiqueta, sin mostrarla. En cada etiqueta habrá escrito una palabra que los participantes comprendan o un objeto que ellos conozcan.

Tras esto, se dispersarán por la sala y buscarán a un compañero para que vea lo que tiene puesto en la etiqueta e interprete por medio de gestos o descripciones el objeto o palabra escrita.

Después buscarán a otros compañeros y compañeras para que hagan esta actividad varias veces hasta que todos averigüen, más o menos, la palabra o dibujo que tienen puesto en sus etiquetas.

Para finalizar, cada participante expresa mediante gestos delante de sus compañeros lo que él o ella cree tener en su etiqueta según las indicaciones de los demás niños y niñas.

Tiempo:

6 a 12 minutos.



35. A la orden profesor

Objetivo:

Desarrollar patrones motores básicos.

Recursos:

Sin materiales.

Descripción:

El director propone tres acciones que indiquen ciertos tipos de desplazamiento, por ejemplo, cuando el profesor da una palmada, los niños deben caminar; cuando da dos palmadas seguidas, tienen que gatear; cuando da un silbido, tienen que arrastrarse. Cuando el director dice “stop”, los niños se paran. Se pueden agregar nuevas acciones a la actividad, en función de la edad. Por ejemplo: dos silbidos, caminar hacia atrás; tres palmadas, gatear hacia atrás; etc.

Tiempo: 4 a 8 minutos.





36. Pintura con cepillo de dientes

Objetivo:

Desarrollar la motricidad fina.

Recursos:

Pintura no tóxica, hojas de papel, periódico, cepillo de dientes y plantillas de cartón.

Descripción:

En esta actividad se necesitará tener las plantillas de cartón hechas con formas de lo que se desee o a gusto de los participantes.

Para comenzar, echar un poco de agua en las témperas logrando una textura más líquida y fácil de manipular a la hora de untar el cepillo en la pintura. Luego, coger con una mano el cepillo boca abajo, y con la otra, deslizar los dedos por las cerdas para que salpique la pintura y se forme el dibujo.

Puede realizar esta acción tantas veces como quiera, y una vez finalizado, apartar la plantilla con cuidado de la cartulina base para que no se diluya el dibujo.

Tiempo: Sin límite.

37. Que no te toquen

Objetivo:

Desarrollar los patrones motores básicos.

Recursos:

Sin materiales.

Descripción:

Los participantes deben desplazarse corriendo por el espacio e intentar tocar a los compañeros, a la vez, deben evitar que los compañeros les toquen a ellos. Solo se toca con la mano y la zona de tocado es la espalda. No vale empujar. El director del juego es el juez. Al final del juego, cada uno cuenta las veces que tocó a sus compañeros.

Tiempo:

4 a 8 minutos.



38. El mago

Objetivo:

Desarrollar la expresión corporal.

Recursos:

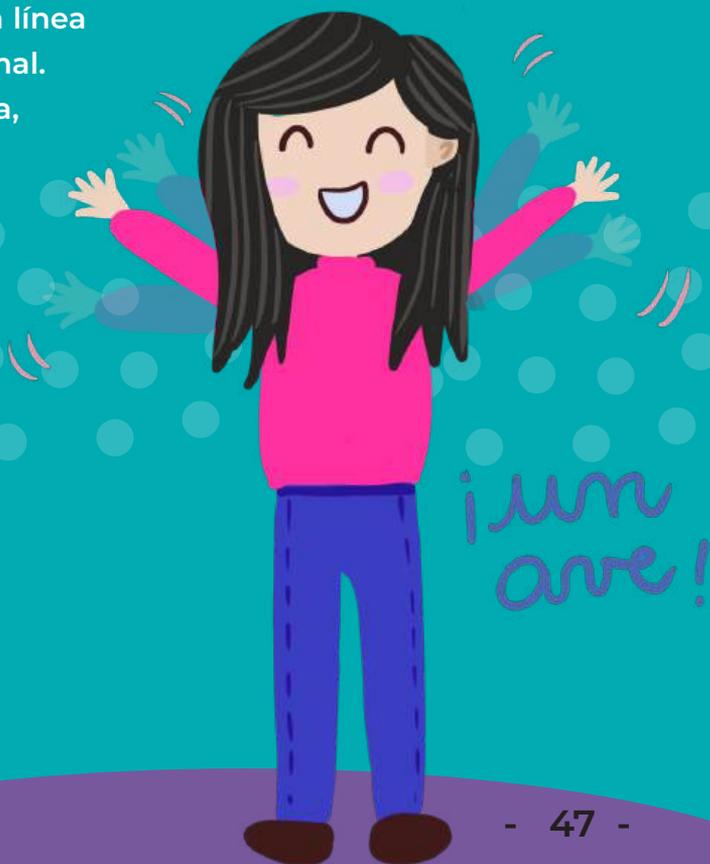
Pelota.

Descripción:

Los participantes podrán comunicarse y expresarse por medio de movimientos corporales. El mago (el director del juego) llevará la "bola de cristal" (un balón), mientras que los participantes se situarán detrás de una línea imaginaria. El mago convertirá con sus poderes y su bola de cristal a los niños en los animales que él decida y ellos tendrán que salir de la línea imaginaria imitando al animal.

Cuando el mago quiera, dará una señal e intentará atrapar a los niños que no han conseguido traspasar la línea imaginaria. Los pequeños que haya capturado el mago se convertirán en magos.

Tiempo: 6 a 12 minutos.



39. El que se fue a Sevilla

Objetivo:

Desarrollar la concentración y la agilidad.

Recursos:

Sillas y música.

Descripción:

El director coloca unas sillas en círculo con los asientos dispuestos hacia el exterior. El número de sillas será igual al número de participantes, menos uno. Todos se ubican en el perímetro marcado por las sillas y cuando empieza la música, comienzan a caminar deprisa alrededor de las sillas. Cuando el director para el sonido de la música, los alumnos tienen que intentar sentarse en una silla antes que el resto de los compañeros. Al final quedará un niño sin silla, que será ayudante del director. El juego continúa, quitando una silla cada vez que un niño se queda sin silla, hasta que al final quedan tres y serán los que han conseguido el reto de no quedarse sin silla. Los ayudantes del director tendrán como misión, quitar la silla sobrante, ayudar a poner/parar la música y animar a los compañeros que continúan en el juego.

Tiempo

6 a 12 minutos.



40. Cámara rápida, cámara lenta

Objetivo:

Desarrollar acciones motrices.

