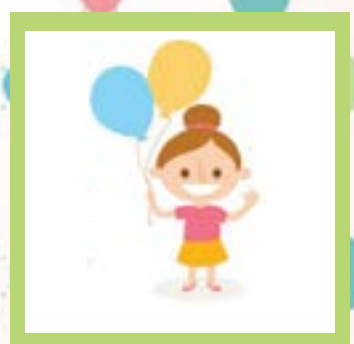




Guía de Actividades para Desarrollar la Motricidad Gruesa en Niños y Niñas de 4 a 5 Años de Edad





**“La enseñanza que deja huella
no es la que se hace
de cabeza a cabeza
sino de corazón a corazón”**

Howard G.Hendricks

ACTIVIDAD # 1

Nombre: Baile de telas

Objetivo: Identificar colores, coordinación motriz en diferentes posturas

Descripción:

Con la ayuda de una pandereta se puede realizar movimientos lentos y rápidos, los niños deben de estar atentos al sonido que realice la maestra con la pandereta. Cuando el sonido sea lento el niño debe de caminar y cuando el sonido sea rápido el niño debe de correr. Para ello cada niño debe de tener una tela de colores y debe hacer bailar la tela (cada niño tiene una tela de diferente color). En el suelo se van a encontrar ulas de diferentes colores. Mientras la maestra realiza los sonidos con la pandereta los niños deben de correr o caminar y una vez que la maestra haga silencio el niño debe de buscar el ula-ula de acuerdo al color de tela que tenga y colocarse adentro del ula-ula, hasta que la maestra vuelva a realizar el sonido con la pandereta y el niño pueda correr o caminar.

Materiales: pandereta, tela de colores, ulas



ACTIVIDAD # 2

Nombre: Pelota dinámica

Objetivo: Control del equilibrio al desplazarse

Descripción:

Consiste en dar unas cinco vueltas al niño, una vez que se le haya dado las vueltas el niño tiene que patear la pelota y meter en el arco de fútbol. Una vez que el niño haya pateado la pelota regresa al grupo de sus compañeros para que uno de ellos realice la actividad.

Materiales: pelota de fútbol, arco.



ACTIVIDAD # 3

Nombre: Camino de animalitos

Objetivo: Escuchar con atención las indicaciones y realizar de forma correcta los movimientos del cuerpo

Descripción:

Dividir a los niños en dos grupos realizando dos filas, la maestra les da indicaciones de lo que deben realizar hasta llegar a una línea meta. Por ejemplo la maestra les dice: corran, salten como conejitos, gateen, repten, cabalguen como caballito, caminen como tortugas, etc. Depende de lo que la maestra desee indicar a los niños. Los niños deben de estar atentos para poder realizar dicha actividad y poder llegar al inicio para que le dé la posta a uno de sus compañeros.

Materiales: áreas verdes



ACTIVIDAD # 4

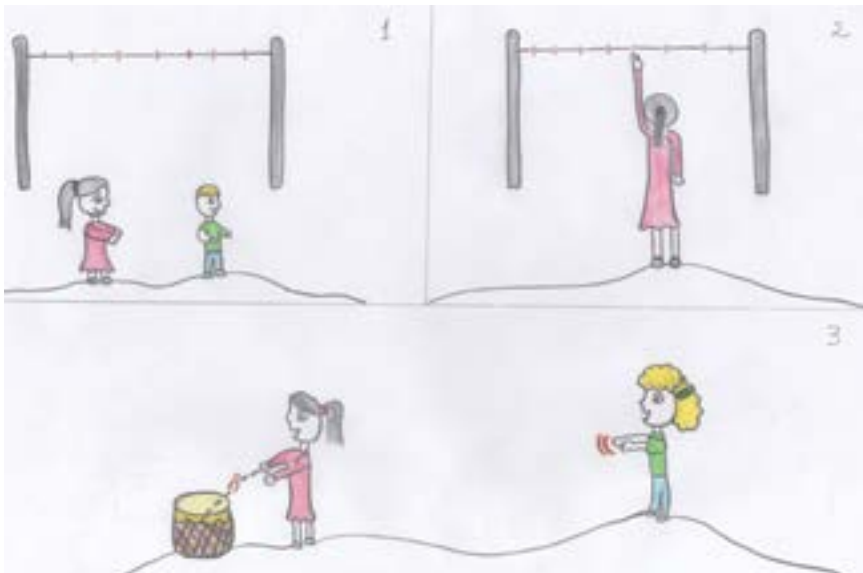
Nombre: Cangrejo-Cangrejito

Objetivo: Manejo y control de la pinza

Descripción:

Colocar un cordel de pinzas un poco arriba de la estatura de los niños. Dividir a los niños en dos grupos. Una vez que los grupos estén formados en fila. El primer niño de cada fila debe de acercarse corriendo al cordel una vez que llegue al cordel debe de quitar las pinzas una por una (utilizando la técnica de la pinza) el niño debe colocar en una canasta las pinzas, cuando el niño acabe de quitar las pinzas debe de regresar corriendo a la fila y dar la posta a su otro compañero.

Materiales: 2 hilos, 20 pinzas, 2 canastas



ACTIVIDAD # 5

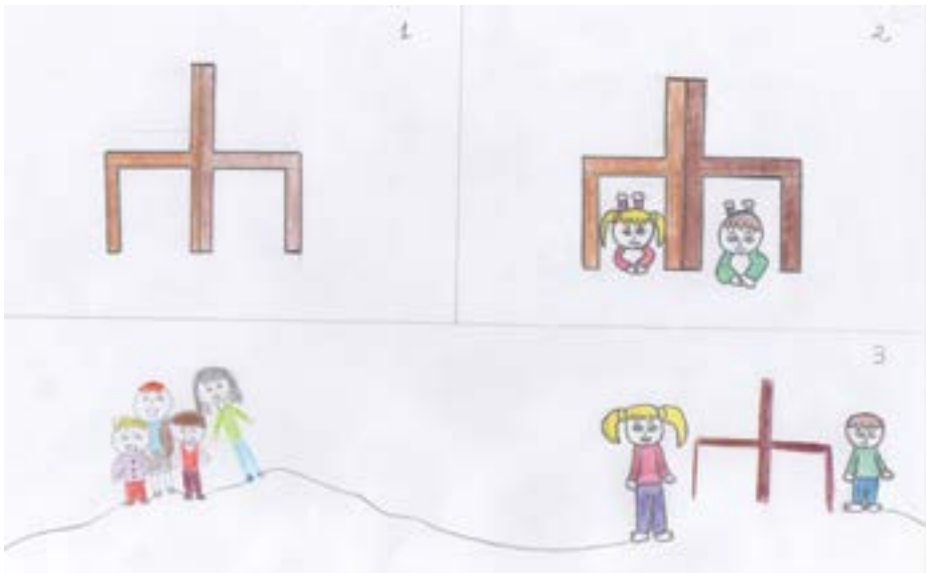
Nombre: Juego de sillas

Objetivo: Coordinación motriz en diferentes posturas.

Descripción:

Colocar una fila de sillas a diferente dirección (adelante-atrás) los niños deben de estar descalzos. Una vez que estén acomodadas las sillas los niños deben de pasar por arriba y por debajo de las sillas. El hecho de que estén descalzos les ayuda a tener mejor firmeza al momento de subir y bajar de la silla. Todos los niños deben de hacer fila para que les toque por turno su participación, mientras uno de los niños realiza la actividad sus compañeros le pueden hacer barras para darle ánimo.

Materiales: sillas, césped



ACTIVIDAD # 6

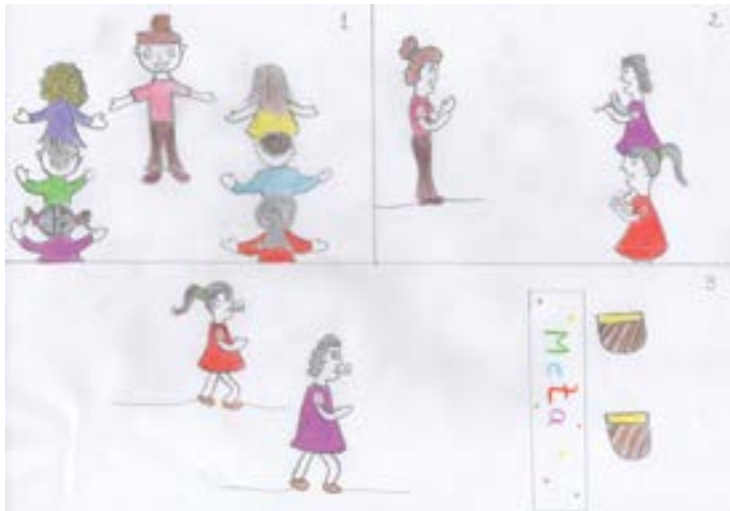
Nombre: Ayudando al granjero

Objetivo: Incrementar el equilibrio y el control manual

Descripción:

Dividir a los niños en dos grupos y realizar una fila, en un extremo del patio colocar una línea de meta con dos canastas para cada equipo. La actividad consiste en explicarles a los niños que están en una granja y que deben de ayudarlo al granjero a recolectar los huevos que han puesto las gallinas. Los niños deben llevar huevos de plástico con la ayuda de una cuchara en la boca hacia el extremo del patio de juegos. Los niños deben de estar concentrados para que no se les caiga el huevo de la cuchara, si el huevo se les cae otro niño debe de tomar la posta.

Materiales: canastas, huevos de plástico, cucharas



ACTIVIDAD # 7

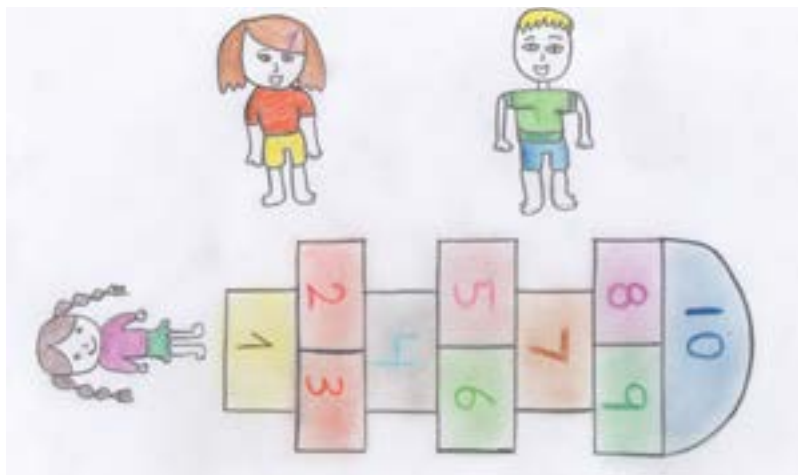
Nombre: Rayuela de texturas

Objetivo: Diferenciar las diferentes texturas mientras se realiza equilibrio

Descripción:

La rayuela es un juego tradicional, esta actividad consiste en que los niños deben estar descalzos, cada cuadro de la rayuela debe tener diferente tipo de textura suave, liso, áspero, duro, blando, etc. Para ello se puede utilizar diferentes tipos de materiales a elección como: algodón, tierra, fideos, gelatina, lija. La rayuela debe de tener uno y dos casilleros, para que los niños avancen saltando con un pie o con los dos pies. Es importante tomar en cuenta que antes de empezar la actividad los niños deben de tomar con sus pies cada textura y una vez que reconozcan las diferentes texturas, se puede empezar el juego

Materiales: fómix para armar la rayuela, algodón, tierra, gelatina, lija, fideos



ACTIVIDAD # 8

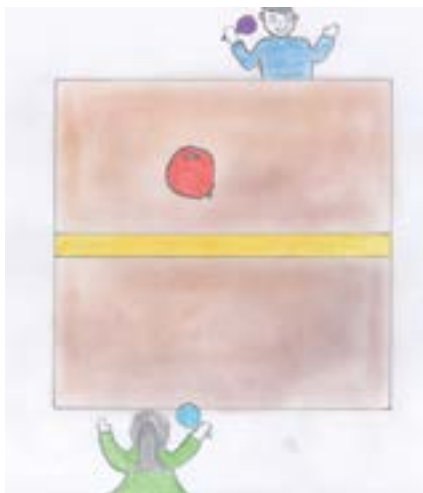
Nombre: Globo en el aire

Objetivo: Potenciar el apoyo de su cuerpo

Descripción:

Esta actividad consiste en un juego como el "tenis" en el cual los niños tienen que formar grupo de parejas, cada niño debe de tener una raqueta de cartulina y un globo. Los niños deben de ponerse frente a frente teniendo una mesa en medio de ellos para respetar el espacio de cada uno de los niños. El globo tiene que mantenerse en el aire y los niños tienen que balancear el globo de un lado al otro lado, izquierda-derecha, arriba-debajo de acuerdo a la dirección que vaya el globo. Los niños tienen que estar pendientes de no dejar caer el globo al suelo.

