

¡Aprenda a ser más **activo** con **JUEGOS!**

Genere oportunidades para CLASS y ERS-R
Aumente las conexiones cognitivas
¡Mejore la salud y el bienestar!



WASHINGTON STATE
Department of
Children, Youth, and Families



Seattle Children's
HOSPITAL · RESEARCH · FOUNDATION

Research Institute

FS_0001 Spanish

Tarjetas de lecciones para aprendizaje activo

Esta publicación fue respaldada con fondos de los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (CDC). El contenido es responsabilidad exclusiva de los autores, y no necesariamente representa la posición oficial del CDC.



WASHINGTON STATE
Department of
Children, Youth, and Families



Seattle Children'sSM
HOSPITAL · RESEARCH · FOUNDATION

Research Institute

>> Bolas en la cubeta

- Haga una línea con tiza o cinta de unos 20 a 25 pies de largo y coloque 3 cubetas a espacios uniformes en la línea.
- Divida a los niños en 2 equipos equilibrados en ambos lados de la línea, a unos 10 a 15 pies de distancia de las cubetas
- Dele a cada niño bolas de papel. Ponga música y dígales a los niños que lancen todas las bolas posibles en cualquiera de las cubetas.
- Pare la música después de 30 a 60 segundos y ayude a los niños a contar cuál cubeta tiene más bolas.



>> Actividad para el desarrollo de habilidades

- Habilidades motrices: Control y lanzamiento de objetos
- Concepto educativo: Contar, solución de problemas, cooperación, ordenar objetos



>> Lanzar, atrapar y patear la pelota

- Los niños practican diversas maneras de lanzar pelotas de diferentes tamaños: lanzamientos bajos, medios, altos, contar la cantidad de atrapadas
- Antes de que la pelota toque el suelo, aplaudir, saltar, girar y luego atrapar la pelota.
- Con un compañero, contar mientras lanzan y atrapan la pelota.
- Indicar a los niños que tomen turnos para patear la pelota mientras se mueven por el salón al compañero que está del otro lado. Patear mientras corren, brincan, dan saltitos, etc.



>> Actividad para el desarrollo de habilidades

- Habilidades motrices: Coordinación, equilibrio, lanzar, atrapar, patear
- Conceptos educativos: Comparaciones, contar, dar seguimiento



WASHINGTON STATE
Department of
Children, Youth, and Families



Seattle Children's
HOSPITAL · RESEARCH · FOUNDATION

Research Institute

>> Amigos rana

- Los niños se toman la mano "estilo rana", con las palmas abiertas y apretándolas una contra otra como ranas.
- Practican equilibrar y fortalecer sus piernas bajando y levantando lentamente su cuerpo, apretando las palmas para ayudar a sostener y estabilizar la postura de su compañero.



WASHINGTON STATE
Department of
Children, Youth, and Families



Seattle Children'sSM
HOSPITAL · RESEARCH · FOUNDATION

Research Institute

>> Movimiento rápido

- Habilidades motrices: Equilibrio, fuerza
- Conceptos educativos: Solución de problemas, socialización



WASHINGTON STATE
Department of
Children, Youth, and Families



Seattle Children's
HOSPITAL · RESEARCH · FOUNDATION

Research Institute

>> Movimiento en escalera

- Los niños se paran en dos líneas paralelas detrás de una forma de escalera de mano (hecha con tiza o cinta) en el piso, con los "peldaños" separados aproximadamente 1 pie.
- Se indica a los niños que tomen turnos para subir la escalera de distintas maneras (brincar, dando saltitos, marchando, etc.) un pie a la vez, y recorrerla toda hasta el final.
- Los niños que están esperando alientan a su equipo.
- Cuando todos los niños hayan recorrido la escalera, dar una nueva instrucción.



