

UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA
SEDE QUITO

CARRERA:
EDUCACIÓN INTERCULTURAL BILINGÜE

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de: LICENCIADA EN
CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN DOCENCIA BÁSICA
INTERCULTURAL BILINGÜE**

TEMA:
**ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS PARA EL DESARROLLO DEL ÁMBITO DE
EXPRESIÓN CORPORAL EN PRIMER GRADO DE EDUCACIÓN
GENERAL BÁSICA EN LA UNIDAD EDUCATIVA NASACOTA PUENTO,
PARROQUIA JUAN MONTALVO, CANTÓN CAYAMBE**

AUTORA:
TATIANA MARICELA CHIMARRO TUTILLO

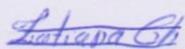
TUTORA:
LUZ MARINA VIERA MORENO

Quito, junio del 2018

Cesión de derechos de autor

Yo TATIANA MARICELA CHIMARRO TUTILLO, con documento de identificación N° 1724433527, manifiesto mi voluntad y cedo a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy/ autor del trabajo de grado/titulación intitulado: “ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS PARA EL DESARROLLO DEL ÁMBITO DE EXPRESIÓN CORPORAL EN PRIMER GRADO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA EN LA UNIDAD EDUCATIVA NASACOTA PUENTO, PARROQUIA JUAN MONTALVO, CANTÓN CAYAMBE”, mismo que ha sido desarrollado para optar por el título de: LICENCIADA EN EDUCACIÓN INTERCULTURAL BILINGÜE, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En aplicación a lo determinado en la Ley de Propiedad Intelectual, en mi condición de autor me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia, suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.



Nombre: Tatiana Maricela Chimarro Tutillo

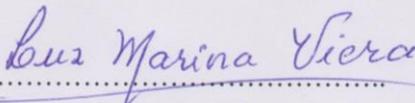
Cédula: 1724433527

Fecha: 8/05/2018

Declaratoria de coautoría del docente tutor

Yo LUZ MARINA VIERA MORENO, declaro que bajo mi dirección y asesoría fue desarrollado el trabajo de grado/titulación, titulado “ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS PARA EL DESARROLLO DEL ÁMBITO DE EXPRESIÓN CORPORAL EN PRIMER GRADO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA EN LA UNIDAD EDUCATIVA NASACOTA PUENTO, PARROQUIA JUAN MONTALVO, CANTÓN CAYAMBE” realizado por TATIANA MARICELA CHIMARRO TUTILLO, obteniendo un producto que cumple con todos los requisitos estipulados por la Universidad Politécnica Salesiana, para ser considerados como trabajo final de titulación.

Quito, mayo de 2018


.....
n

LUZ MARINA VIERA MORENO

1706528609

Documento o documentos de autorización



UNIDAD EDUCATIVA "NASACOTA PUENTO"

1° de Mayo Oe 2-91 y San Pedro

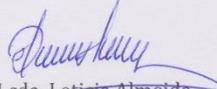
Telf. 2127505/233

Juan Montalvo – Cayambe

Certificado N° UE-NP-R-2018-01
Juan Montalvo, 07 de marzo de 2018

A petición verbal de la Srta. Chimarro Tutillo Tatiana Maricela, con número de cédula 1724433527, estudiante de la Universidad Politécnica Salesiana, **AUTORIZO** que la mencionada señorita utilice la información obtenida durante su investigación realizada en el nivel de Educación General Básica Preparatoria.

Atentamente,


Lcda. Leticia Almeida
RECTORA



Dedicatoria

*A mis padres, porque han sido mi inspiración para superarme,
con su apoyo incondicional he logrado una meta más en mi
vida.*

Agradecimiento

*A la Universidad Politécnica Salesiana, por brindarme la oportunidad
de poder profesionalizarme.*

*A mis maestros por compartir sus conocimientos los cuales servirán
para desempeñarme de una mejor manera en el ámbito profesional.*

Índice general

Introducción	1
1 Problema.....	2
1.1 Descripción del problema	2
1.2 Delimitación	4
1.3 Objetivos.....	4
1.4 Importancia y alcances	5
2 Fundamentación teórica.....	6
2.1 Expresión corporal	6
2.2 Aprendizaje	8
2.3 Inteligencia kinestésica.....	9
2.4 Características de desarrollo de los niños y niñas de 5 a 6 años	10
2.5 Conceptos pedagógicos a utilizarse.....	12
2.5.1 Estrategia	13
2.5.2 Actividades.....	14
2.6 Fundamentación curricular.....	16
2.7 La expresión corporal dentro del currículo	17
2.8 Expresión corporal y la filosofía ancestral.....	18
2.8.1 La expresión corporal y la dualidad.....	19
2.8.2 El ser humano en la cosmovisión andina	19
3 Metodología	20
4 Análisis de resultados	21
5 Propuesta metodológica	23
5.1 Estrategia: Circuitos motrices.....	24
5.2 Estrategia: Consignas motoras.....	29
5.3 Estrategia: Conociendo mi cuerpo.....	34
5.4 Estrategia: Viviendo las emociones.....	39
5.5 Estrategia: Creando movimientos	44
5.6 Estrategias: Jugando entre amigos	49
5.7 Estrategia: Jugando con mi cuerpo	53
5.8 Estrategia: Hora de competir	57
Conclusiones	62
Recomendaciones	63
Referencias.....	64
Anexos	67

Índice de tablas

Tabla 1. Especificaciones Circuitos Motrices	24
Tabla 2. La ronda redonda.....	25
Tabla 3. La ronda redonda.....	27
Tabla 4. Una hormiguita	27
Tabla 5. Especificaciones Consignas motoras	29
Tabla 6. La ronda redonda.....	30
Tabla 7. Hey luna	31
Tabla 8. Todo el mundo en esta fiesta	32
Tabla 9. Especificaciones Conociendo mi cuerpo.....	34
Tabla 10. Mi cuerpo	35
Tabla 11. El sol y la luna.....	37
Tabla 12. Especificaciones Viviendo las emociones	39
Tabla 13. Cuando salgo a jugar	40
Tabla 14. Si tú tienes muchas ganas	42
Tabla 15. Especificaciones Creando movimientos	44
Tabla 16. Un amigo	45
Tabla 17. Movimientos a imitar.....	47
Tabla 18. Especificaciones Jugando entre amigos	49
Tabla 19. Saliendo al patio	50
Tabla 20. Cinco amigas/os	51
Tabla 21. Especificaciones Jugando con mi cuerpo	53
Tabla 22. Vamos a bailar.....	54
Tabla 23. Hora de mover	55
Tabla 24. Especificaciones Hora de competir.....	57
Tabla 25. Pequeña hormiguita	58
Tabla 26. Saludemos al sol	60

Índice de figuras

Figura 1. Desarrollo del circuito 1	26
Figura 2. Desarrollo del circuito 2	28
Figura 3. Juego de consignas 2.....	33
Figura 4. Cierre “Conociendo mi cuerpo 2”	38
Figura 5. Perinola “Viviendo las emociones 1”	41
Figura 6. Desarrollo “Viviendo las emociones 2”	43
Figura 7. Desarrollo “Creando movimientos 1”	46
Figura 8. Desarrollo “Hora de competir 1”	59

Índice de anexos

Anexo 1. Formato entrevista a docentes	67
Anexo 2. Formato encuesta a padres de familia.....	69
Anexo 3. Formato de ficha de observación	72

Resumen

La propuesta parte de la investigación realizada en la institución educativa Nasacota Puento, de la que se extrajo información acerca del proceso de enseñanza-aprendizaje empleado en el ámbito de expresión corporal, en niños/as de nivel Preparatoria. El análisis de los datos encontrados me llevó a identificar algunas problemáticas en este ámbito, por consiguiente se ha visto necesario reforzar la estimulación en el área, brindando al maestro estrategias didácticas, creativas y sobre todo encaminadas a fortalecer las habilidades y destrezas de los estudiantes.

Las estrategias están basadas en la utilización de circuitos motores, juego de consignas, juegos de competencia y juegos cooperativos, en los que no solo utilizarán habilidades físicas, sino también cognitivas. Los objetivos planteados en cada una de las estrategias serán tomados del currículo educativo vigente, ya que el propósito de este trabajo es proponer una herramienta educativa que se encuentre en los parámetros actuales.