Recursos:

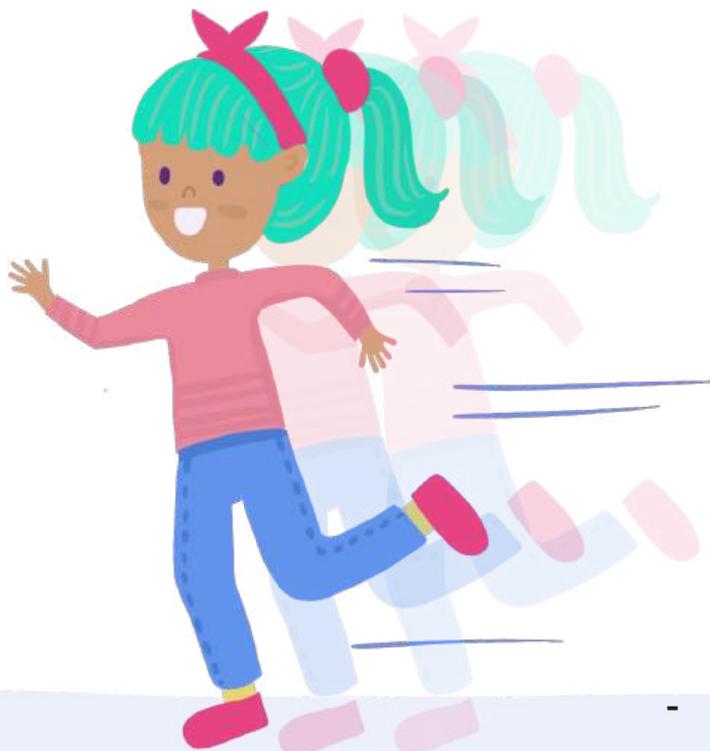
Sin materiales.

Descripción:

El director explica cuál es el significado de la “cámara lenta” (moverse lentamente) y de la “cámara rápida” (realizar las acciones muy rápidamente). A partir de ahí, el director propone acciones para que los participantes las realicen a cámara lenta o a cámara rápida, según las indicaciones dadas. Posibles acciones: ir corriendo de un lado al otro del campo; gatear por el espacio; arrastrarse por el suelo; caminar hacia atrás; somos robots; somos mariposas; etc.

Tiempo

4 a 8 minutos.



41. Detente y equilíbrate

Objetivo:

Mejorar el equilibrio.

Recursos:

Música.

Descripción:

Con el equipo de música sonando con canciones para niños y los participantes bailando, se detendrá la música y el niño/a deberá adoptar una posición de equilibrio. Como por ejemplo: en un solo pie, pies juntos sobre un cojín, cuadrupedia, etc. Puede haber una persona que indique la posición.

Tiempo: 4 a 8 minutos.



42. Bomba

Objetivo:

Mejorar control corporal, golpeo y lanzar. Cumplir instrucciones.

Recursos:

Pelotas y cojines.

Descripción:

Se creará un "campo de batalla" separado en dos partes de iguales medidas por una barrera de cojines. Se dejarán caer pelotitas de forma equitativa para ambos lados y estas deberán ser golpeadas o lanzadas al territorio contrario con alguna parte del cuerpo, según se establezca. Cuando finalice el tiempo de 90 segundos, habrán papeles con los colores de las pelotitas, se sacará uno y quien tenga más pelotitas de este color en su campo, "explota".

Tiempo: 5 a 10 minutos.



43. Avioncito

Objetivo:

Mejorar la coordinación y la precisión del lanzamiento.

Recursos:

Cinta de papel, objeto plano o papel amuñado.

Descripción:

El niño/a ubicado detrás del número 1 del "avioncito" (imagen), lanza el papel amuñado en dirección a un número. Luego debe saltar en un pie, pasando por cada cuadrado de forma numérica, pero evitando pisar donde haya caído el objeto lanzado. Se contabiliza la cantidad de pasadas completas, después de 10 intentos. Si el papel no cae en un número, pierde la pasada.

Tiempo:

Sin límite



44. Las pulgas

Objetivo:

Desarrollar la habilidad de salto y coordinación grupal.

Recursos:

Sin materiales.

Descripción:

Todos los participantes van saltando a pies juntos por todo el espacio, mientras que el director va indicando diferentes acciones, como por ejemplo: saltamos hacia atrás con pies juntos; saltamos en un pie; saltamos con el otro pie; saltamos lateralmente con pies juntos; vamos saltando velozmente con pies juntos; saltamos lentamente a pies juntos; hacemos saltos largos a pies juntos; ahora saltos cortos con pies juntos, etc.

Tiempo

3 a 6 minutos.



45. Bowling



Objetivo:

Desarrollar la coordinación óculo-manual, concentración y lanzamiento.

Recursos:

Botellas, cintas, balón o pelota (de un tamaño que alcance la mitad de botellas a utilizar) con un peso que permita derribar lote de botellas.

Descripción:

Crear 10 palitroques con las botellas recicladas. Crear una esfera o bien utilizar un balón o pelota acorde al juego. Para jugar, se aplica las reglas del bowling, adaptadas al nivel de los participantes. Establecer las distancias, crear carriles e imitar lo mejor posible el lanzamiento a ras de suelo de la pelota, con dirección a las botellas. Sistemas de puntuación, según el número que sume los "palitroques" derribados.

Tiempo:

Sin límite.

46. Somos bailarines, somos croquetas

Objetivo:

Desarrollar el equilibrio.

Recursos:

Sin materiales.

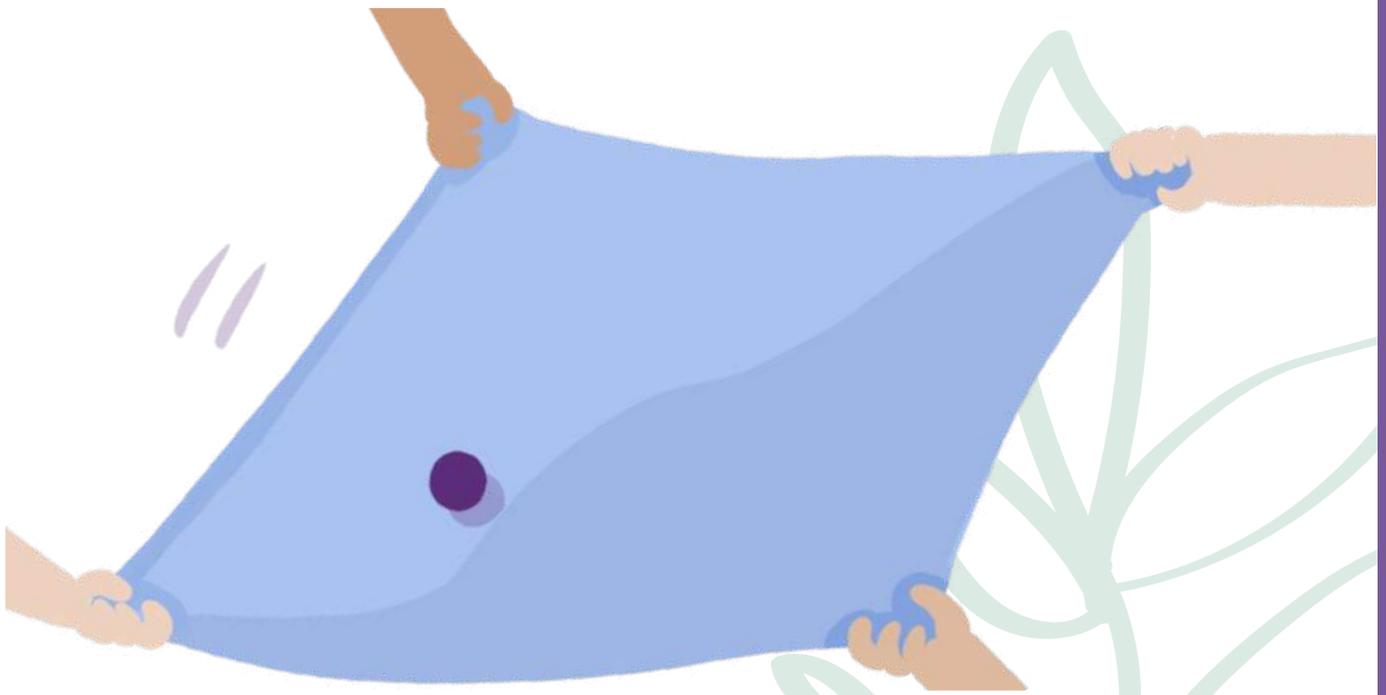
Descripción:

Los participantes se moverán libremente por el espacio y cuando el director del juego dice “somos bailarines”, estos realizan dos o tres giros sobre su eje longitudinal (primero hacia un lado y luego hacia el otro), desde la posición «de pie»; cuando el director dice “somos croquetas”, estos se tumban en el suelo y ruedan sobre su eje longitudinal, dos o tres giros (primero hacia un lado y luego hacia el otro). Algunas variantes pueden ser cuando son bailarines, se agarran de las manos con el compañero más cercano y hacen los dos o tres giros; se les puede indicar hacia qué lado realizar el giro.

Tiempo:

3 a 6 minutos.





47. El paracaídas

Objetivo:

Desarrollar la coordinación grupal y la motricidad fina.

Recursos:

Sábana o frazada. Pelotas (tamaño de una de tenis).

Descripción:

En un grupo, se ubicarán todos los participantes alrededor del paracaídas que el director previamente ha extendido en el suelo. Cuando el director lo indique, todos se agachan para coger el paracaídas y una vez que lo han cogido, se ponen de pie dando cierta tensión al paracaídas. En ese momento, el director deposita una pelota de tenis en el paracaídas y todos, mediante movimientos del paracaídas, intentan sacar la pelota fuera del paracaídas. Como variante se pueden agregar más de una pelota e intentar tomarlas los participantes, sin soltar el paracaídas.

Tiempo: Sin límite.

48. “Estatuas”

Objetivo:

Desarrollar la atención y la expresión corporal.

Recursos:

Música.

Descripción:

Los participantes corren por el espacio mientras suena la música, y cuando el director detiene la canción, los niños se quedan como estatuas. El director propondrá una temática y los participantes se quedan como estatuas en función de las temáticas, por ejemplo: árboles, animales, material deportivo.

Tiempo: 4 a 8 minutos.



49. Policía y fugitivos

Objetivo:

Desarrollar la resistencia y velocidad.

Recursos:

Petos.

Descripción:

El director divide al grupo en dos equipos. Unos harán de policías y otros de fugitivos. El objetivo del juego es que los policías capturen a los fugitivos. Para la realización del juego es aconsejable utilizar un espacio amplio, para que los participantes puedan correr libremente y evitar posibles lesiones. El grupo de los policías llevará un peto y cuando el director lo indique, saldrán corriendo a atrapar a los fugitivos.

Una vez que un policía detiene a un fugitivo, le lleva a la zona establecida, que será la comisaría. Una vez que han conseguido el objetivo (capturar a todos), los policías pasan a ser fugitivos y viceversa, iniciando nuevamente el juego.

Tiempo

4 a 8 minutos.



50. La rayuelita

Objetivo:

Desarrollar la motricidad gruesa y fina.

Recursos:

Rayuelita.

Descripción:

Se trata de una adaptación del juego de la rayuela para niños y niñas de etapa Infantil (especialmente para 5 años). Para ello, lo primero que se adapta es la forma de la rayuela (que se llama rayuelita). La rayuelita será un rectángulo, pintado con tiza, de cinco casillas (identificadas con números del 1 al 5), colocadas unas detrás de otras, sin proponer casillas laterales al final del rectángulo. De esta forma, el participante realizará la acción en una misma dirección y solo tendrá que saltar de casilla en casilla con los pies juntos. Así, el primer participante, ubicado en la línea de la primera casilla, lanza el trozo de madera en la casilla 1, salta con los pies juntos a la casilla 2 (sin pisar la casilla 1), continúa saltando con los pies juntos en las casillas 3, 4 y 5. Y cuando llega la casilla 5, da la vuelta y sigue saltando hasta la casilla 2, donde parará para recoger el trozo de madera y saltará por encima de la casilla 1 para salir de la rayuelita. El resto de compañeros hará lo mismo. Y una vez que terminen todos, el participante que fue primero, lanzará su trozo de madera a la casilla 2, para continuar el juego de la misma forma. Y así sucesivamente hasta conseguir llegar a la casilla 5. Si algún niño, al lanzar a las diferentes casillas, no consigue introducir el trozo de madera en la casilla en la primera tirada, se le puede dejar una nueva oportunidad y, si no lo consigue, se pasa el turno.

Tiempo

Sin límite.



51. Expresando

Objetivo:

Desarrollar la expresión corporal.

Recursos:

Espejo.

Descripción:

Delante de un espejo, los participantes expresan con la cara y el cuerpo los sentimientos y estados de ánimo que proponga el director. Por ejemplo: felicidad, tristeza, enfado, sorpresa, pensativo, aburrido, apenado, asustado, inseguro, irritado, temeroso, etc. En caso de no tener espejo, la actividad se realiza por parejas, donde los niños muestran sus sentimientos y estados de ánimo a los compañeros.

Tiempo:

4 a 8 minutos.



52. Figuras de hielo

Objetivo:

Desarrollar la expresión corporal.

Recursos:

Sin materiales.

Descripción:

Los participantes simulan figuras de hielo que se van derritiendo poco a poco. A medida que se derriten el director del juego puede insuflar frío y entonces las figuras se quedan congeladas en la posición que tenían. El director vuelve a darles calor y siguen derritiéndose. El director alterna el frío y el calor.

Tiempo:

4 a 8 minutos.



53. Baile aeróbico infantil

Objetivo:

Desarrollar el sentido del ritmo y esquema corporal.

Recursos:

Música.

Descripción:

El director selecciona una música animada y con ritmo. Se coloca frente de los participantes y realiza movimientos del cuerpo de forma coordinada y al ritmo de la música. Los niños y niñas imitan los movimientos del director. Se comienza con movimientos sencillos de los segmentos corporales (brazo y piernas) de manera individual y poco a poco se van añadiendo segmentos a los movimientos, hasta terminar con movimientos corporales globales. No se trata de que hagan coreografías, sino de que realicen movilización de los segmentos corporales para conseguir interdependencia segmentaria, unido a la propia actividad física que conlleva dicha práctica. Deben realizarse pausas cada cierto tiempo para que los niños recuperen el posible estado de fatiga.

Tiempo: 6 a 15 minutos.



54. Metamorfosis

Objetivo:

Desarrollar acciones psicomotrices.