Materiales: raquetas de cartulina, globos, mesas



ACTIVIDAD # 9

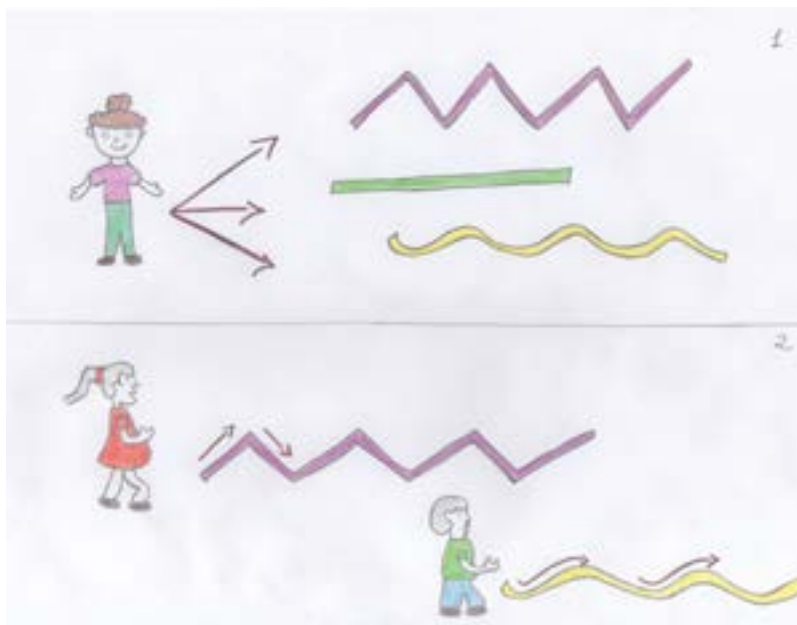
Nombre: Líneas de colores

Objetivo: Control de equilibrio al desplazarse

Descripción:

Colocar en el suelo cinta adhesiva de varios colores (pueden ser colores primarios) la cinta adhesiva puede tener varias formas de líneas (recta, ondulada, zig-zag) formando un camino. Se les puede incentivar a los niños a imaginar que están pasando por un puente y tienen que caminar sobre las líneas coordinando pie izquierdo y pie derecho.

Materiales: cintas adhesivas de varios colores



ACTIVIDAD # 10

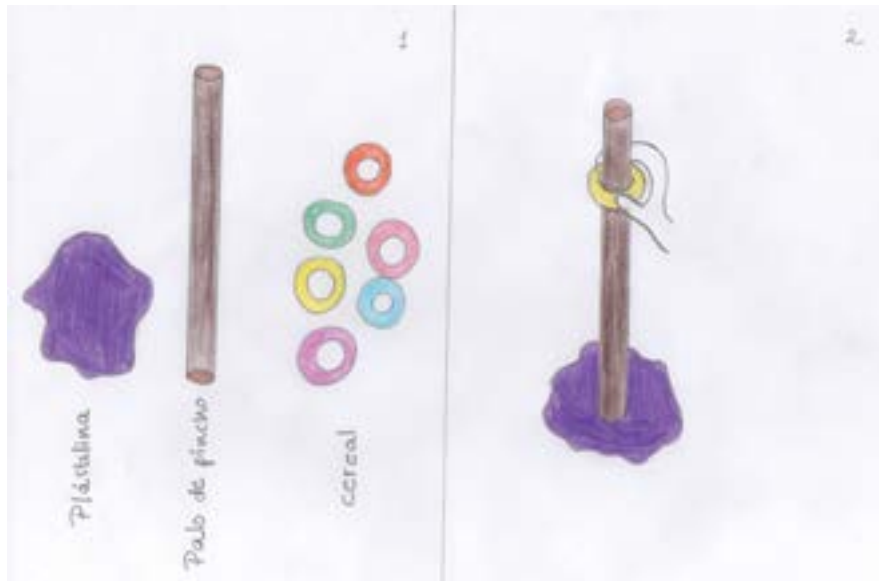
Nombre: Anillos de colores

Objetivo: Facilitar el movimiento y coordinación ojo-mano

Descripción:

Con una bola de plastilina colocar un palo de pincho en el cual se debe de colocar tres anillos de diferentes colores (cereal froot loops) realizando una seriación, los niños deben de seguir la seriación, ejecutando la coordinación de los movimientos del brazo, al finalizar el la seriación en el pincho los niños pueden comer el cereal.