En este documento también se expone materiales elaborados con reciclaje, demostrando que se puede trabajar en el ámbito de expresión corporal sin realizar una gran inversión, sobre todo señalar que para enseñar solo se necesita de creatividad e interés.

Abstract

The proposal is based on the research carried out at the educational institution Nasacota Puento, from which information was extracted about the teaching-learning process used in the field of corporal expression, in children of the Preparatory level. The analysis of the data found led me to identify some problems in this area, therefore it has been necessary to reinforce the stimulation in the area, providing the teacher with didactic, creative strategies and above all aimed at strengthening the abilities and skills of the students.

The strategies are based on the use of motor circuits, set of slogans, games of competition and cooperative games, in which not only use physical skills, but also cognitive. The objectives set out in each of the strategies will be taken from the current educational curriculum, since the purpose of this work is to propose an educational tool that is in the current parameters.

This document also shows materials made with recycling, demonstrating that you can work in the field of corporal expression without making a large investment, especially pointing out that to teach you only need creativity and interest.

Introducción

Este documento presenta una serie de estrategias didácticas dirigidas al desarrollo del ámbito de expresión corporal, en niños de primer grado. La expresión corporal en estos estudiantes, es de carácter físico como cognitivo, cuyo proceso de estimulación permitirá a los niños/as vivenciar el aprendizaje mediante su cuerpo. El interés de este trabajo, es el de contribuir a la labor docente, brindando estrategias didácticas que les permitan cumplir con los objetivos planteados en el currículo educativo, enfocándose en estimular movimientos gruesos en los cuales los niños presentan dificultades, presentándolos como juegos novedosos, cuya única meta es la de aprender con diversión. Por último, se ha visto la necesidad de incorporar la concepción indígena sobre el ser humano, pues en esta se menciona que nuestro cuerpo nos permite conectarnos y relacionar con el mundo.

En el planteamiento del problema se describen las razones por las cuales se ha decidido trabajar este tema, para lo cual se plantea la resolución de tres preguntas, además de delimitar nuestro campo de investigación, y los objetivos planteados.

Se exponen distintas teorías y conceptos clave para la elaboración de las estrategias didácticas, como: las teorías de Piaget y Vygotsky, inteligencia kinestésica, conceptos pedagógicos, fundamentación curricular y la concepción indígena del cuerpo humano.

Además se explica la metodología que se utilizó para la elaboración de esta propuesta, y quienes serán sus destinatarios; y se presentan las estrategias didácticas, estimulando los movimientos gruesos en los que los niños presentan dificultades.

1 Problema

En el campo educativo, uno de los elementos con mayor importancia en el proceso de enseñanza-aprendizaje son las estrategias que el docente aplica en su quehacer diario. Por esto, es necesario que el docente cuente con variadas alternativas al momento de impartir sus clases.

1.1 Descripción del problema

El ámbito de expresión corporal en el desarrollo de niños y niñas es de gran importancia, ya que mediante este alcanzan un correcto conocimiento de su esquema corporal. Este ámbito, a nivel preparatorio, es tratado en el Currículo Educativo como la asignatura de Educación Física, por lo que las actividades que se proponen suelen ser cansadas y muchas veces repetitivas, además, la expresión corporal solo queda como un ejercitamiento en el que se pretende tonificar músculos y alcanzar un mejoramiento físico. Sin embargo, la expresión corporal va más allá de estos aspectos, pues en este podemos integrar habilidades y destrezas de los niños y niñas, tanto físicas como afectivas y cognitivas.

En las edades correspondientes a los niveles preparatorios, 5-6 años de edad, los niños y niñas son más activos, por ello es necesario proponer actividades entretenidas y novedosas, estrategias que les llamen la atención y, sobre todo, que ayuden a los docentes a estimular en ellos las habilidades motrices pertinentes a la edad. Además, se debe tomar en cuenta que los estudiantes de nivel preparatorio se encuentran en una etapa en la que el aprendizaje es vivencial, por ello es necesario relacionar los aprendizajes nuevos con experiencias y movimientos de su cuerpo, para que puedan interiorizar los conceptos.

Pese a que la expresión corporal nos permite “desarrollar en los niños el conocimiento y valoración de su cuerpo como un instrumento para la comunicación, incentivando su potencial creador e imaginativo, que le permita expresarse de una forma natural y libre, a través de su propio cuerpo” (Becerra López & Chuquimarca Guamán , 2011, pág. 30), se puede notar que los estudios realizados sobre el ámbito de expresión corporal se centran en la danza, pues en esta se emplean movimientos segmentados y libres del cuerpo. En el ámbito educativo podemos encontrar documentos y tesis que nos hablan de la importancia que tiene este ámbito en el desarrollo del niño, los cuales nos presentan conceptos y teorías respaldando estas ideas. Sin embargo, no tratan directamente estrategias y métodos a utilizarse en las aulas de clases, no proponen actividades novedosas para ejecutarlas con los niños, además en muchos de estos estudios proponen juegos de manera general sin limitar las edades de los participantes. Por lo antes expuesto, el desarrollo de este trabajo girara en torno a la siguiente interrogante: “¿Qué estrategias didácticas podrían utilizar los docentes para desarrollar habilidades y destrezas correspondientes al ámbito de expresión corporal, en niños de primer grado de Educación General Básica?

A esta interrogante le acompañan las siguientes preguntas directrices:

- ¿Por qué es importante aplicar la expresión corporal en el desarrollo de niños/as de 1er grado de Educación General Básica?
- ¿Mediante qué estrategias metodológicas se puede recopilar datos sobre el desenvolvimiento de niños/as, maestros/as en las clases?
- ¿Qué destrezas físicas se necesitan reforzar en los niños/as de 1er año?
- ¿Cómo ejecutar actividades de expresión corporal en niños/as respetando su madurez física, cognitiva y emocional?

1.2 Delimitación

La investigación se la realizó en la escuela “Nasacota Puento”, está ubicada en la provincia de Pichincha, cantón Cayambe, parroquia Juan Montalvo, calles Primero de Mayo 0e2-91 y San Pedro. Su modalidad es presencial, tanto matutina como vespertina, brinda su servicio desde el nivel educativo inicial hasta Educación General Básica. Los docentes que laboran en la institución son 40, y el número de estudiantes que asisten a la institución son alrededor de 1155, cabe resaltar que es la única de sostenimiento fiscal dentro de la parroquia. Esta escuela nace de la fusión de dos escuelas “Princesa Pacha” femenina 1926-1927 y “El Llano” masculino. En el año de 1991 cambió al nombre actual, ha estado funcionando durante 27 años.

Esta propuesta se centró en elaborar estrategias didácticas en el ámbito de expresión corporal dirigida a el primer año de Educación Básica Preparatoria que cuenta con 3 paralelos, aproximadamente con 30 estudiantes cada una, la población, en su mayoría es mestiza.

1.3 Objetivos

General:

- Proponer estrategias didácticas para el ámbito de expresión corporal dirigidas a Educación General Básica Preparatoria en la unidad Educativa Nasacota Puento, mediante la investigación en distintas fuentes bibliográficas y contrastando con la realidad, para proporcionar a los estudiantes actividades de aprendizaje novedosas que contribuyan a su formación.

Específicos

- Investigar la importancia que tiene la aplicación de la expresión corporal en las aulas de clase, en distintas fuentes bibliográficas, para tener bases que sustenten las nuevas estrategias.
- Observar actividades de expresión corporal, en niños del subnivel preparatorio, para analizar las metodologías y técnicas utilizadas por los o las maestras que servirán de guía para la creación de las estrategias.
- Contrastar las nuevas estrategias, dentro del aula de clase, para comprobar la eficacia de las mismas.

1.4 Importancia y alcances

Este trabajo se centra en concebir a la expresión corporal como un complemento para el desarrollo del conocimiento, ya que el combinar las actividades físicas con las mentales converge en el desarrollo integral del estudiante. Por lo tanto, las estrategias en este documento ayudarán al docente a estimular las actividades motoras del educando relacionándolas con los demás ámbitos del aprendizaje.

Otro de los propósitos es brindar a los docentes una herramienta educativa que se basa en los aprendizajes básicos imprescindibles planteados por el currículo nacional, que los motivará a seguir renovando los métodos de enseñanza que utilizan con sus estudiantes que son, directamente, los más beneficiados al experimentar nuevas formas de aprendizaje.