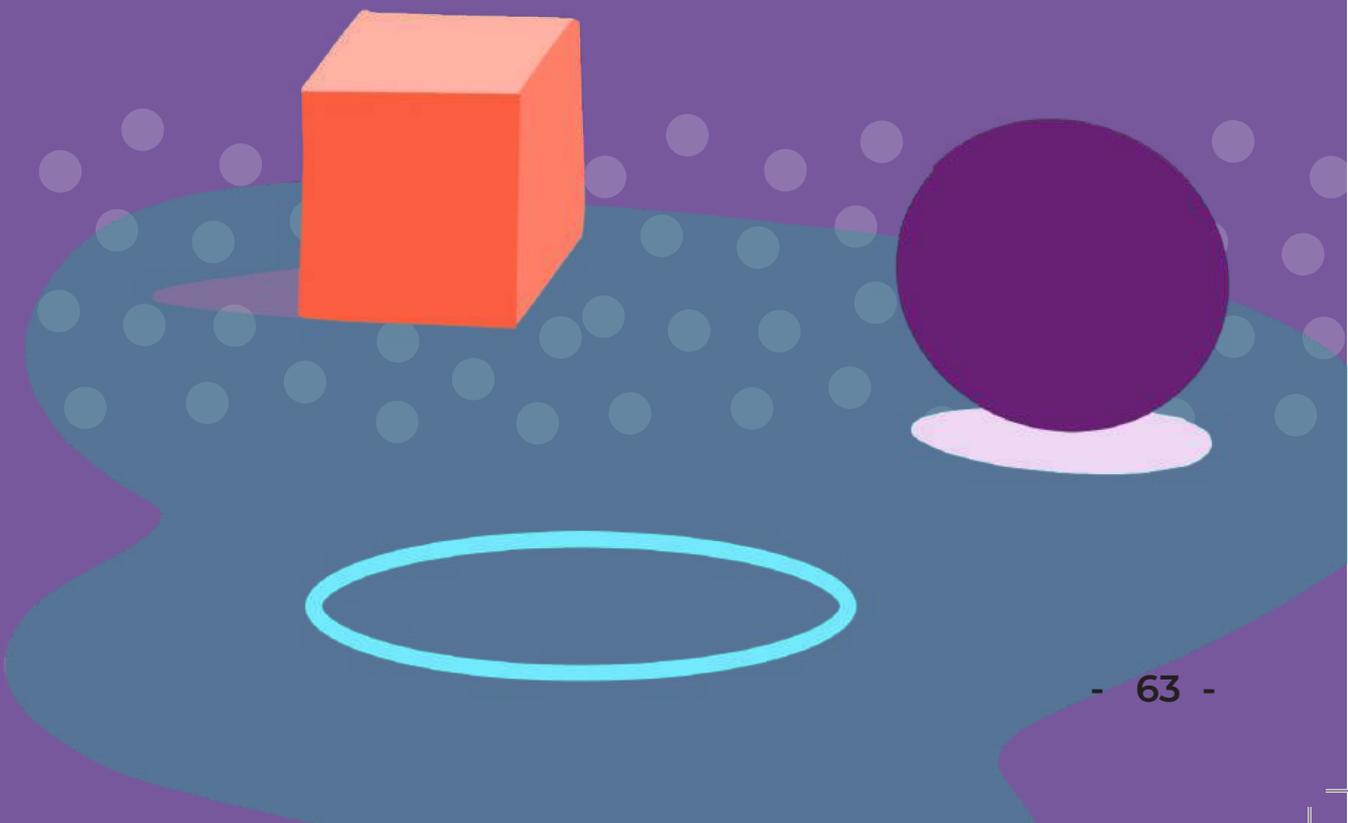
Recursos:

Música, aros, picas, cuerdas y conos.

Descripción:

El director coloca múltiples materiales de psicomotricidad por el suelo y los participantes se mueven por todo el espacio corriendo entre los objetos, mientras suena la música. Cuando la música deje de sonar, los niños tienen que transformar su cuerpo en el material más cercano a ellos. Cuando vuelve la música, siguen moviéndose por el espacio.

Tiempo: 4 a 8 minutos.





55. Descubre las muecas

Objetivo:

Desarrollar la expresión corporal.

Recursos:

Espejo.

Descripción:

Todos los participantes se ubican delante de un espejo para realizar muecas y gestos deformando su rostro con las manos. Buscan e investigan todas las posibilidades de su cara. En caso de no tener espejo, la actividad se realiza por parejas, donde los niños y niñas muestran sus muecas a los compañeros.

Tiempo:

4 a 8 minutos.

56. Aplauso y a saltar

Objetivo:

Seguir instrucciones y ejercitar el salto.

Recursos:

Cualquier objeto de referencia para un inicio y un final. Pueden ser conos, botellas, etc.

Descripción:

El niño/a estará ubicado en la posición inicial, y se le indicará cual es la meta que debe alcanzar. Para llegar a la meta, deberá ir saltando a pie junto al ritmo de los aplausos que realice una persona designada. Los aplausos deben ser a un ritmo adecuado para el nivel del niño/a. Ejemplo: se aplaude dos veces, se realiza una pausa, se aplaude 1 vez, pausa, etc. Se pueden agregar diversas variantes, según se estime conveniente.

Tiempo

4 a 8 minutos.





57. No todos los caminos llevan a Roma

Objetivo:

Mejorar el equilibrio. Recibir instrucciones.

Recursos:

Cinta, cuerda o lana (cualquier elemento semejante).

Descripción:

Con el recurso escogido, se estructura mínimo 3 caminos (pueden ser todos los que se desee), con uno o más puntos de partida, donde solo 1, llegue a "Roma". El niño/a, deberá caminar sobre estos, avanzando un pie delante del otro. Cada vez que se pierda el equilibrio o se salga de línea, deberá realizar un ejercicio para seguir la travesía (ejemplo: saltar en el lugar dos veces, saltar en un pie, etc). Inventar variables, como por ejemplo participar de dos personas a la vez, empezar desde la mitad del camino, etc.

Tiempo:

5 a 10 minutos.

58. Huellas

Objetivo:

Ejercitar la coordinación y desarrollar el esquema corporal.

Recursos:

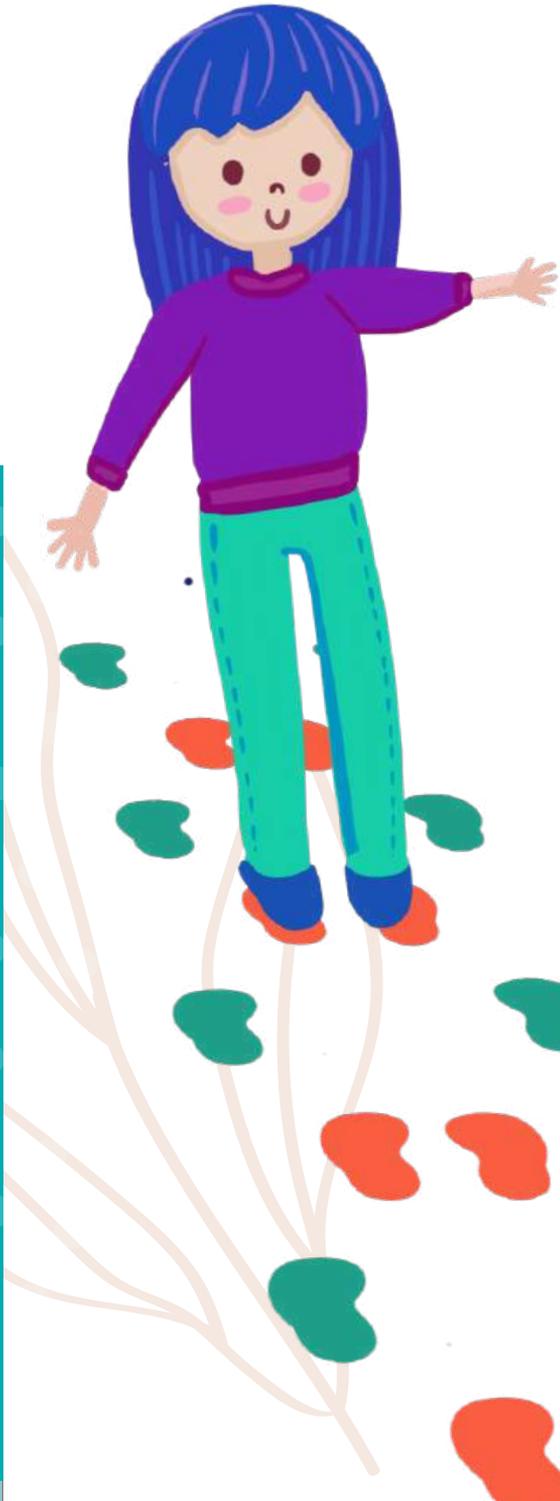
Cartulinas y lápiz.

Descripción:

El niño/a, deberá avanzar por cada espacio, apoyando en el suelo las huellas del cuerpo que ahí aparezcan. Para pasar al siguiente desafío, debe pararse y saltar, cayendo en el apoyo de pies que este dibujado. Imaginar y crear variantes realizables que desafíen la capacidad de su hijo.

Tiempo:

Sin límite.



59. ¿Qué te doy?

Objetivo:

Desarrollar el sentido del tacto.

Recursos:

Objetos diversos.

Descripción:

El participante que actúa, se coloca con las manos atrás y vuelto de espaldas al director del juego. Éste le entrega un objeto y le hace la pregunta: ¿qué te doy?, a la que deberá contestar con el nombre del objeto recibido, cuya identificación hará palpándolo. Cuando el que está actuando falle, le sustituirá otro participante. Gana el que consigue mayor número de aciertos.

Tiempo: 4 a 8 minutos.



60. Arriba y abajo

Objetivo:

Desarrollar la coordinación grupal y la motricidad gruesa.

Recursos:

Balón.

Descripción:

Los participantes se sitúan en grupos, formados en hileras con las piernas separadas y con un brazo de distancia entre cada participante. El primero de cada equipo debe estar provisto de un balón. A la orden del director del juego, el participante entrega el balón al siguiente por encima de la cabeza y éste al siguiente pero por debajo de las piernas y así sucesivamente hasta que llega al último que corre con el balón hasta situarse la ronda completa. Gana el equipo que primero termina la ronda completa.

Tiempo: 4 a 8 minutos.



61. Se me perdió mi zapatilla

Objetivo:

Desarrollar movimiento óculo manual, concentración, motricidad fina y concepto de lateralidad.

Recursos:

Cinta de papel o hilos.

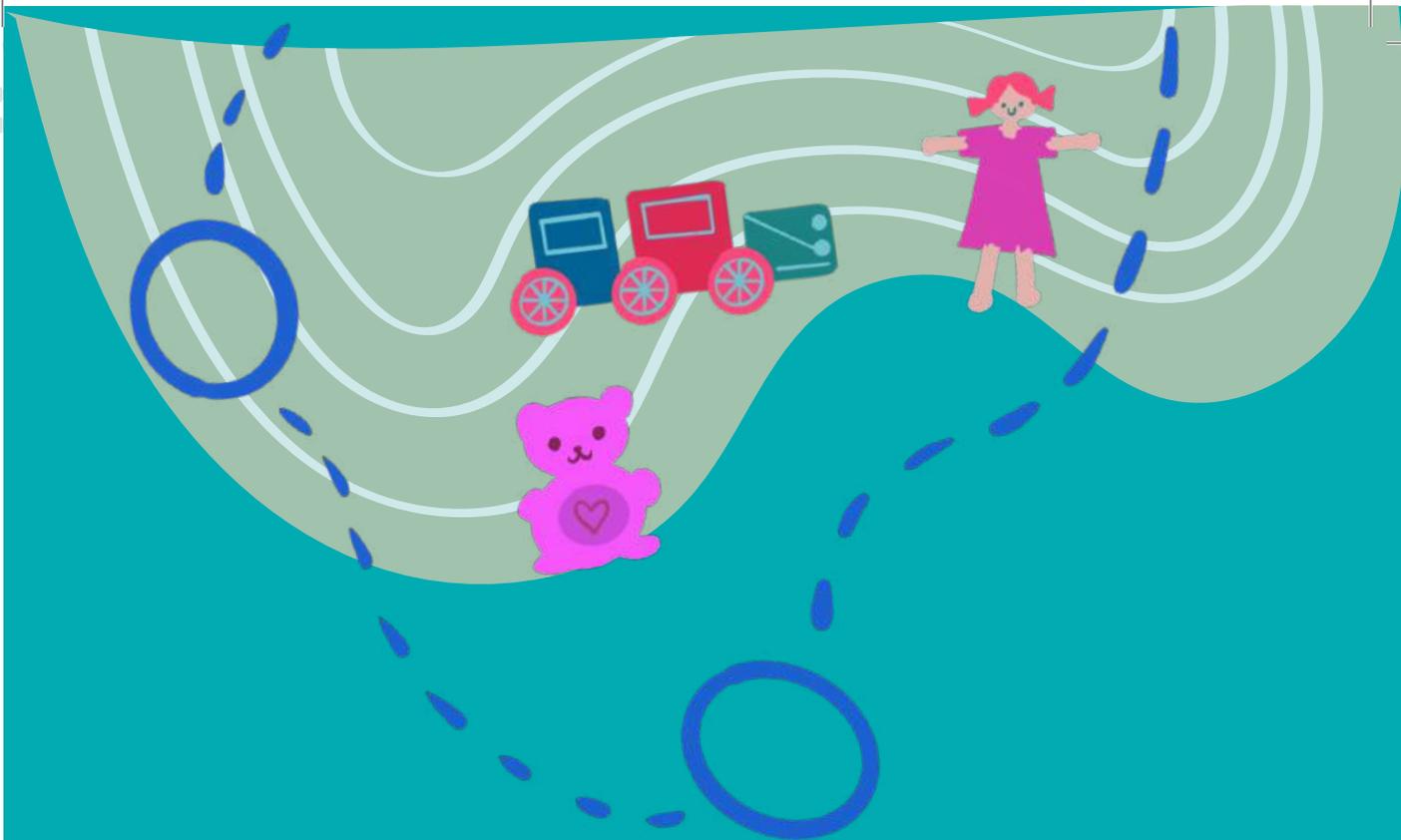
Descripción:

Los participantes deben sacarse las zapatillas o zapatos que lleven puesto y dejarlos dentro de un círculo, donde habrán más de este tipo. Luego, ubicados alejados de este lugar, deben desplazarse de la manera que se indique (de pie, gateando, imitando un animal, etc), tomar sus zapatillas y volver a su puesto de origen para colocárselas. El primero que lo haga, gana.