Materiales: plastilina, palo de pincho (sin punta), cereal froot loops



ACTIVIDAD # 11

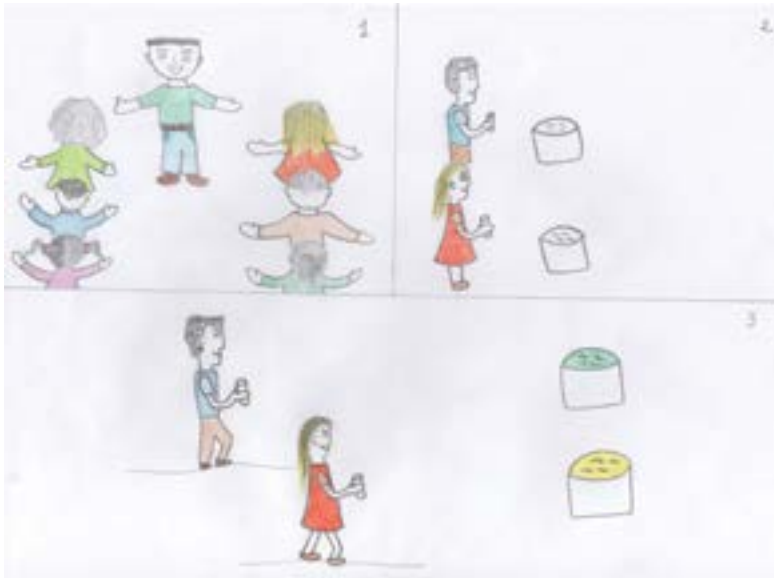
Nombre: Agua mágica

Objetivo: Coordinación y control del equilibrio

Descripción:

Realizar dos filas de equipos con el grupo de niños, cada grupo tiene un balde transparente con agua, cada fila de niños tiene un vaso en el cual tiene que llevar a un extremo del patio el vaso con agua y colocar en otro balde el agua, los niños al colocar el agua van a darse cuenta que el agua cambia de color. Los niños deben de caminar coordinando sus pasos y llevar el vaso con agua, deben de tener en cuenta de no regar el agua. Esta actividad consiste en tomar la posta cuando un niño llega de un lugar a otro.

Materiales: baldes, colorante vegetal, vasos desechables, agua



ACTIVIDAD # 12

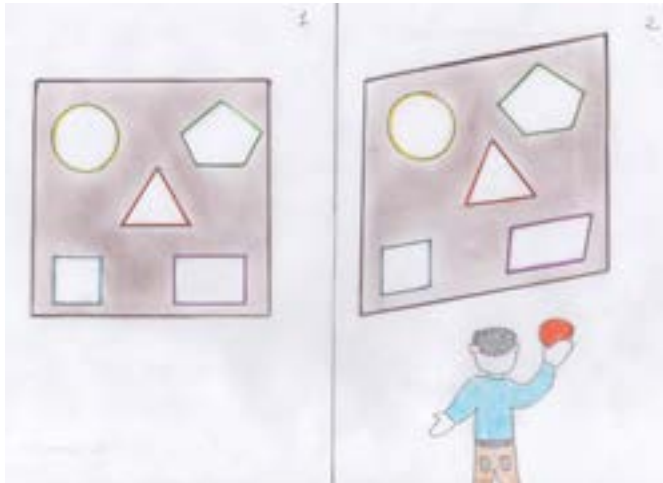
Nombre: Pelotitas de colores

Objetivo: Potenciar el apoyo sobre su cuerpo

Descripción:

En un cartón realizar recortes de diferentes figuras geométricas, cada figura geométrica debe de tener diferente color, colocar la pared de figuras geométricas en un extremo del aula de clases o en el patio de juegos. Los niños deben de realizar una fila y tomar una pelota, dependiendo del color de la pelota deben de lanzar en la figura geométrica que pertenece a ese color. Una vez que lancen la pelota deben de ir a la parte final de la fila, para volver a repetir la actividad. A parte de lanzar las pelotas los niños reconocen color y figura.

