



## Taller de Educación Física "APRENDE JUGANDO"

Profesor: Aguirre Samuel

### Contenidos

#### Edades: 4-5-6-7

1. Abril/Mayo: El cuerpo y sus conocimientos perceptivos.
  - a. Conocimiento de cada parte del cuerpo, a través de juegos lúdicos en diversas situaciones.
  - b. Experimentación en el esquema corporal y su dominio, por medio de diversas posturas en la naturaleza
    - i. Nociones espaciales
  - c. Conocimiento de capacidades perceptivos-motrices a través del control del cuerpo (lateralidad, bilateralidad)
  
2. Junio/Julio Habilidades Motrices e imaginación
  - a. Experimentación de las diferentes habilidades motrices (locomotrices, no locomotrices y manipulativas) mediante juegos lúdicos:
    - i. Correr,
    - ii. Caminar
    - iii. Reptar
    - iv. Saltar
    - v. Giros
    - vi. Lanzamientos
  - b. Combinación de habilidades motrices mediante juegos lúdicos, fomentando a la imaginación del alumno
  
3. Agosto/Septiembre Actividades físicas artísticas-expresivas (expresión corporal)
  - a. Comunicación a través del lenguaje corporal en diversas situaciones
  - b. Comunicación a través de los movimientos en diversos medios
  - c. Expresión y comunicación en los diferentes momentos con sus pares



#### 4. Octubre/Noviembre Actividad física y salud

- a. Alimentación y actividades físicas
- b. Actividad física y el bienestar personal
- c. Salud emocional y física
- d. Actividades físicas en la Naturaleza

**Importante:** Cada bloque tiene su complejidad (adaptada para su edad y acervo motor)

**Edades 8-9 10-12**

#### Contenidos

**Abril/Mayo** El cuerpo y la percepción motriz

- ✓ **Percepción del espacio tiempo**
  - **Nociones espaciales**
- ✓ **Afirmar el conocimiento de su bilateralidad**
- ✓ **Trabajo de los sentidos en movimiento**

**Junio-Julio** Habilidades Motrices

- Reafirmar cada capacidad motriz, mediante juegos lúdicos, permitiendo una rica experiencia motriz
  - ✓ **correr**
  - ✓ **lanzar**
  - ✓ **saltar**
  - ✓ **reptar**
  - ✓ **trepar**

**Agosto-septiembre** Esquema corporal y equilibrio

- ✓ Consolidar el esquema corporal y el equilibrio permitiendo un mayor control ya que se está a punto de entrar a una etapa donde el cuerpo sufre cambios físicos. Le permite al niño una autonomía, permitiendo encontrar **(junto a sus padres)** identidad
- ✓ Posturas kinestésicas
- ✓ Comprensión de posturas correctas
- ✓ Control sobre sus extremidades

**Octubre-noviembre** Juegos en la naturaleza

- ✓ Expresión con juegos en la naturaleza
- ✓ Disfrute del salir a jugar
- ✓ Beneficios de la salida al aire libre



## **El bloque 1**

El cuerpo imagen y percepción: corresponde a los contenidos que permiten el desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices. Conocer y tener un control del propio cuerpo que resulta determinante tanto para el desarrollo de la propia imagen corporal como para la adquisición de posteriores aprendizajes motores.

## **El bloque 2**

Habilidades motrices: reúne aquellos contenidos que permiten al alumnado moverse con eficacia. Se verán implicadas por tanto adquisiciones relativas al dominio y control motor. Destacan los contenidos que facilitan la toma de decisiones para la adaptación del movimiento a nuevas situaciones.

## **En el bloque 3**

Actividades físicas artístico-expresivas: se hallan incorporados los contenidos dirigidos a fomentar la expresividad a través del cuerpo y el movimiento. La comunicación a través del lenguaje corporal se ha tenido también en cuenta en este bloque.

## **El bloque 4**

Actividad física y salud: está constituido por aquellos conocimientos necesarios para que la actividad física resulte saludable. Además, se incorporan contenidos para la adquisición de hábitos de actividad física a lo largo de la vida.