Tiempo:

6 a 10 minutos.





62. Salvando los juguetes

Objetivo:

Seguir instrucciones, ejercitar el salto y trasladar objetos.

Recursos:

Cojines, juguetes y cinta.

Descripción:

Se marca en el suelo el inicio y el final con una cinta (o algo similar) además de otras marcas aleatorias en el trayecto. El niño/a, deberá trasladar un objeto sin soltarlo mientras gatea de un lugar a otro, eludiendo las marcas establecidas. Determinar una cantidad de objetos como meta y crear una historia del porqué lleva de un lugar a otro las cosas.

Tiempo:

4 a 8 minutos.

63. Cuadrado musical

Objetivo:

Ejercitar la coordinación óculo-manual y el sentido del ritmo.
Relacionar objetos cotidianos con figuras geométricas.

Recursos:

Cartulinas y lápiz.

Descripción:

Los niños/as bailarían al ritmo de la música alrededor del cuadrado. Dentro del cuadrado se encontrarán objetos similares a las figuras geométricas (cajas de remedios, tapas, servilletas, sobres, pañuelos, botones, entre otros). El director del juego nombra una figura (por ejemplo: círculo), los niños/as entrarán al cuadrado para coger el objeto similar a la figura geométrica que se nombró. El juego finaliza cuando el niño/a diga el nombre del objeto que cogió. Si el objeto es el correcto ganará y sumará puntos.

Tiempo:

5 a 10 minutos.



64. Abierto y cerrado

Objetivo:

Desarrollar el esquema corporal.

Recursos:

Sin materiales.

Descripción:

El director explica la forma “abierto”, la cual significa que todo el cuerpo se extiende en su máxima amplitud y ocupando el mayor espacio posible en cualquiera de las dimensiones del espacio. Y la forma “cerrada” que significa que el cuerpo ocupa el menor espacio posible. Los participantes irán corriendo por el espacio y cuando el director indique “abierto”, los participantes intentarán ocupar el mayor espacio posible con su cuerpo (ya sea de pie o tumbados en el suelo) y cuando se indique “cerrado”, intentarán ocupar el menor espacio posible con su cuerpo. Se puede agregar como variante que todos estén agarrados de las manos, formando un círculo y van realizando formas abiertas o cerradas todo el grupo, sin soltarse las manos.

Tiempo:

6 a 12 minutos.



65. La manta agujerada

Objetivo:

Mejorar la coordinación y el trabajo en equipo.

Recursos:

Manta o cartón amplio y objetos de diferentes formas.

Descripción:

La manta o cartón, debe tener un agujero al centro. Luego, los participantes toman por el borde el elemento escogido, y realiza movimientos para que el objeto que ingrese, caiga por el agujero. Usar diferentes elementos que quepan en el corte realizado. Establecer diferentes metas a medida que se juegue.

Tiempo: Sin límite.



66. Prepárate para el invierno



Objetivo:

Percibir y ejercitar el esquema corporal. Trabajar en equipo.

Recursos:

Ropa.

Descripción:

Se forman parejas (si existen menos de 4 participantes, se juega de modo individual). Una persona cumple la función de maniquí y la pareja de vestirlo con la mayor cantidad de ropa posible. Sean estos poleras, polerones, pantalones, short, medias (puede escoger lo que deseen para vestir, es solo un ejemplo). Todo en un tiempo que se establezca en consenso entre los participantes o juez designado. Gana, quien más ropa posea, sin contar lo que ya tenía puesta al iniciar.

Tiempo: 8 a 12 minutos.



67. El periódico

Objetivo:

Desarrollar la motricidad fina.

Recursos:

Papel de periódico.

Descripción:

El director reparte una hoja de periódico a cada participante y estos deben intentar descubrir los sonidos que se pueden producir con la hoja (sin arrugarla), ya sea moviéndola por el espacio, soplándola, deslizándola por otros objetos, etc. y por último arrugando la hoja. Intentar sacar el máximo de sonidos posibles.

Tiempo:

4 a 8 minutos.

68. Aire, mar y tierra

Objetivo:

Conocer el sector derecho y el izquierdo. Ejercitar la concentración.

Recursos:

Ningún elemento.

Descripción:

Se establecen 3 carriles, uno al lado izquierdo, uno central y uno al lado derecho. A cada carril se le denomina con un nombre (aire, mar y tierra). Luego, dentro de los participantes, se designa un director, quien anuncia uno de estos tres carriles de manera continua, a un ritmo adecuado, para que el resto deba ir posicionándose a través de un salto en él. Quien cometa un error, debe ir saliendo hasta que quede solo 1.

Tiempo:

4 a 8 minutos.



AIRE

MAR

TIERRA

69. Volei-globo

Objetivo:

Ejercitar la coordinación óculo-manual y el golpe. Trabajar en equipo. Respetar las reglas.

Recursos:

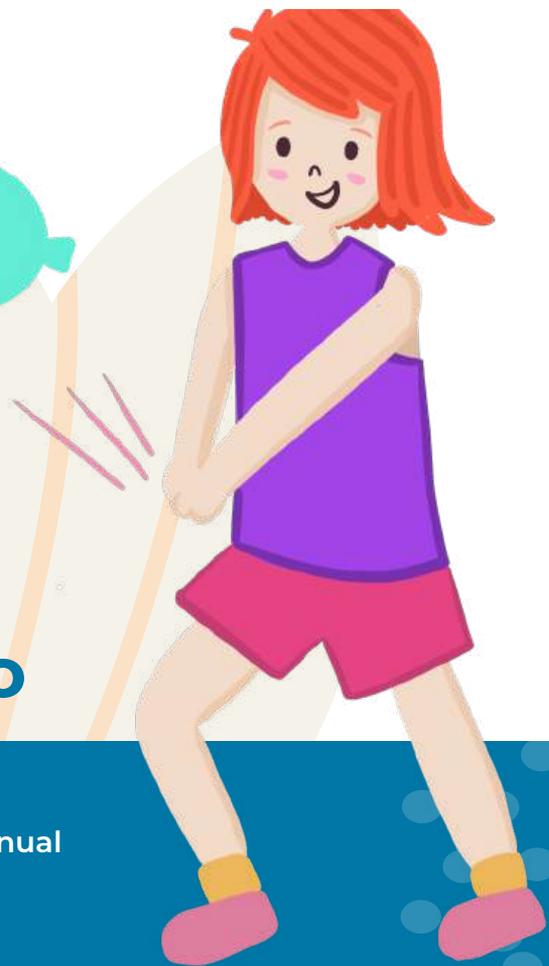
Globos y cinta o cuerda.