Materiales: cartón, tijeras o estilete, cinta adhesiva, pelotas plásticas de colores.



ACTIVIDAD # 14

Nombre: Juguemos a los bolos

Objetivo: Coordinación en su postura al lanzar

Descripción:

Con este juego los niños trabajan los brazos y las piernas en el lanzamiento. Además, aprenden a coordinar los movimientos con la intención de tirar el mayor número de bolos posibles. Una vez que dominen tirar los bolos de plástico con menos peso, podemos complicar el juego poniendo en su lugar botellas con arena para que tengan que esforzarse un poco más. Es importante que las botellas de plásticos tengan un diseño llamativo para que los niños tengan la impresión de que son bolos y no botellas de plástico.

Materiales: 6 Botellas de plástico, pelota plástica



ACTIVIDAD # 15

Nombre: Twister de colores

Objetivo: Concentración en los movimientos del cuerpo

Descripción:

Colocar en el suelo aros plásticos de colores (utilizar colores primarios), en el cual el niño tiene que ponerse en medio de los aros de colores y la docente debe de tener flechas de colores indicando a qué dirección va la flecha (si la flecha es de color rojo y está en dirección a la derecha) el niño debe de colocar su pie derecho dentro del aro rojo (si la flecha es de color amarillo y está en dirección a la izquierda el niño debe de colocar su pie izquierdo en el aro amarillo. Todas las flechas deben de tener la dirección de izquierda-derecha, adelante-atrás. Todos los niños deben de estar concentrados observando la actividad que realiza su compañero, hasta que les toque su turno.

Materiales: aros plásticos de colores, cartulinas con flechas de colores



ACTIVIDAD # 16

Nombre: Tazas de porcelana

Objetivo: Mejorar la coordinación, equilibrio y conocimiento de su cuerpo.

Descripción:

Seleccionar a un niño, los demás deben de estar parados en un extremo del aula de clases. Para ello se debe de retirar mesas y sillas de trabajo. En el piso se debe colocar tazas formando un camino en diferentes lugares del aula de clase. Se le debe de explicar al niño que memorice bien el camino de las tazas, porque debe de pasar por ese camino tapado los ojos. Una vez que el niño esté tapado los ojos, sus compañeros deben de ayudarlo a llegar al final del camino diciéndole por donde caminar. Cuando el niño llegue a la meta final se tiene que destapar los ojos y seleccionar a un compañero para que realice la actividad.

Materiales: tazas viejas, cubre ojos



ACTIVIDAD # 17

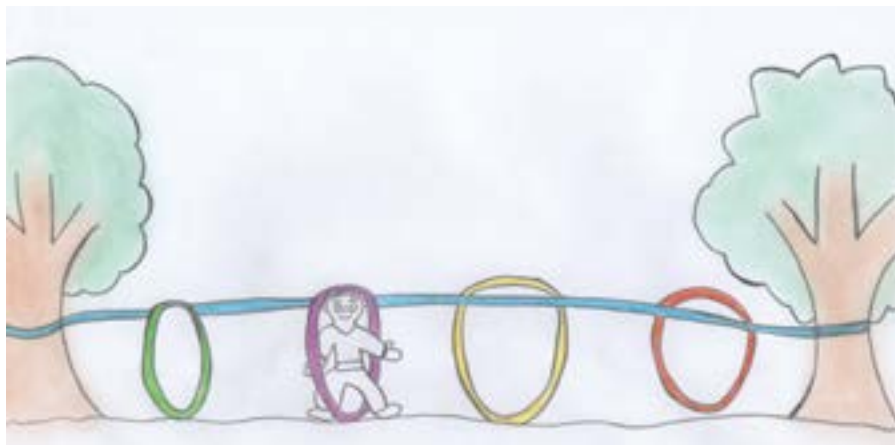
Nombre: Túnel de ulas

Objetivo: Control del equilibrio al desplazarse

Descripción:

Con la ayuda de dos árboles colores un túnel de ulas de extremo a extremo. Las ulas deben de estar sujetadas a una cuerda. Los niños deben de cruzar una por una las ulas hasta llegar al otro extremo. Una vez que hayan cruzado todos los niños el camino de ulas, deben regresar de la misma manera coordinando pie izquierdo- pie derecho y brazos.