Por último, este trabajo incluye un enfoque intercultural, resaltando los conocimientos andinos sobre el cuerpo humano, brindando así estrategias prácticas que permitan a los estudiantes aprender más sobre su cultura, desestimando de esta forma la idea de que la cultura es solo baile o artesanías, sino que en esta también hay sabiduría y conocimiento.

2 Fundamentación teórica

Cada propuesta educativa se sustenta en teorías o conceptos que son clave para su desarrollo y funcionamiento, sobre todo, porque dichos temas afirman la intención de estas propuestas. Para la elaboración de esta guía se ha visto necesario tratar algunos temas y teorías vinculados al ámbito de expresión corporal, en los cuales se apoyará esta guía.

2.1 Expresión corporal

Importancia

El movimiento en el cuerpo está presente desde el momento en que nacemos, primero se manifiesta como reflejos de los cuales no tenemos control; sin embargo, a medida que vamos creciendo estos movimientos son controlados. Se aprende a responder con nuestro cuerpo ante distintos estímulos, además por medio de estos, podemos manifestar las distintas concepciones que tenemos del mundo, mediante nuestro cuerpo podemos expresar sentimientos y emociones sin pronunciar una sola palabra.

La expresión corporal en el desarrollo del niño/a de nivel preparatorio es de gran importancia, ya que para este, el movimiento no solo le permite caminar, correr o saltar, es decir, no se limita tan solo a actividades físicas dirigidas al cuidado del cuerpo, aunque esta característica sea parte fundamental de su concepción; para el niño/a la expresión corporal le permite comunicar lo que siente mediante movimientos. Los niños/as a nivel preparatorio, necesitan que sus clases sean activas, sin llegar a ser agotadoras, el adaptar los temas de clase, tomando como punto de partida su cuerpo, les permitirá asimilar de mejor manera los aprendizajes, debido a que estos serán vivenciales, es decir, se darán de manera concreta, ya que el niño relacionará las nociones y conceptos básicos con su cuerpo, como por ejemplo: al enseñarle al niño/a

la noción largo-corto, podemos partir desde sí mismo haciendo una comparación entre sus brazos que son más cortos con sus piernas que son más largas. Además, es de suma importancia que el niño/a de nivel preparatorio conozca su cuerpo y su funcionamiento. Por una parte, los movimientos finos les servirán para el proceso de escritura, en cambio los movimientos gruesos lo serán para su movilidad; por último, la expresión corporal les permitirá conocer y direccionar sus emociones e identificar las de los demás guiándose, únicamente, por sus expresiones.

Concepto

Dentro de los conceptos sobre la expresión corporal podemos encontrar los siguientes:

- “Disciplina cuyo objeto es la conducta motriz con finalidad expresiva, comunicativa y estética en la que el cuerpo, el movimiento y el sentimiento son instrumentos básicos” (Pacheco Montesdeoca, 2015, pág. 8).
- “Es el medio mediante el cual expresamos sensaciones, sentimientos, emociones y pensamientos. De esta forma el cuerpo se convierte en el elemento irremplazable de expresión humana, que permite ponerse en contacto con el medio y con los demás” (Batirola, y otros, 2012, pág. 10).

Se puede resaltar que en los dos conceptos, consideran al cuerpo como el espejo en el cual se reflejan los sentimientos y emociones internas del individuo, manifestándose exteriormente como gestos y movimientos, es decir, se transforman en conductas observables, las cuales le servirán para desenvolverse en su contexto. Sin embargo, para ampliar más estos conceptos es preciso analizar también la siguiente cita:

- “Las funciones corporales son funciones fisiológicas de los sistemas corporales (incluyendo las funciones psicológicas)” (OMS, 2001, pág. 37).

Con el análisis de estos conceptos podemos decir que:

La expresión corporal, es una comunicación no verbal, que utiliza al cuerpo como instrumento de comunicación y aprendizaje, el cual se obtiene de la relación del individuo con el contexto en el cual se desenvuelve permitiéndonos expresar ideas, sentimientos y emociones. Como prueba de esto tenemos, las distintas manifestaciones culturales a la hora de saludar, o cuando queremos expresar por medio de una danza nuestro agradecimiento o tributo a alguna deidad; en cada momento las personas están usando el movimiento y gesticulación, para comunicar algo.

2.2 Aprendizaje

A continuación analizaremos dos conceptos, que son dos puntos de vista que afianzarán el tema a tratar en esta propuesta.

Concepto

- “El aprendizaje es un cambio perdurable en la conducta o en la capacidad de comportarse de cierta manera, el cual es resultado de la práctica o de otras formas de experiencia” (Schunk, 2012, pág. 3).
- “Es un proceso que empieza cuando nacemos y concluye el día en que morimos; siempre aprendemos, independientemente de las circunstancias” (Guido, 2012, pág. 44).

El primero prioriza la idea de que el aprendizaje es un cambio observable en la conducta del individuo, debido a la práctica con que este lo ejecute día a día, además junto con las experiencias que este obtenga de las acciones que realice los aprendizajes perdurarán o cambiarán según la circunstancia, como puede ser el caso de un niño X, que tiene 5 años de edad y quiere aprender a saltar seguido en dos pies, este niño

práctica diariamente, lo hace de distintas formas, en unas alzando los brazos y otras sin combinar movimientos de brazos, hasta que lo consigue, de esta manera obtiene un nuevo aprendizaje, el mismo que será la base para otros.

El segundo menciona que las personas estamos en constante aprendizaje, nunca terminamos de aprender, pues al alcanzar un aprendizaje surgen nuevas preguntas las que nos llevan a querer aprender más, ahora se puede resaltar que este concepto afirma que el aprendizaje no está tanto en la práctica sino en el grado de impacto que cierta acción o vivencia tenga sobre el individuo, es decir, si a un niño vamos a enseñarle el color rojo y proponemos una actividad que capte su atención y sobre todo sea vivencial, este niño podrá recordar el color rojo sin necesidad de recurrir a la repetición cansona de la actividad.

2.3 Inteligencia kinestésica

Todas las personas somos distintas, cada uno interpreta al mundo de distintas formas, es por ello que la educación debe renovarse ofreciendo al individuo distintas formas de aprender, buscando siempre potencializar sus conocimientos, habilidades y destrezas. Cada persona aprende de una forma distinta, por ejemplo, al enseñar a los niños el tema de las plantas, no todos aprenderán escuchando la exposición del docente, algunos necesitarán observar gráficos de la planta, otros tendrán que tocar a la planta, otros deberán imaginar lo que se siente ser una planta, en fin cada niño es distinto. Pero esto no quiere decir que los estudiantes no pueden aprender dentro del aula de clase, sino más bien, es una invitación para que el docente busque estrategias variadas que ayuden al estudiante a sacar lo mejor de sí mismos.

En este caso haremos una breve referencia sobre la teoría de las inteligencias múltiples de Howard Gardner (2001), centrándonos en la inteligencia kinestésica.

La inteligencia kinestésica es el lenguaje del cuerpo, esta basa su teoría en que los estudiantes pueden aprender mediante el movimiento, relacionando las dimensiones y funciones del cuerpo para alcanzar los objetivos propuestos dentro de la planificación; a pesar de esto, se ha establecido una cierta separación entre lo físico y los procesos de aprendizaje, pues durante años se ha promovido a la expresión corporal como un conjunto de actividades de ejercitación física, con el objetivo de ejercitar el cuerpo, excluyendo de esta manera la difusión del aprendizaje de contenidos propuestos en el currículo educativo de maneras más integrales.

A través del movimiento el estudiante puede aprender diversos contenidos como por ejemplo cuando enseñamos los colores a los niños podemos proponerles que salten sobre las láminas que son solo de color amarillo, de esta manera, el niño, además de realizar una actividad física que contribuirá al desarrollo de una habilidad motriz, también estaría cumpliendo con uno de los objetivos de aprendizaje vinculado con el ámbito de lógica matemático; cómo podemos analizar en el ejemplo anterior, la expresión corporal se puede integrar con los demás ámbitos de aprendizaje incluidos en el currículo educativo.

2.4 Características de desarrollo de los niños y niñas de 5 a 6 años

Es necesario conocer las características evolutivas de los niños y niñas de 5-6 años, que cursan el subnivel de educación básica preparatoria, esto nos permitirá tener un acercamiento a las habilidades y destrezas que se desarrollan en esta etapa.