Descripción:

Crear una simulación de red a una altura semejante a la de los niños con los brazos elevados (la red puede ser creada amarrando la cinta o cuerda, en dos sillas de un extremo a otro). De manera individual o en equipo establecer el número máximo de toques por jugador. Será punto a favor, cuando el globo golpee en terreno rival. Saca siempre quien hace punto. Se puede agregar variantes, tales como jugar con dos globos, golpear solo con palma de la mano, etc.

Tiempo:

10 a 15 minutos.



70. Twister

Objetivo:

Fortalecer el trabajo en equipo y el funcionamiento del esquema corporal. Ejercitar el equilibrio.

Recursos:

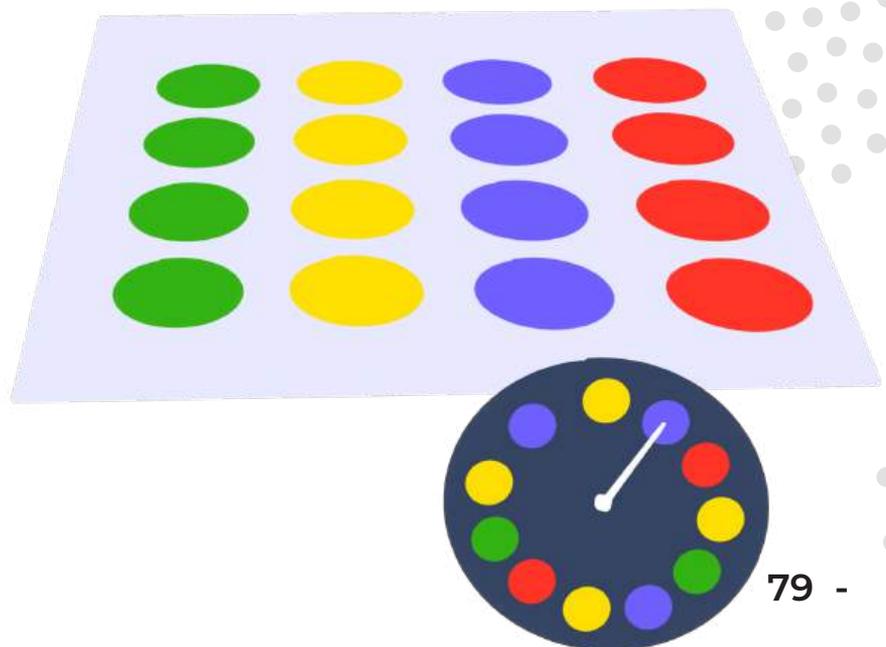
Hojas de papel grandes y pintura de cuatro colores diferentes.

Descripción:

Se elabora un papel como el de la imagen. Se crea una ruleta, con los colores que se utilicen (tomar ejemplo de la imagen). Luego, se designa un director, encargado de dar vuelta a la ruleta e indicar qué parte del cuerpo debe mover cada persona. El orden de movimiento del cuerpo por cada giro de la ruleta, son: pie derecho, pie izquierdo, mano derecha, mano izquierda. Pierde quien pierda el equilibrio. Respetar turnos. Según sea el tamaño del papel y los círculos, se calcula la cantidad de participantes.

Tiempo:

Sin límite.



71. Animales y objetos

Objetivo:

Expresión corporal.

Recursos:

Sin materiales.

Descripción:

Representar con el cuerpo y vocalmente los diferentes animales o cosas nombradas por el profesor. Para ello, los alumnos se desplazarán por el espacio al mismo tiempo que realizan las acciones. Ejemplos de animales: perro, gato, lagartija, oso, elefante, camello, tigre, etc. Cosas: secador de pelo, olla a presión, motosierra, coche, moto, cuchillo, pelota, lavadora, zapatos, etc.

Tiempo: Sin límite.





72. Ciegos

Objetivo:

Desarrollar el sentido auditivo y el control corporal.

Recursos:

Venda para los ojos.

Descripción:

Todos los participantes se ubican formando un gran círculo, excepto uno, el cual se ubicará en el centro del círculo con los ojos vendados. Los restantes tratan por turnos de acercarse a él o ella, sin hacer ningún ruido, éste deberá señalarlos cuando los oiga y si acierta los paraliza, obligándoles a volver a su sitio. El que consiga tocar al del centro, lo sustituirá.

Tiempo: 4 a 8 minutos.

73. Que llegue al final

Objetivo:

Desarrollar la coordinación grupal y el equilibrio.

Recursos:

Conos.

Descripción:

El director forma equipos de dos a cinco integrantes. Cada participante se colocará un cono en la cabeza y, abrazado a sus compañeros, deberá transportarlo hasta la otra punta del salón o patio sin que este caiga. Si el cono se cae o alguno de los niños se suelta de los demás, deberán volver a comenzar. Gana el equipo que primero complete el recorrido con todos los conos en sus cabezas.

Tiempo:

4 a 8 minutos.



74. Dramatizando

Objetivo:

Desarrollar la creatividad, coordinación grupal y esquema corporal.

Recursos:

Sin materiales.

Descripción:

El director les indica un tema y los participantes escenifican lo que les sugiere. Posibles temas: dibujos animados, deportes, profesionales, películas, etc.

Tiempo:

6 a 12 minutos.



75. El repartidor de balones

Objetivo:

Desarrollar la velocidad y la agilidad.

Recursos:

Balones de esponja.

Descripción:

La actividad consiste en distribuir a los participantes por todo el lugar. De igual modo, se dispondrán balones de espuma por todo el sitio. El director debe dar la orden y correr hacia los balones para intentar golpear a los niños (por debajo de la cintura) con ellos. El participante que no logre esquivar un tiro deberá cumplir una penitencia.

Tiempo:

4 a 8 minutos.





76. Pregunta y descubre

Objetivo:

Desarrollar la expresión corporal.

Recursos:

Tarjetas y elásticos.

Descripción:

Este juego está compuesto por una serie de tarjetas con animales reflejados en éstas. Los participantes cogerán una tarjeta de cada uno sin mirar el contenido de ésta. Se la colocarán en la cabeza sosteniéndose con un pequeño elástico y comenzarán a hacer preguntas a los demás jugadores cuando les toque, hasta conseguir adivinar el animal que tienen y luego imitarlo.

Tiempo:

4 a 8 minutos.

77. El balón silencioso

Objetivo:

Desarrollar la concentración y el lanzamiento.

Recursos:

Balones.

Descripción:

Los participantes deben dispersarse por todo el lugar. Luego, deberán pasarse entre ellos uno o más balones (dependiendo de la cantidad de jugadores) con la condición excluyente de que no pueden hablar. Cada jugador que hable o que realice un mal lanzamiento o recepción deberá cumplir una prueba impuesta por el director. Puede ser correr alrededor del sitio, hacer lagartijas o abdominales. Añadir pelotas progresivamente aumentará la dificultad y diversión de este juego.

Tiempo: 4 a 8 minutos.



78. Encestando

Objetivo:

Desarrollar la precisión en el lanzamiento.