Materiales: 10 ulas, soga



ACTIVIDAD # 18

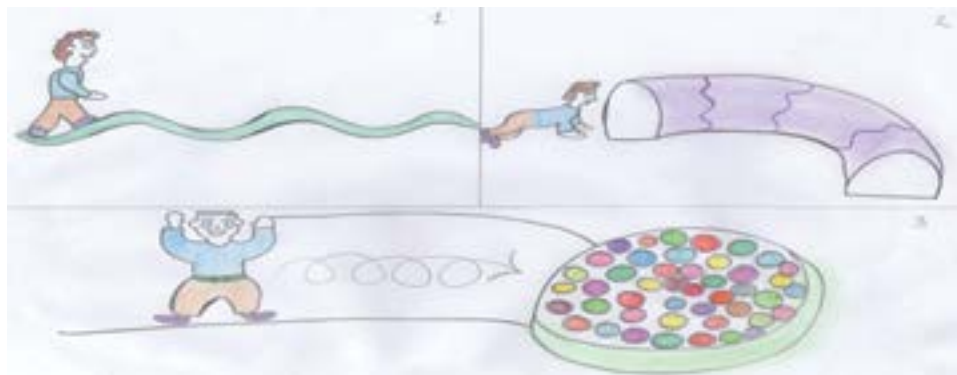
Nombre: Carrera de obstáculos

Objetivo: Coordinación, atención y control de su cuerpo

Descripción:

Se debe colocar en un espacio físico una serie de obstáculos, en el cual el niño tiene que realizar uno por uno cada una de las actividades. El primer obstáculo consta de pisar sobre una línea curva coordinando pie izquierdo y derecho; el segundo obstáculo el niño tiene que cruzar gateando el túnel de reptación y finalmente el niño va a rodar hasta llegar a una piscina de pelotas donde tiene que lanzar tres pelotas a una canasta. Y dar la posta a sus otros compañeros. Esta actividad, se debe realizar uno por uno para que los niños animen a su compañero, mientras la maestra observa que el niño realice de forma correcta las actividades.

Materiales: cinta adhesiva, túnel de reptación, piscina de pelotas, canasta



ACTIVIDAD # 19

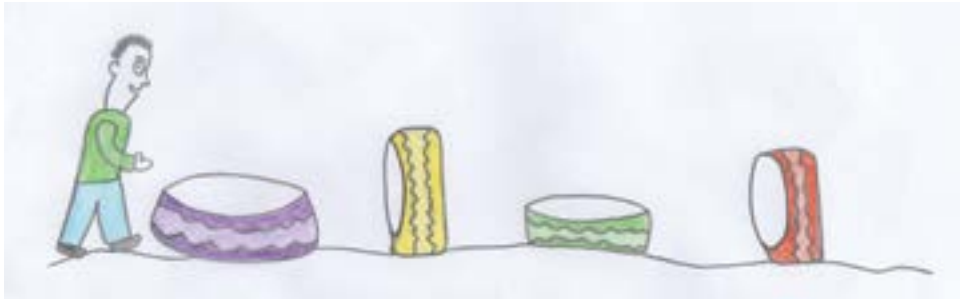
Nombre: Circuito con llantas

Objetivo: Equilibrio, coordinación y secuencia motora

Descripción:

Dividir en dos grupos a los niños, colocar las llantas de diferente forma (las llantas pueden estar acostadas y paradas) formando un camino. Dependiendo en la forma que estén colocadas las llantas los niños deben cruzar las llantas por encima o entre las llantas una vez que hayan cruzado el camino de las llantas deben de retornar corriendo al grupo de sus compañeros para que un nuevo compañero tome la posta,

Materiales: llantas



ACTIVIDAD # 20

Nombre: Encestando los colores

Objetivo: Concentración y coordinación

Descripción:

Se divide en dos grupos a los niños, se realiza una pequeña fila. Los niños deben estar sentados uno atrás de otro. La actividad consiste en que los niños deben pasar por encima de la cabeza una pelota, cuando la pelota llegue al final de la fila el niño debe de encestar en una canasta el color que pertenece la pelota con la canasta, cuando el niño realice dicha actividad debe de colocarse al inicio de la fila para continuar pasando la pelota. Esta actividad se puede realizar con los niños sentados así como se mencionó anteriormente, también se puede realizar con los niños de pie para que pasen la pelota entre las piernas o por lado izquierdo o derecho de su cuerpo.