>> Actividad para el desarrollo de habilidades

- Habilidades motrices: Movimiento locomotor, equilibrio
- Conceptos educativos: Contar, pensamiento espacial



WASHINGTON STATE
Department of
Children, Youth, and Families



Seattle Children's
HOSPITAL · RESEARCH · FOUNDATION

Research Institute

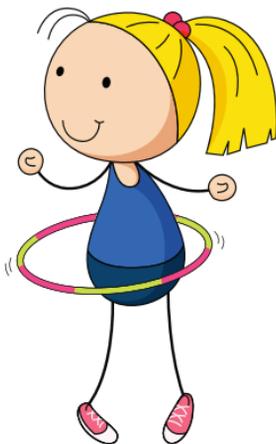
>> Carrera de obstáculos

- Los niños atraviesa una carrera de obstáculos formada con objetos que les den la oportunidad de gatear, rodearlos, atravesarlos pasar por debajo, etc. obstáculos: conos, cuerdas, aros de hula, túneles.
- Los objetos se colocan de manera que fomenten diversas habilidades locomotoras entre cada una. (Saltar, galopar, andar de puntitas, rodar como tronco, gatear, etc.)
- Los maestros hacen preguntas a los niños sobre relaciones espaciales y en cuáles obstáculos deben pasar por abajo, atravesarlos o pasar por arriba.



>> Actividad para el desarrollo de habilidades

- Habilidades motrices: Equilibrio, saltar, escalar, resistencia
- Conceptos educativos: relaciones espaciales, flexibilidad mental



>> Lanzar y atrapar una mascada

- Los niños usan mascadas para practicar diversos movimientos y aprender conceptos direccionales: bajo, alto, enfrente, detrás, de lado.
- Mostrar cómo lanzar con una mano, luego con 2, aplaudir entre lanzamientos, por debajo de la pierna, detrás de la espalda, lanzar en parejas, etc.
- Añadir música e indicar maneras de lanzar las mascadas.



>> Movimiento rápido

- Habilidades motrices: Movimientos motrices gruesos, equilibrio, coordinación mano-ojo
- Conceptos educativos: Contar, cruzar la línea media



>> Juego locomotor con cuerdas

- El maestro anima a los niños a pasar uno a la vez por encima y debajo de una cuerda estirada sostenida por 2 adultos.
- Se usa lenguaje de movimiento direccional para indicar el movimiento hacia adelante, atrás, de lado, empezando con diferentes partes del cuerpo encima o debajo de la cuerda.
- Jugar a "seguir al líder" y dejar que cada niño elija los movimientos para pasar por encima o debajo de la cuerda.



>> Actividad para el desarrollo de habilidades

- Habilidades motrices: Movimientos motrices gruesos, flexibilidad, resistencia, equilibrio
- Conceptos educativos: Anatomía, alfabetismo, solución de problemas



>> Sopa de tortilla

- Esta se juega como una carrera de relevos. En equipos, a los niños se les da un objeto (foto, modelo, comida de verdad) de la receta de sopa de tortilla, y se les indica que esperen hasta que se diga su objeto.
- El maestro dice los objetos en secuencia. Uno a la vez, los niños corren a colocar sus objetos en la olla en el otro extremo del salón y regresan corriendo para que pueda salir el siguiente "objeto".
- Jueguen usando la palabra en inglés y en español (u otro idioma) para cada objeto.



>> Actividad para el desarrollo de habilidades

- Habilidades motrices: Resistencia, locomoción, movimiento direccional
- Conceptos educativos: Secuencias, identificación de alimentos, alfabetismo



>> Marchas bobas

- Los niños se mueven de un área designada a otras, sosteniéndose primero en cuatro partes diferentes del cuerpo, luego en tres, luego en dos y luego en una.
- Imitar a diferentes animales, criaturas marinas o insectos. Preguntar cuáles se mueven rápido, cuáles se mueven lento, cuáles vuelan o gatean o se arrastran, etc.
- Preguntar a los niños qué músculos sienten más con cada actividad.