Según la teoría de Piaget estos niños/as están ubicados en el periodo pre-operacional, en esta etapa aprenden a usar símbolos e imágenes internas aunque su pensamiento sigue siendo ilógico y de carácter simbólico (Herranz Ybarra & Delgado Egido, 2012).

Las características dentro de esta etapa son: animismo los niños suelen atribuir vida a objetos inanimados, artificialismo incapacidad básica para diferenciar el mundo interior con el mundo exterior, realismo cuando el niño relaciona su mundo imaginario con el real, centración: poner atención en una sola característica de un objeto, egocentrismo: el niño solo toma su punto de vista, ignorando el de los demás (Villegas Acevedo, 2010).

Conocer estos aspectos nos servirá para direccionar las nuevas estrategias, saber cómo utilizarlas y qué tipo de actividades proponer. Basándonos en las características de desarrollo propias de la edad del nivel preparatorio, podremos proponer estrategias que respeten el desarrollo evolutivo de los niños, sin forzarlos, pero también estimular sus habilidades y destrezas, usando como herramientas el desarrollo propio de la edad.

Debemos tomar en cuenta la teoría de Vygotsky, la cual enfatizaba que “el aprendizaje es el resultado de la interacción social; en la interacción con los demás se adquiere conciencia de uno mismo [...] a mayor interacción social, mayor conocimiento” (Aguilar & Bize, 2011, pág. 97). Es decir, el niño/a aprende de las relaciones y vivencias que tenga con sus compañeros, maestros entre otros. En su teoría enfatiza el uso del juego como forma de aprendizaje, pues mediante este, manifiestan su comprensión e interpretación del mundo. También, en su teoría resalta el concepto de la Zona Proximal de Desarrollo que es “el espacio en que gracias a la integración y a la ayuda de otros, una persona puede trabajar y resolver un problema o bien efectuar un trabajo con un nivel que no sería capaz sin apoyo” (Aguilar & Bize, 2011, pág. 96). En este punto es donde se resalta la labor de los docentes, ya que estos cumplen un papel de mediadores entre lo que el estudiante hace o conoce y lo que este puede llegar

a hacer o a conocer, las estrategias que el maestro utilice serán fundamentales para que el estudiante interiorice los aprendizajes.

En cuanto al desarrollo motor de esta edad, podemos distinguir que sus huesos y músculos son más fuertes y su capacidad pulmonar es mayor, lo que les permite realizar actividades físicas más rápidas y con mayor coordinación, puede saltar con impulso distancias de 7 cm a 9 cm, alterna los pies, salta en un pie distancias de 4, 8 m (Papalia, Wendkos Olds, & Duskin Feldman, 2001).

Los niños van entendiendo de manera gradual las emociones, conforme estos van interactuando con las personas a la vez que van creciendo, los niños pueden entender que las emociones pueden presentarse de manera positiva o negativa (Papalia, Wendkos Olds, & Duskin Feldman, 2001). Sin embargo, para saberlas identificar y direccionar en cada uno, los niños necesitan ayuda, aquí es fundamental la intervención docente, ya que “estas preocupaciones resultan obsesivas cuando los niños se encuentran solos y no tienen a nadie con quien compartirlas” (Goleman , 1995, pág. 168).

2.5 Conceptos pedagógicos a utilizarse

Es necesario reconocer el significado de cada concepto educativo a utilizarse, ya que muchos de estos se los suele interpretar de la misma forma o a su vez se los suele confundir, ya que todos persiguen un mismo fin que es el de ayudar en el proceso de enseñanza aprendizaje. Los conceptos que citaremos a continuación hacen referencia al trabajo que proponemos.

2.5.1 Estrategia

En este caso analizaremos los siguientes conceptos, los mismos que nos darán un punto de vista distinto de estrategia desde el plano docente y otro desde el educando. Identificar estas diferencias nos ayudarán a comprender el impacto que tiene el uso de estrategias en cada rol dentro del plano educativo.

“Estrategias de enseñanza se conciben como los procedimientos utilizados por el docente para promover aprendizajes significativos, implican actividades consientes y orientadas a un fin” (Ministerio de la Protección Social Servicio Nacional de Aprendizaje, 2013, pág. 8). Este concepto está dirigido hacia la labor docente, el cual implica un proceso ordenado, que se lo debe elaborar con anterioridad, buscando obtener mejores resultados en cuanto al aprendizaje del estudiante. Este proceso incluye una organización, no solo de las temáticas, sino también de las habilidades y destrezas que queremos que dominen los estudiantes.

“Estrategias de aprendizaje, constituyen actividades consientes e intencionales que guían las acciones a seguir para alcanzar determinadas metas de aprendizaje por parte del estudiante” (Ministerio de la Protección Social Servicio Nacional de Aprendizaje, 2013, pág. 9). Las estrategias de aprendizaje, como lo menciona el anterior concepto, son utilizadas por el estudiante, son las formas como este se organiza para poder estudiar o para poder comprender los temas tratados en clase, estas pueden ser diversas ya que cada estudiante aprende de manera distinta, así que es de vital importancia que estos experimenten con distintas estrategias para acercarse a aquella que más se acomode a su manera de interiorizar los aprendizajes.

Con estos dos conceptos podemos concluir que tanto estudiantes como docentes utilizan estrategias para alcanzar los objetivos de aprendizaje propuestos en el

Currículo de Educación. Por su parte, el estudiante utiliza las estrategias de aprendizaje que le ayudarán a interiorizar lo aprendido, a su propia manera y ritmo; en cambio los docentes utilizan las estrategias de enseñanza que les servirán para transmitir los conocimientos a varios estudiantes, por esto el maestro debe estar consciente de la gran responsabilidad que tiene, pues a su cargo está el aprendizaje de muchos chicos. El maestro debe contar con un sinnúmero de estrategias que le ayuden a llegar con los conocimientos a todos sus estudiantes, estas deben ser variadas y llamativas con el fin de que cada educando logre alcanzar los objetivos propuestos.

2.5.2 Actividades

Las actividades son de gran importancia dentro de una planificación de clase, ya que son acciones dirigidas al estudiante, dichas acciones servirán para que este interiorice los temas de clase. “Las actividades de aprendizaje sirven para aprender, y esta es su finalidad principal. Sólo en segundo lugar sirven para comprobar (evaluar) lo que se ha aprendido” (Wilma, 2010, pág. 19). Como se menciona en la frase anterior, las actividades tienen como finalidad el aprendizaje del estudiante, aunque debemos analizar el tipo de actividades que se plantea según las materias escolares, como por ejemplo: en la materia de matemáticas se emplean actividades que involucran la memorización de fórmulas o como en el caso de Educación Física (materia que se encuentra ligada a la expresión corporal) se suelen utilizar actividades que involucren el esfuerzo físico, muchas veces, desvinculando el aspecto motor con el cognitivo; debemos entonces hacer una breve reflexión acerca de la educación integral, en la que se enfatiza la vinculación de todas las materias, ya que si nos ponemos a pensar es así como funciona el mundo, todo se interrelaciona, todo está entrelazado, nada actúa por separado.

El integrar las materias es de utilidad, pues podremos invitar a nuestros estudiantes a aprender de maneras variadas, como por ejemplo: al enseñarles a los niños/as una clase sobre las plantas, podríamos plantearles una actividad en que ellos imiten como es ser un árbol, invitando a los niños/as a permanecer inmóviles con los ojos cerrados explorando con nuestros sentidos; cómo podemos ver en el ejemplo anterior hemos incluido dos ámbitos para enseñar un solo tema, por un lado tenemos al ámbito de descubrimiento y comprensión del medio natural y cultural, pues estamos hablando de las plantas, y por otro lado, tenemos al ámbito de expresión corporal al proponerles a los estudiantes la actividad de imitación de un árbol, debido a que el niño/a para realizar esta actividad tendrá que utilizar su cuerpo de manera más profunda, buscando primero una posición física que le permita parecer un árbol, pese a que permanecerá inmóvil, el niño tendrá la oportunidad de trabajar con sus sentidos y dar vida por medio de su cuerpo a un ser que es vital para nosotros.

En este punto debemos considerar que la expresión corporal no solo involucra movimientos con gran ejercitación, sino también se utilizan actividades más relajadas, pues de esta manera estamos uniendo a nuestro cuerpo con nuestra mente, lo que nos permitirá establecer una mejor conexión entre los temas tratados, relacionándolos con lo concreto, que vendría a ser nuestro cuerpo.