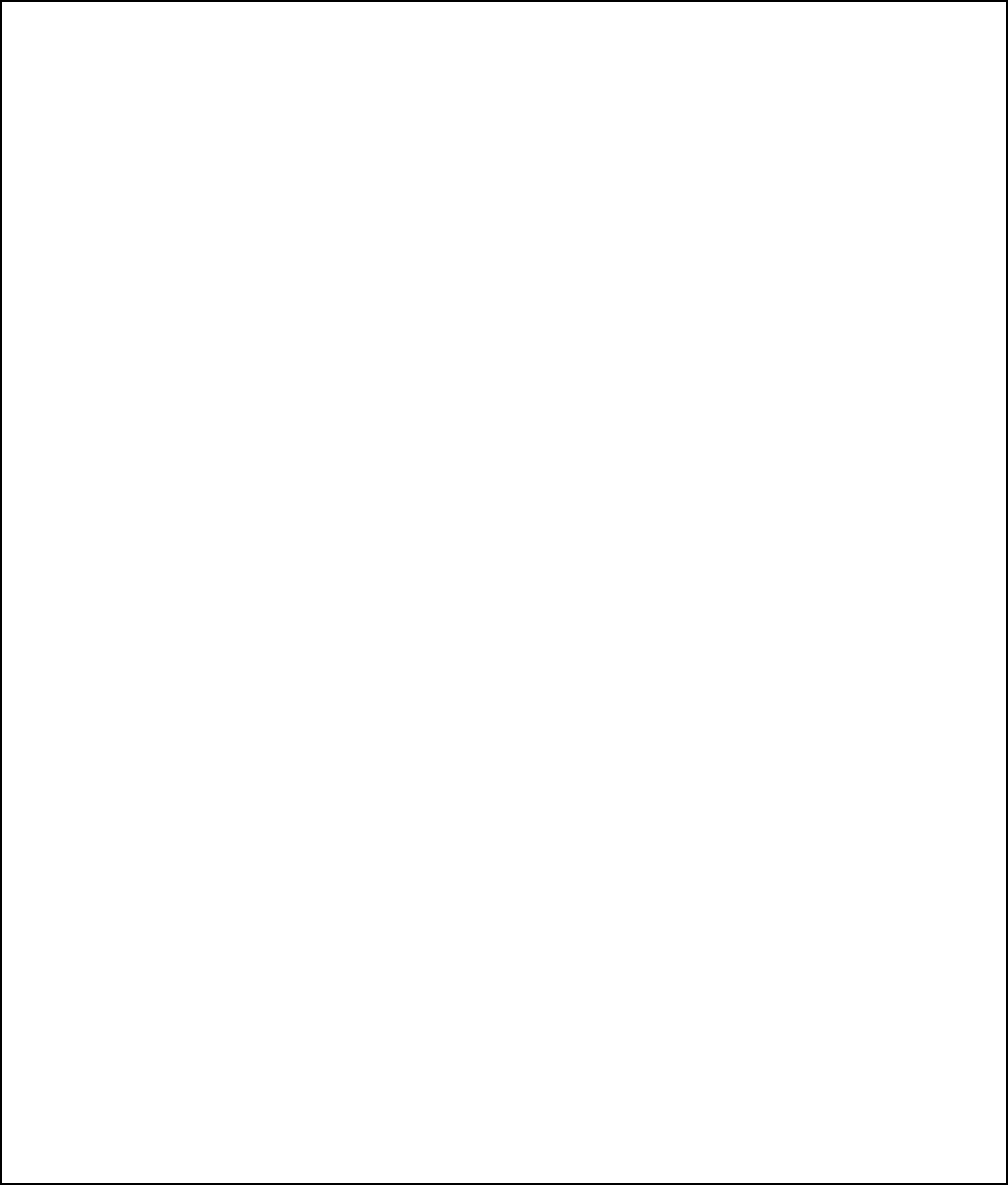
Materiales: pelotas de colores, canastas de colores, áreas verdes.



**“Si quieres trabajadores creativos,
dales tiempo suficiente para jugar.”**

John Cleese







Pontificia Universidad
Católica del Ecuador

IMPRESA OFFSET & DIGITAL

Diseño / Impresión / Terminados Gráficos