>> Movimiento rápido

- Habilidades motrices: Locomoción, movimiento lateral, fuerza, equilibrio, resistencia
- Conceptos educativos: Contar, pensamiento espacial, ciencia



WASHINGTON STATE
Department of
Children, Youth, and Families



Seattle Children's
HOSPITAL · RESEARCH · FOUNDATION

Research Institute

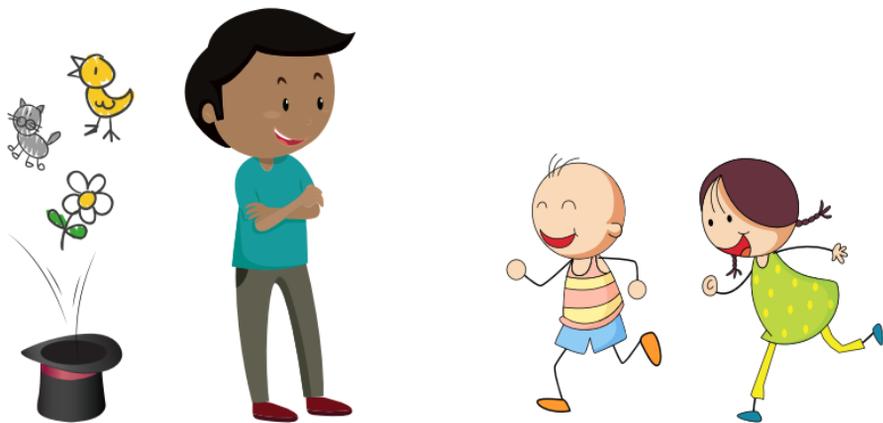
>> Juego de palabras mágicas

- Los niños se mueven de un extremo a otro de un espacio abierto cuando lo indica una "palabra mágica".
- La palabra puede hacer referencia a cualquier concepto que hayan aprendido recientemente: animales, números, formas, etc.
- El maestro dice una variedad de palabras, pero los niños sólo se mueven cuando se dice la "palabra mágica".
- Cambiar el movimiento con cada nueva palabra mágica: correr, saltar, brincar, dar saltos largos, etc.



>> Movimiento rápido

- Habilidades motrices: Equilibrio, resistencia, movimientos locomotores
- Conceptos educativos: Pensamiento espacial, control de impulsos, flexibilidad mental



>> Planta una semilla, cultiva una flor

- El maestro cuenta la historia de cómo una flor crece desde que se planta una semilla hasta que florece la flor.
- El maestro usa movimientos para demostrar cada paso mientras los niños lo siguen: cavar, hacer un agujero, poner la semilla, cubrir el agujero, repetir con la siguiente semilla, regar, añadir luz solar, etc.
- La última etapa es la planta floreciendo y los niños saltan lo más alto que pueden con los brazos extendidos, como una flor que se abre.



WASHINGTON STATE
Department of
Children, Youth, and Families



Seattle Children'sSM
HOSPITAL · RESEARCH · FOUNDATION

Research Institute

>> Actividad para el desarrollo de habilidades

- Habilidades motrices: Equilibrio
- Conceptos educativos: Ciencia, secuencias



WASHINGTON STATE
Department of
Children, Youth, and Families



Seattle Children's
HOSPITAL · RESEARCH · FOUNDATION

Research Institute

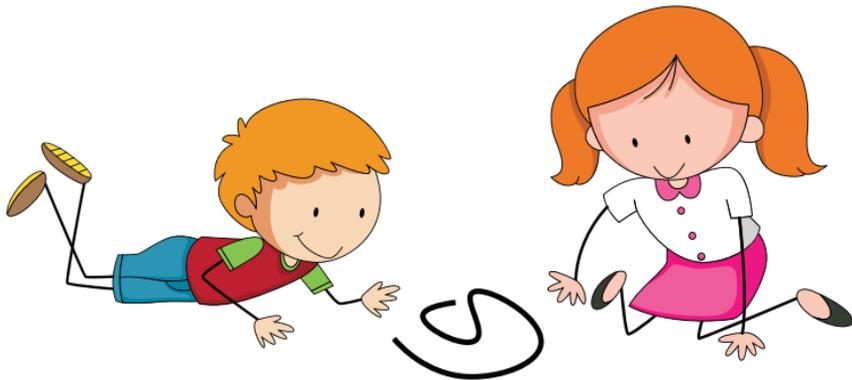
>> Formas con cuerdas

- Sentados en el suelo, a los niños se les dan trozos de 4 a 6 pies de cuerda ligera de nylon o algodón.
- Se les pide que hagan diversas formas, números, letras usando su propio trozo de cuerda.
- Pedirles que trabajen en parejas o grupos para hacer una estrella, un oso de peluche, una casa.
- Saltar adentro, afuera y alrededor de cada forma. Equilibrarse sobre la cuerda y seguir el contorno de cada forma.



