Desarrollo físico y salud

https://www.easternct.edu/center-for-early-childhood-education/physical-and-outdoor-play/incorporating-motor-play-in-the-preschool-classroom.html

Ideas para maestros

Destrezas motoras gruesas

- El juego del paracaídas – Los niños sostienen los extremos y tratan de mover pelotas de distintos tamaños hacia arriba y hacia abajo. Luego, tendrán que decidir juntos una meta para usar el paracaídas.
- Predecir qué tan lejos pueden saltar y lanzar con una cuerda. Estimar el número de saltos para llegar de un punto a otro.
- Moverse como animales (el maestro los guía y luego se mueven como sugieran los niños). Utilicen fotos de animales o tarjetas de movimiento o tarjetas de animales haciendo poses de yoga. Muévanse como los personajes de las lecturas en voz alta.
- El juego del congelado: Los niños se mueven al ritmo de la música con una bolsa de bolitas en la cabeza. Se paran cuando la música se detiene. Si pierden la bolsa, un amigo puede ayudarlo a ponérsela de nuevo en la cabeza.
- Bolsas de bolitas con puntos o números: lance un dado grande y elija la bolsa de bolitas con el mismo número para tirarla a una cubeta.
- Poniendo una cuerda en el piso, pida a los niños que se turnen moviéndose a lo largo de la cuerda en diferentes direcciones.
- Organice una carrera de obstáculos o aros de *hula* para explorar por encima, por debajo, adentro, afuera y a través
- Juegos colaborativos

Destrezas motoras finas

- Tenazas o pinzas de madera en la mesa sensorial con pompones y palas en la mesa de agua con recipientes.
- Pintura con botellas de aerosol.
- Crayones de cera y pinceles gruesos y finos.
- Cerraduras y llaves.
- Ropa en el área de juego dramático con cierres grandes y pequeños y botones. Una cuerda de tender ropa con pinzas de ropa. Broches para el cabello con muñecas.
- Pintura con hisopos de algodón.
- Medir, verter y mezclar en los proyectos de cocina.
- Pintar con pinceles de diferentes tamaños.
- Dibujar con tiza al aire libre.
- Unidad para "cultivo" donde los niños echan tierra en macetas pequeñas y plantan semillas pequeñas con los dedos.
- Romper y cortar papel.
- Encordar tarjetas.

Nutrición, salud y seguridad

- Practicar el lavado de manos con imágenes y recordatorios.
- Pinte las manos de los niños y dígales que practiquen quitarse todos los "gérmenes".
- Practique cepillar los dientes y visitar a un higienista dental.
- Títeres para ayudar a los niños a mantenerse seguros en interiores y al aire libre.
- Lea Eating the Alphabet por Lois Ehlert. Organice a los niños en grupos pequeños y pídales que utilicen todos sus sentidos para explorar frutas y verduras de diferentes colores.
- Realice actividades de cocina con ingredientes saludables.
- Lea extractos de “No Dragons for Tea: Fire Safety for Kids and Dragons” (Seguridad contra incendios para niños y dragones) por Jean E. Pendziwol. Luego, ayude a los niños a recordar y practicar los consejos de protección contra incendios.