Las actividades que se deben proponer dentro de la expresión corporal a nivel preparatorio deben ser llamativas y sobre todo contribuir a que el niño aprenda de manera divertida, además de esto, las actividades deben ir acorde a la edad y zona geográfica. Las dinámicas de aprendizaje en expresión corporal deben contribuir a alcanzar los objetivos de aprendizaje planteados en el currículo, adaptando el uso del movimiento de nuestro cuerpo para aprender temáticas relacionadas con otros ámbitos.

2.6 Fundamentación curricular

Cada institución educativa ya sea pública o privada, es libres de emplear cualquier método, estrategias o técnicas dentro de sus aulas de clase; o a su vez elegir ciertos aspectos que las pueden llegar a diferenciar, como por ejemplo: incluir dentro de su malla curricular el idioma francés o impartir alguna ideología religiosa etc., sin embargo, todas estas instituciones deben regirse al currículo establecido por el Estado, siendo la institución que lo representa en el ámbito educativo el Ministerio de Educación, el cual establece ciertos objetivos de aprendizaje que todo estudiante, sin importar en que institución se encuentre, debe cumplirlos, la decisión de cómo lograr que estos objetivos se cumplan es de cada institución (Ministerio de Educación, 2016).

En el año 2016 se aprobó el Currículo de los Niveles de Educación Obligatoria, el cual busca de alguna forma suplir con las demandas que la sociedad le hace en cuanto a los profesionales; ya que en la época actual ya no se aceptan las escuelas tradicionales, que se dedicaban a formar máquinas humanas o mano de obra destinadas a la servidumbre para las industrias, ahora lo que la sociedad demanda es de personas emprendedoras e innovadoras. El currículo actual se centra más en el uso de una pedagogía constructivista, pues permite incentivar en el estudiante aprendizaje más participativo.

En el subnivel de Educación General Básica podemos observar las siguientes características:

- Comprende un único grado (primer grado), por lo general abarca niños/as en edades de 5^a 6 años.
- Las estrategias al usarse en este subnivel deben ser “lúdicas y provocar disfrute en los niños y en las niñas, de tal manera que su inicio en la

escolaridad obligatoria sea placentera y motivante” (Ministerio de Educación, 2016, pág. 288).

- Se utilizan tres documentos curriculares: currículo integrador, currículo específico y currículo de Educación Física.

2.7 La expresión corporal dentro del currículo

En el actual currículo educativo podemos encontrar que el ámbito de expresión corporal se lo trata en la materia de educación física, el cual pretende que el niño/a tome conciencia de cuerpo, además de habilitar la construcción de su propio lenguaje corporal. En el ámbito tenemos los siguientes aprendizajes básicos imprescindibles que se presentan en el currículo del 2016, citados a continuación:

EF.1.7.1.Reconocer estados de ánimo, sensaciones y emociones (alegría, tristeza, aburrimiento, enojo, frío, calor, entre otras.) para crear, expresar y comunicar mensajes corporales (gestuales convencionales y/o espontáneos). (En Educación Física EF.1.3.1.)

EF.1.7.2. Usar gestos convencionales y/o espontáneos, habilidades motrices básicas, posturas, ritmos y tipos de movimiento (lento, rápido, continuo, discontinuo, fuerte, suave, entre otros.) como recursos expresivos para comunicar los mensajes producidos. (En Educación Física EF.1.3.2.)

EF.1.7.5. Crear, expresar, comunicar e interpretar mensajes corporales individuales y con otros de manera espontánea. (En Educación Física EF.1.3.5.)

EF.1.7.6. Establecer acuerdos con otros que les permitan participar en prácticas corporales expresivo-comunicativas. (En Educación Física EF.1.3.6.). (Ministerio de Educación, 2016, pág. 318).

Como podemos observar, dentro de estos aprendizajes básicos imprescindibles se incluyen tanto objetivos de ejercitación como de comunicación no verbal, incluyendo aspectos emocionales. El desarrollo de estos aprendizajes son de gran importancia dentro del desarrollo del niño/a, ya que su no tratamiento podría repercutir en el desarrollo del niño/a e incluso interrumpir con los demás objetivos de aprendizaje planteados para el siguiente subnivel.

2.8 Expresión corporal y la filosofía ancestral

Las culturas tienen su manera de conocer e interpretar al mundo, cada una cuenta con saberes que se basan en sus vivencias y experiencias. Saberes que muchas veces han sido desplazadas del campo educativo, esto ha hecho que se adopte una educación con bases occidentales, sin tomar en cuenta la riqueza y el conocimiento que encierra la sabiduría ancestral. La Constitución (2008), menciona en el artículo 27 que la educación, además de obligatoria, debe ser intercultural.

La interculturalidad debe ser tratada como “una práctica cotidiana y constante de respeto mutuo de los valores que tiene cada cultura” (Dirección Nacional del Educación Intercultural Bilingüe, 2004, pág. 21), para lograr este respeto entre culturas es necesario que las personas conozcan principalmente su cultura, ya que solo fortaleciendo su propia identidad podan valorar y respetar a las demás culturas (Dirección Nacional del Educación Intercultural Bilingüe, 2004).

2.8.1 La expresión corporal y la dualidad.

La dualidad, dentro de la cosmovisión andina, es la teoría de que cada elemento tiene un complemento, de este nace “el principio de reciprocidad, que es cuando diferentes actos se condicionan mutuamente (inter-acción) de tal manera que el esfuerzo o la inversión en una acción por un actor será recompensado por un esfuerzo o una inversión de la misma magnitud por el receptor” (Estermann, 1998, pág. 132).

Partiendo de esta teoría podríamos deducir que el cuerpo y la mente tienen una relación de reciprocidad, ya que lo que se estimule en uno repercutirá en el desarrollo del otro, es decir, tanto lo físico y lo mental van de la mano, no podemos separarlos.

2.8.2 El ser humano en la cosmovisión andina

El cuerpo humano, en la cosmovisión andina, es mucho más que una segmentación de extremidades superiores, inferiores y tronco; este tiene una relación o conexión con el mundo y la vida. Según la cosmovisión andina, el ser humano está compuesto por tres esferas, uku pacha, kay pacha, hanan pacha.

Uku pacha comprende la zona pélvica y el aparato sexual, siente y proyecta fuerza, el principio que rige esta esfera es munay amar. Kay pacha comprende el ombligo, el estómago y el corazón, es el equilibrador del mundo, su principio es llankay el trabajar o el hacer. Hanan pacha cabeza, razona y descifra palabras, principio Yachay sabiduría (Lajo, 2003).

3 Metodología

El método que se utilizó en este trabajo es el inductivo, ya que parte de la recolección y registro de datos, para obtener información, la misma que sirvió para la identificación del problema. Entre las técnicas que se utilizaron se encuentran la observación, la entrevista y la encuesta.

Primero se realizó una investigación bibliográfica de tipo exploratoria, la cual se empleó para direccionar esta propuesta, diferenciando los aspectos que se tomarán en cuenta para ser reforzados en el ámbito de expresión corporal en niños/as de 5-6 años.

Para poder continuar con la investigación fue necesario solicitar el acceso a la institución en la Dirección Distrital 17D10 Cayambe - Pedro Moncayo. Se continuó con una observación directa de las clases de los tres paralelos de primer año, esta buscó levantar información sobre tres aspectos: la participación de los estudiantes durante la clase, la planificación adecuada para las clases y el desenvolvimiento de las maestras. Esta pretendía registrar las actitudes de maestros y estudiantes, además de las estrategias que utiliza la docente para lograr captar la atención de los docentes.

La entrevista (anexo 1), diseñada con 11 preguntas, las mismas que están destinadas a reconocer el grado de conocimientos que tienen las docentes sobre el ámbito de expresión corporal. Las encuestas dirigidas a los padres de familia, constan de 13 ítems, que nos dan la pauta de cuanto saben sobre las habilidades aprendidas en la institución y que sus hijos demuestran en el hogar. Este proceso nos sirvió para diseñar las estrategias propuestas en la siguiente sección, las mismas que siguen un proceso organizado, cumpliendo con los objetivos propuestos en el currículo educativo, además de proponer actividades que llaman la atención de los niños.

4 Análisis de resultados

Para poder detectar los principales problemas existentes en las aulas de clases se realizó una investigación previa en la escuela “Nasacota Puento” las mismas que se describen a continuación.