>> Actividad para el desarrollo de habilidades

- Habilidad motriz: Equilibrio, brincar, dar saltitos
- Concepto educativo: Alfabetismo, matemáticas, solución de problemas



WASHINGTON STATE
Department of
Children, Youth, and Families



Seattle Children's
HOSPITAL · RESEARCH · FOUNDATION

Research Institute

>> Pegarle a la bola

- Los niños usan un matamoscas o una espátula para golpear diferentes tipos de bolas en el aire o en el suelo y predecir cuál llegará más lejos.
- Las bolas pueden ser de estambre, papel, calcetines enrollados, o pelotas de espuma o ligeras.
- Los niños miden en pasos la distancia que recorrió la bola.
- Juntan las bolas y las trae de vuelta al inicio para volver a empezar.



>> Actividad para el desarrollo de habilidades

- Habilidades motrices: Fuerza, equilibrio, coordinación mano-ojo, control de objetos
- Conceptos educativos: Sentido espacial, curiosidad, predicción



WASHINGTON STATE
Department of
Children, Youth, and Families



Seattle Children's
HOSPITAL · RESEARCH · FOUNDATION

Research Institute

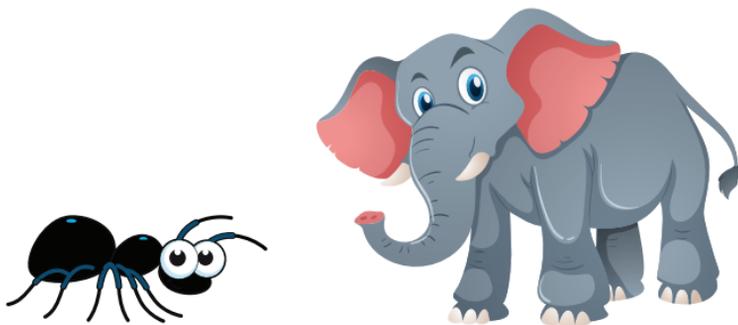
>> Semut o Gajah (Hormiga o elefante)

- Los niños elijen semut o gajah al contar hasta 4, mostrando su dedo meñique (para semut) o el pulgar (para gajah).
- Después de contar los meñiques y los pulgares, los niños fingen ser el que haya obtenido más: semuts (hormigas arrastrándose) o gajahs (elefantes pisoteando)



>> Movimiento rápido

- Habilidades motrices: Locomoción, fuerza, equilibrio
- Conceptos educativos: Contar, lenguaje



WASHINGTON STATE
Department of
Children, Youth, and Families



Seattle Children's
HOSPITAL · RESEARCH · FOUNDATION

Research Institute

>> Agalmatas (la palabra griega para "estatua")

- Mostrar a los niños imágenes de estatuas y ejemplificar la pose. Decirles a los niños que en Grecia a las estatuas se les llama Agalmatas.
- Hacer que los niños practiquen las poses.
- Poner música y hacer que los niños bailen en un espacio amplio.
- Cuando la música se detenga, el maestro grita "Agalmatas" y los niños adoptan una pose y fingen ser una de las estatuas.



>> Actividad para el desarrollo de habilidades

- Habilidades motrices: Resistencia, equilibrio
- Conceptos educativos: Contar, control de inhibiciones, apreciación del arte



>> Aros musicales

- Poner cierta cantidad de aros de hula esparcidos en el suelo, dejando suficiente espacio para correr entre ellos. Para comenzar, los niños se distribuyen entre los aros.
- Poner música alegre y pedir a los niños que salten fuera de los aros y que corran o bailen por el salón.
- El maestro quita un aro mientras suena la música. Cuando la música se detiene, los niños deben encontrar un aro y pararse en el interior, compartiendo aros con los demás.
- Continuar el juego hasta que todos los niños ocupen el último aro (o los últimos aros, dependiendo de la cantidad de niños) ayudándose unos a otros a permanecer dentro de los aros.