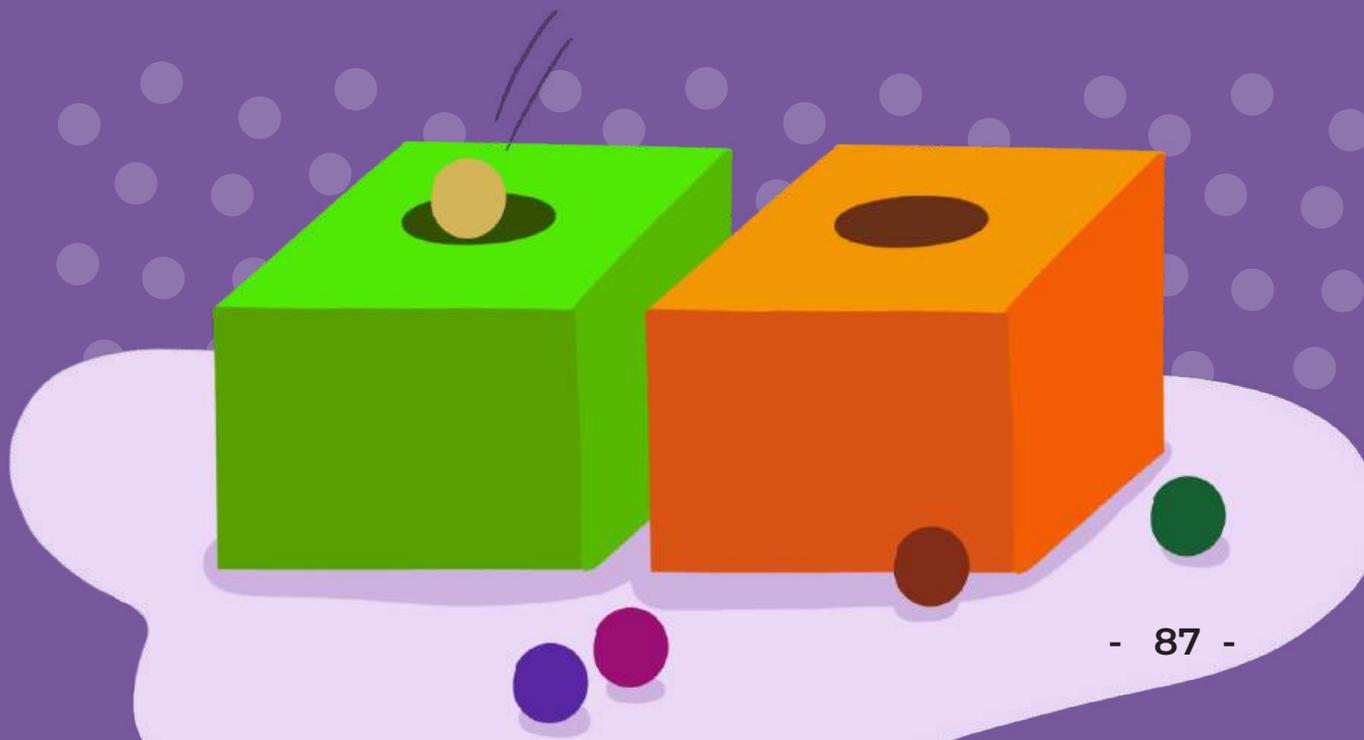
Recursos:

Cajas y pelotas.

Descripción:

El director del juego prepara dos cajas de igual tamaño y le hace un agujero a cada una. Se forman dos grupos y cada participante tendrá que tirar pelotas hacia el agujero a una distancia de 2 metros o los que se establezca. Pasado un determinado tiempo contamos las pelotas de ambos grupos. El equipo que haya encestado más pelotas dentro de la caja gana.

Tiempo: 4 a 8 minutos.





79. Inspira y espira

Objetivo:

Desarrollar la capacidad respiratoria.

Recursos:

Globos.

Descripción:

El director forma grupos de 4 participantes. Todos los grupos se colocarán en fila a un extremo del espacio. El último participante de cada grupo mediante espiraciones bucales e inspiraciones nasales, hará pasar un globo entre las piernas de sus tres compañeros y se colocará al final de la fila; así sucesivamente hasta llegar al extremo opuesto de la clase. Cada integrante tendrá su propio globo.

Tiempo: 4 a 8 minutos.

80. Un, dos, tres, gallinita inglés

Objetivo:

Desarrollar el control corporal y velocidad.

Recursos:

Sin materiales.

Descripción:

Antes de empezar a jugar, el director designa un jugador al azar entre todos, el cual será el “contador”. El contador debe ubicarse en un extremo del lugar, mientras que los demás se retiran al lado opuesto. Para los participantes el juego consiste en avanzar hacia el “contador” hasta llegar a tocarle, sin que se les vea en movimiento. El “contador” con la espalda vuelta hacia los jugadores dirá: ¡Un, dos, tres, gallinita inglés, sin mover los pies! Una vez dicho esto, se gira para mirar a los jugadores y mandar al fondo del patio a los que se encuentran en movimiento.

Tiempo: 6 a 12 minutos.



Acerca de los Autores

Javier Albornoz Guerrero.

Profesor de Educación Física.

Magister en entrenamiento, competencia y entrenamiento deportivo.

Diplomado en Educación.

Diplomado en Administración de recintos deportivos.

Diplomado en gestión integral en sistemas de protección social.

Diplomado en Asuntos Antárticos.

Jefe de la Unidad de Deportes y Actividad Física, Universidad de Magallanes

Académico del departamento de Educación y Humanidades de

la Universidad de Magallanes, Chile.

Daniel Hernández Sáez.

Profesor de Educación Física.

Coordinador de Selecciones de la Unidad de deportes y Actividad

Física de la Universidad de Magallanes.

Académico de la carrera de educación Física de la Universidad de Magallanes.

Bibliografía:

Méndez, M., Estay, J., Calzadilla, A., Durán, S. & Díaz, V. (2015). Comparación del desarrollo psicomotor en preescolares chilenos con normopeso versus sobrepeso y obesidad. *Nutrición Hospitalaria*. 32(1):151-5.

<http://www.nutricionhospitalaria.com/pdf/9060.pdf>

Vargas, M., Elzel, L., Casas, J. (2020). Evaluación del desarrollo psicomotor en niños y niñas de 3 a 24 meses: Jardines Infantiles de Fundación Integra, Chile. *Journal of Sport and Health Research*. 12(1):28-41.

http://www.journalshr.com/papers/Vol%2012_N%201/JSHR%20V12_1_03.pdf

Valdes, M. (2003). Desarrollo psicomotor de niños y niñas, de 3 a 5 años de edad, que asisten a Centros de Educación Pre-escolar1 de la ciudad de Talca (Chile). *Revista Iberoamericana de psicomotricidad y técnicas corporales*. 10(1):87-95.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3743801>

Ramirez, J. & Parra, M. (2010). Estimulación temprana en niños menores de 2 años en la Ciudad de Durango. *Revista COMAMED*. 15(1), 30-34.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=364114>

<https://www.medigraphic.com/pdfs/conamed/con-2010/cons101f.pdf>

Manual de Actividades y Juegos

**para la estimulación
temprana en niños
y niñas de 1 a 6 años
de edad**