Resultados de las encuestas dirigidas a los padres de familia (anexo 2).

La encuesta estuvo dirigida a los padres de familia, pues es conveniente saber qué tanto conocen sobre las actividades que realizan sus hijos en de la institución, y los conocimientos que demuestran en las acciones cotidianas; se la realizó a los padres de familia del primero “B”, a un total de 21 participantes.

En la mencionada encuesta se pudo reflejar que la asignatura que más les gusta a los niños es Educación Física, he aquí la importancia de su tratamiento, pues siendo esta la materia que más les llama la atención, podríamos encaminarla para que el estudiante, mediante esta, desarrolle distintos aprendizajes.

También podemos ver que el 38% de los estudiantes dedican parte de su tiempo a los juegos electrónicos, lo que es preocupante ya que es un porcentaje elevado.

Observación de actividades de los estudiantes

La observación se la llevó acabo en 5 clases de expresión corporal, a un aproximado de 90 niños, de estas se pudo observar las siguientes deficiencias:

- Problemas de equilibrio al pararse en un pie.
- Problemas en coordinar movimientos de motricidad gruesa.
- Salto en dos pies a una altura de 15 cm, de manera seguida.

Observación de clases (anexo 3):

La observación de clases se la realizó en tres grados de nivel preparatorio, en 5 clases de expresión corporal, de las cuales se puede extraer la siguiente información:

- No existe un proceso claro al momento de realizar las clases, si bien es cierto, cumplen con el objetivo planificado, las actividades propuestas son cansadas y cambian de temática constantemente.
- Solo una de las docentes realizó ejercicios de relajación, sin embargo, se la hizo en la mitad de la clase y no al final.
- Las actividades se centraron en su gran mayoría en el correr, saltar.
- El material utilizado no fue variado.
- Los ejercicios de calentamiento consistían en correr suavemente o se pasaba directo a las actividades.
- Las clases carecen de un enfoque intercultural con respecto a la expresión corporal.

5 Propuesta metodológica

He basado estas estrategias principalmente en el uso de circuitos, pues son muy flexibles a la hora de crear combinaciones de traslación, que permitan estimular de manera más dinámica y divertida el ámbito de expresión corporal. Los circuitos consisten en colocar distintos obstáculos en el piso del aula o en el patio, se combinará diferentes formas de superarlos, estimulando de esta manera las habilidades motrices gruesas. También utilizaremos los juegos de consignas, para reforzar en los niños el cumplimiento de las reglas y acuerdos mutuos; incluiremos el trabajo cooperativo para consolidar la unión y respeto entre compañeros.

Integraremos además la concepción andina sobre el cuerpo humano, traduciendo estos conceptos en movimientos motrices, resaltando la relación que tiene el desarrollo de cada parte del cuerpo con el medio.

5.1 Estrategia: Circuitos motrices

Tabla 1. Especificaciones Circuitos Motrices

Edad:	5 años
Tiempo:	1h pedagógica
Objetivo:	O.EF.1.3. Desempeñar de modo seguro prácticas corporales (lúdicas y expresivo-comunicativas) que favorezcan el desarrollo de las habilidades motrices básicas, y de manera específica, la motricidad gruesa y fina, de acuerdo a sus necesidades y a las colectivas, en función de las prácticas corporales que elijan. (Ministerio de Educación, 2016, pág. 367).
Destreza	EF.1.2.3. Vivenciar distintas habilidades motrices básicas (correr, saltar, lanzar, trepar, rodar, rolar, empujar, traccionar, girar, entre otras), acrobacias y destrezas, identificando los modos en que las realiza y sus posibles combinaciones, —qué acciones realizan las diferentes partes del cuerpo—, reconociendo las diferencias entre ellas (por ejemplo, entre correr y rolar). (Ministerio de Educación, 2016, pág. 369).
Especificaciones	<p>Inicio</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organizar a los niños y brindar las consignas necesarias para la actividad. <p>Calentamiento</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar ejercicios combinados, que prepararan al cuerpo para la actividad a realizarse. <p>Circuito</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cruzar los obstáculos colocados intencionalmente, para estimular en el niño o niña las diversas formas de desplazamiento según los objetivos planteados. <p>Relajación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejercicios de respiración y recuperación del ritmo.

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

CIRCUITO 1

<p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Colchoneta • Soga gruesa o cinta • Obstáculo (caballete) • 3 Ulas 21cm de radio
--

Inicio

- Ubicar a los niños y niñas, de manera circular, entonando la canción:

Tabla 2. La ronda redonda

La ronda, la ronda, la ronda redonda,	(Se ubican formando una circunferencia, tomándose de las manos)
Te saluda señor sol,	(Estiramos las manos hacia el cielo, y las movemos en forma de saludo)
Aquí estoy, aquí estoy,	(Dando dos pisotones)
Soy una semilla,	(Agachándose o sentándose)
Que pronto crecerá,	(Levantándose dando un salto)
Buenos días amiguitos ¿cómo están?	(Gesto saludo y pregunta)
¡Muy bien!	(Saltar con los brazos extendidos)

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

Calentamiento

Dinámica de imaginación “toma una nube”, consiste en fingir que tomamos una nube, la ejecutaremos de la siguiente manera.

- Unimos nuestras manos, nos agachamos abriendo un poco las piernas, y empezamos a mover nuestras manos como si fuera un columpio.
- Realizamos un movimiento de izquierda y derecha estirando nuestros brazos, permaneciendo inmóviles nuestras piernas, solo movemos nuestro tronco.
- Poner una mano en el piso y la otra la levantamos.
- Flexionamos las piernas, primero la derecha, luego la izquierda, haciendo que la nube pase por debajo.
- Nos sentamos estirando los pies y levantamos a la nube con nuestros pies.

Circuito

- Gatear por la colchoneta.
- Caminar sobre una línea o soga.
- Saltar por los obstáculos (caballete)
- Caminar sobre la línea o soga.
- Saltar con un pie por las ulas.

Figura 1. Desarrollo del circuito 1



Fotografía tomada por Tatiana Chimarro (2018).

Cierre

- Realizar competencia entre niños y niñas, repitiendo el circuito.

Relajación

- Tomar asiento
- Colocar las piernas en forma de mariposa.
- Levantar lentamente nuestro brazo derecho, después el brazo izquierdo.
- Unimos las manos y las vamos bajando lentamente.
- A la vez vamos respirando de manera lenta.

CIRCUITO 2

Recursos:

- Colchoneta
- 4 ulas
- Conos o botellas
- Pelota pequeña

Inicio

- Ubicar a los niños y niñas de manera circular, utilizando la siguiente canción:

Tabla 3. La ronda redonda

La ronda, la ronda, la ronda redonda,	(Se ubican formando una circunferencia, tomándose de las manos)
Te saluda señor sol,	(Estiramos las manos hacia el cielo, y las movemos en forma de saludo)
Aquí estoy, aquí estoy,	(Dando dos pisotones)
Soy una semilla,	(Agachándose o sentándose)
Que pronto crecerá,	(Levantándose dando un salto)
Buenos días amiguitos ¿cómo están?	(Gesto saludo y pregunta)
¡Muy bien!	(Saltar con los brazos extendidos)

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

Calentamiento

- Iniciaremos con la siguiente canción:

Tabla 4. Una hormiguita

Fui a la cocina a tomar un té y una hormiguita me pico en el pie.	(fingir que se está bebiendo con una taza)
Yo sacudía sacudía, sacudía, pero la hormiguita no se iba.	(sacudir el pie una y otra vez)
Fui al comedor a comer frutilla y una hormiguita me picó en la rodilla.	(fingir que se está comiendo algo)
Yo sacudía, sacudía, sacudía, pero la hormiguita no se iba.	(mover las rodillas, de adentro hacia a fuera)
Fui al baño a ser pipi y una hormiguita me pico aquí.	(levantar un poco, la cadera)
Yo sacudía, sacudía, sacudía, pero la hormiguita no se iba.	(mover las caderas agachándose un poco)
Fui al cuarto a tocar el piano y una hormiguita me picó en la mano.	(fingir que se está tocando el piano)
Yo sacudía sacudía, sacudía, pero la hormiguita no se iba.	(sacudir las manos una y otra vez)

Nota: Adaptado de la canción “Fui al mercado - Canciones y Clásicos infantiles” (El Reino Infantil , 2015).

Desarrollo

- Formar dos filas.
- Saltar por las uñas en dos pies.
- Reptar por la colchoneta.