>> Actividad para el desarrollo de habilidades

- Habilidades físicas: Locomoción, equilibrio
- Conceptos educativos: Contar, música, socialización



WASHINGTON STATE
Department of
Children, Youth, and Families



Seattle Children's
HOSPITAL · RESEARCH · FOUNDATION

Research Institute

>> Jugar con huevos

- El maestro llena huevos de plástico de 2 pulgadas que puedan abrirse con diversas tarjetas: la mitad de una tarjeta de índice con una acción - número, letra, forma, imagen de personas en medios de transporte, etc.
- Colocar los huevos en una canasta.
- Los niños toman turnos para sacar un huevo y demostrar la acción de la tarjeta con un movimiento, mientras los demás niños lo imitan.



>> Actividad para el desarrollo de habilidades

- Habilidad motriz: Equilibrio, resistencia, locomoción
- Concepto educativo: Contar, imaginación



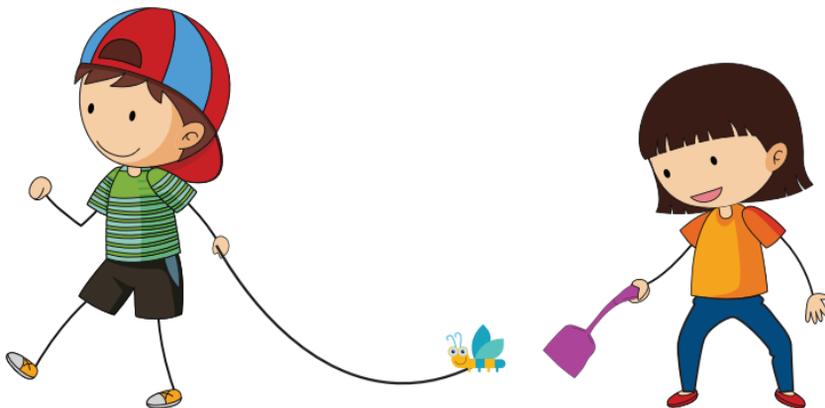
>> Matar la mosca

- Crear la mosca: Hacer dos copias de la "mosca" para cada plato. Cortar un agujero en el borde del plato e insertar un trozo de cordón de cuatro pies y atar un nudo debajo del borde. Pegar la imagen de la mosca con cinta a cada lado del plato.
- Formar límites: Colocar conos pequeños en cada lado del espacio, por lo menos con 20 pies de separación.
- Demostrar cómo arrastrar y pegar: Algunos niños toman la mosca y la arrastran de un extremo del espacio hacia los conos del otro extremo. Los otros niños persiguen las moscas mientras tratan de golpearlas. Todos los niños se mueven en la misma dirección, unos arrastrando y los otros golpeando. Los niños cambian de rol cuando llegan al extremo.



>> Actividad para el desarrollo de habilidades

- Habilidades físicas: Locomoción, resistencia, coordinación mano-ojo
- Conceptos educativos: Ciencias



WASHINGTON STATE
Department of
Children, Youth, and Families



Seattle Children'sSM
HOSPITAL · RESEARCH · FOUNDATION

Research Institute

>> Corral

- El maestro distribuye imágenes de animales de granja y forma un "establo" con conos en un extremo de un espacio amplio.
- El granjero les dice a los niños: "Se acerca una tormenta y todos los animales deben correr al establo"- Les dice que esperen hasta que se llame a su animal y entonces pueden correr al establo.
- Los niños se mueven RÁPIDAMENTE al establo imitando el ruido y el movimiento de su animal.
- Los niños toman turnos para ser el granjero.



>> Actividad para el desarrollo de habilidades

- Habilidad motriz: Resistencia, locomoción
- Concepto educativo: Relacionar, ciencia, control de impulsos