- Cruzar obstáculos (conos o botellas) en un recorrido de zic-zac.
- Lanzar una pelota pequeña a través de la ula.

Figura 2. Desarrollo del circuito 2



Fotografía tomada por Tatiana Chimarro (2018).

Cierre

- Realizar el circuito en postas.

Relajación

- De pie, abrir un poco las piernas, con las manos en los muslos (opcional cerrar los ojos).
- Lentamente, levantar los brazos de manera horizontal, mientras respiramos despacio.
- Nos quedamos, unos segundos con las manos cruzadas, luego bajar lentamente.

5.2 Estrategia: Consignas motoras.

Tabla 5. Especificaciones Consignas motoras

Edad:	5 años
Tiempo:	1h pedagógica
Importancia:	Las consignas dentro del ámbito educativo cumplen un papel orientador, son premisas propuestas por el docente, las mismas que tienen un carácter cognitivo ya que el niño/a debe analizar las destrezas que tendrá que usar para cumplir la consigna, y si esto además agregamos que estas consignas estarán dirigidas al desarrollo y potenciamiento de habilidades y destrezas motoras de los estudiantes.
Objetivo:	O.EF.1.2. Reconocer (en todas las dimensiones: motriz, emocional, conceptual, entre otras), sus posibilidades de participación en prácticas corporales individuales y con otras personas (Ministerio de Educación, 2016, pág. 367).
Destrezas	EF.1.3.2. Usar gestos convencionales y/o espontáneos, habilidades motrices básicas, posturas, ritmos y tipos de movimiento (lento, rápido, continuo, discontinuo, fuerte, suave, entre otros) como recursos expresivos para comunicar los mensajes producidos (Ministerio de Educación, 2016, pág. 369).
Especificaciones	Inicio <ul style="list-style-type: none">• Este consiste en organizar a los niños y brindar las consignas necesarias para la actividad. Calentamiento <ul style="list-style-type: none">• Combinación de ejercicios, que prepararan al cuerpo para la actividad a realizarse. Juego de consignas <ul style="list-style-type: none">• Dar órdenes sencillas, que involucren cambios de movimientos. Relajación <ul style="list-style-type: none">• Ejercicios de respiración.

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

JUEGO DE CONSIGNAS 1

Recursos:

- Tambor

Inicio

- Ubicar a los niños y niñas de manera circular, para esto podemos utilizar una canción en este caso utilizaremos la siguiente canción:

Tabla 6. La ronda redonda

La ronda, la ronda, la ronda redonda,	(Se ubican formando una circunferencia, tomándose de las manos)
Te saluda señor sol,	(Estiramos las manos hacia el cielo, y las movemos en forma de saludo)
Aquí estoy, aquí estoy,	(Dando dos pisotones)
Soy una semilla,	(Agachándose o sentándose)
Que pronto crecerá,	(Levantándose dando un salto)
Buenos días amiguitos ¿cómo están?	(Gesto saludo y pregunta)
¡Muy bien!	(Saltar con los brazos extendidos)

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

Calentamiento

- Dinámica mi cuerpo quiere (vamos cantando mi cuerpo quiere que mueva).
- Sacudimos los pies despacio.
- Movemos las rodillas de adentro hacia afuera.
- Abrimos las piernas ponemos las manos en la cintura y la movemos de un lado a otro.
- Movemos los hombros de arriba hacia abajo.
- Nos estiramos con los brazos extendidos.

Desarrollo de juego de consignas

- Realizar movimientos en el mismo lugar, según el sonido de un tambor, rápido y lento.
- Realizaremos la siguiente dinámica:

Tabla 7. Hey luna

¡Hey luna!	
¡Me ves, me ves!	
Con cinco pasos te veré	Dar cinco pasos hacia adelante.
¡Hey luna!	
¡Me ves, me ves!	
Con tres saltitos te veré.	Dar tres saltos hacia adelante.
¡Me ves, me ves!	
Con seis pasos cortos te veré.	Dar seis pasos cotos hacia atrás

Nota: Elaborado por Tatiana Chamarro (2018).

La dinámica continuara siempre cambiando la manera de trasladarse.

Relajación

- De pie levantamos las manos.
- Inclinarsse hacia adelante tratando de topar el piso y volvemos a la posición de pie.
- Con las manos en la cintura y las piernas entre abiertas, giramos hasta la mitad, sin mover los pies de nuestro lugar.
- Sacudimos los pies despacio.

JUEGO DE CONSIGNAS 2

Recursos:

- Dado de acciones
- Dado de números

Inicio:

- Cantar “Todo el mundo en esta fiesta”

Tabla 8. Todo el mundo en esta fiesta

Todo el mundo	Levantar las manos unidas, desde el centro del ombligo hacia afuera.
En esta fiesta, se tiene que divertir	Señalar el piso mientras, saltamos.
Todo aquello que yo haga	Abrir las manos, luego cerrarlas uniéndolas en el pecho
Lo tendrás que repetir	Señalar a los demás
Ha aplaudir a aplaudir, todo el mundo a aplaudir,	Aplaudir
Todo el mundo	Levantar las manos unidas, desde el centro del ombligo hacia afuera.
En esta fiesta, se tiene que divertir	Señalar el piso mientras, saltamos.
Todo aquello que yo haga	Abrir las manos, luego cerrarlas uniéndolas en el pecho
Lo tendrás que repetir	Señalar a los demás
A levantar las manos a levantar las manos todo el mundo a levantar las manos.	Levantar las manos
Todo el mundo	Levantar las manos unidas, desde el centro del ombligo hacia afuera.
En esta fiesta, se tiene que divertir	Señalar el piso mientras, saltamos.
Todo aquello que yo haga	Abrir las manos, luego cerrarlas uniéndolas en el pecho
Lo tendrás que repetir	Señalar a los demás
Ha saltar a saltar todo el mundo a saltar.	Saltar

Nota: Adaptado de la canción “Todo el mundo en esta fiesta” (CantaJuegoVEVO, 2010).

Calentamiento

- Unir las manos y estirarlas hacia arriba.
- Estirar las manos hacia el lado derecho flexionando la pierna derecha y estirando la pierna izquierda.
- Estirar las manos hacia el lado izquierdo flexionando la pierna izquierda y estirando la pierna derecha.
- Intentar tocarse los pies.

Juego de consignas

- Colocarse en forma de círculo.
- Lanzar el dado de acciones.
- Lanzar el dado de los números.
- Ejecutar la acción repitiéndola el número de veces que salió en el dado.

Cierre

- Pedir a los niños que formen una línea horizontal.
- Pedir a dos niños que mencionen números de una cifra, estos números los vamos a sumar o restar.
- Los niños avanzarán según el resultado de la operación.

Relajación

- Abrir ligeramente las piernas.
- Estirar los brazos de forma horizontal, con las palmas hacia arriba, mientras inhalamos lentamente.
- Bajar los brazos lentamente mientras exhalamos con las palmas hacia abajo.
- Repetir cinco veces con los ojos cerrados.

Figura 3. Juego de consignas 2



Fotografía tomada por Tatiana Chimarro (2018).

5.3 Estrategia: Conociendo mi cuerpo

Tabla 9. Especificaciones Conociendo mi cuerpo

Edad:	5 años
Tiempo:	1h pedagógica
Objetivo:	OG.EF.7. Acordar y consensuar con otros para compartir prácticas corporales, reconociendo y respetando diferencias individuales y culturales (Ministerio de Educación, 2016, pág. 371).
Destrezas	EF.1.2.1. Identificar y nombrar las diferentes partes del cuerpo, vivenciar las distintas posiciones que adopta (sentado, arrodillado, cuadrupedia, parado, de cúbico dorsal -boca arriba-, ventral -boca abajo- y lateral) y las posibilidades de movimiento que tienen (por ejemplo, los movimientos que se pueden hacer con los dedos de las manos y los pies) durante la realización de prácticas gimnásticas (Ministerio de Educación, 2016, pág. 373).
Especificaciones	<p>Consiste en priorizar el conocimiento andino sobre el cuerpo del ser humano y como los pueblos lo conciben.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Uku pacha: fuerza • Kay pacha: equilibrio • Hana pacha: razón <p>Las actividades giraran en torno a estos tres aspectos.</p> <p>Inicio</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dar consignas de comportamiento. • Integrar al grupo, mediante canciones con consignas de movimientos. <p>Calentamiento</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar ejercicios de estiramiento de las áreas musculares que vamos a utilizar, dependiendo de la actividad. <p>Desarrollo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vincular la sabiduría andina con los movimientos corporales. <p>Relajación</p> <p>Recuperar el ritmo, para regresar a sus actividades educativas.</p>

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

Conociendo mi cuerpo 1

Inicio

- Cantar la siguiente canción

Tabla 10. Mi cuerpo

Canción	Movimientos
Mi cuerpo es	Cruzar las manos en el pecho
Un mundo	Expandir las manos
Que aprende	Señalar la cabeza con las dos manos en los extremos
Trabaja	Flexionar los brazos en un ángulo de 90°, y mover la cadera.
Y ama	Formar un corazón con las manos, y terminar de rodillas
Arriba las ideas	Dé un salto ponerse de pie
El centro el equilibrio	Pararse de un pie
Abajo fortaleza	Zapatear
	Dar tres aplausos

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

Calentamiento

- Mover uno a uno los pies, de arriba hacia abajo.
- Mover las rodillas en forma circular.
- Mover las caderas de derecha a izquierda.
- Mover la cabeza de derecha a izquierda.

Desarrollo

- Sacarse los zapatos y caminar por el césped, moviendo los dedos de los pies.
- Preguntar al niño qué sienten al caminar descalzos sobre el pasto, explicar a los niños que mediante esto estamos haciendo conexión con la tierra, nuestros pasos nos abren caminos (destino), estos siempre deben ser firmes, dejando huellas.

- Tomar asiento, sobre el pasto, tocar con sus dos manos su corazón, explicar que este no se detiene, y aquel al latido hay que cuidarlo, todas las cosas que hagamos sean con calma y sin apuros.
- Ponerse de pie, colocar las manos en la cabeza, explicar a los niños que ahí están nuestras ideas.

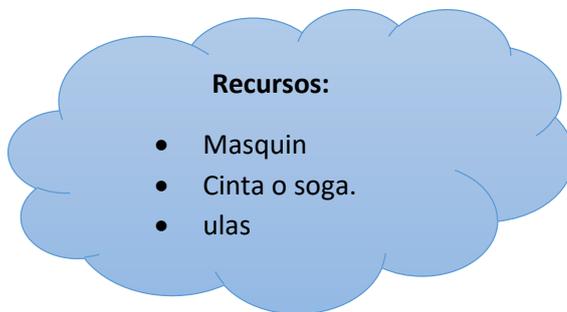
Cierre

- Formar dos filas, y colocarse frente a frente.
- Mirarse por diez segundos.
- Mientras observamos, explicar que nuestro cuerpo es una casa, la cual está conformada por varios materiales, que juntos la vuelven fuerte y protectora.

Relajación

- De pie, levantar las manos.
- Abrir levemente las piernas.
- Permanecer por un instante en esta posición.

Conociendo mi cuerpo 2



Inicio

- Cantar la siguiente canción

Tabla 11. El sol y la luna

Canción	Movimientos
El sol y la luna, no quieren salir	Señalar al cielo, luego decir no con las manos.
Las nubes hoy los cubren	Cubrirse la cabeza con las manos
Pues quieren dormir.	Fingir que duermen
A lado se menea el gran colibrí	Mover la cintura en círculo.
Que toma el dulce néctar de este jardín	Juntar las manos al pecho
El sapo en el charco empieza a saltar	Saltar
El cuy muy enfadado comienza a gritar	Hacer gesto de enfado
¡Que salga la luna o que salga el sol!	Señalar al cielo una a una con las manos.
¡Todos quietecitos!, ¡ya paren por favor!	Quedarse quietos, con un movimiento libre.

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

Calentamiento

- Marchar en el propio sitio.
- Saltar moviendo los brazos de arriba hacia abajo.
- Mover la cabeza de abajo hacia arriba.

Desarrollo

Realizar las acciones desde las imágenes de los animales.

- Correr de un extremo a otro, imitando la velocidad del cuy.
- Abrir los brazos y caminar en puntillas imitando el vuelo del cóndor.
- Caminar de espaldas imitando el vuelo del colibrí.
- Caminar en zic zac, imitando la forma de traslado de la serpiente.

Cierre

Cruzar el siguiente circuito.

- Correr hasta la un punto determinado.
- Caminar por la cinta en puntillas con los brazos extendidos.
- Caminar de espaldas hasta un punto determinado.

- Cruzar saltando en dos pies por las ulas colocadas en zic-zac.

Figura 4. Cierre “Conociendo mi cuerpo 2”



Fotografía tomada por Tatiana Chimarro (2018).

Relajación

- Sacudir las piernas.
- Mover los brazos de arriba hacia abajo.
- Sentarse de rodillas.
- Agacharse con los brazos extendidos.
- Permanecer así por un momento.

5.4 Estrategia: Viviendo las emociones

Tabla 12. Especificaciones Viviendo las emociones

Edad:	5 años															
Tiempo:	1h pedagógica															
Objetivo:	OG.EF.1. Participar autónomamente en diversas prácticas corporales, disponiendo de conocimientos (corporales, conceptuales, emocionales, motrices entre otros) que le permitan hacerlo de manera saludable, segura y placentera a lo largo de su vida (Ministerio de Educación, 2016, pág. 375).															
Destrezas	EF.1.3.1. Reconocer estados de ánimo, sensaciones y emociones (alegría, tristeza, aburrimiento, enojo, frío, calor, entre otras) para crear, expresar y comunicar mensajes corporales (gestuales convencionales y/o espontáneos) (Ministerio de Educación, 2016, pág. 375).															
Especificaciones	<p>Inicio</p> <ul style="list-style-type: none"> Motivar a los niños mediante una copla o una canción <p>Calentamiento</p> <ul style="list-style-type: none"> Combinación de ejercicios, que prepararan al cuerpo para la actividad a realizarse. <p>Desarrollo</p> <ul style="list-style-type: none"> Incluir el juego con la perinola la cual estará basada en cuatro aspectos incluidos en la Chakana explicados a continuación. <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th>Color</th> <th>Significado</th> <th>Emoción</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Amarillo</td> <td>Sonido-espacio</td> <td>Miedo</td> </tr> <tr> <td>Rojo</td> <td>Animo-espíritu</td> <td>Enojo</td> </tr> <tr> <td>Verde</td> <td>Fuerza-movimiento</td> <td>Alegría</td> </tr> <tr> <td>Azul</td> <td>Vibración-alma</td> <td>Tristeza</td> </tr> </tbody> </table> <p>Relajación</p> <ul style="list-style-type: none"> Recuperar el ritmo, para regresar a sus actividades educativas. 	Color	Significado	Emoción	Amarillo	Sonido-espacio	Miedo	Rojo	Animo-espíritu	Enojo	Verde	Fuerza-movimiento	Alegría	Azul	Vibración-alma	Tristeza
Color	Significado	Emoción														
Amarillo	Sonido-espacio	Miedo														
Rojo	Animo-espíritu	Enojo														
Verde	Fuerza-movimiento	Alegría														
Azul	Vibración-alma	Tristeza														

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

Viviendo las emociones 1



Inicio

- Ubicarse en círculo.
- Entonando la siguiente copla.

Tabla 13. Cuando salgo a jugar

Copla	Movimiento
Cuando salgo a jugar en el patio	Ir dando la vuelta en el círculo formado, mientras aplaudimos
Mucha alegría tengo, mamita	Señalar nuestra boca formando una sonrisa con nuestros dedos.
Pero cuando tú te enojas	Modular la voz con tristeza, mientras señalamos en el centro
Mamita	
¡Ay! Qué miedo me das	Realizar expresión de miedo
¡Ay mamita!	
Como yo a ti te quiero mamita	Señalarnos indicar al centro y dibujar un corazón en el aire con nuestras manos.
Un gran beso te enviaré	Dar un beso volado
¡Ay mamita!	

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

Calentamiento

- En el círculo.
- Levantamos los brazos saludando al cielo.
- Estirar las manos a la derecha flexionando la pierna del mismo lado.
- Agacharse y saludar a la tierra.
- Estirar las manos a la izquierda flexionando la pierna del mismo lado.

Desarrollo

Jugando con la perinola de emociones.

- Pasar una pelota pequeña entre los niños, mientras la maestra entona la siguiente canción.

Estira bien tu mano

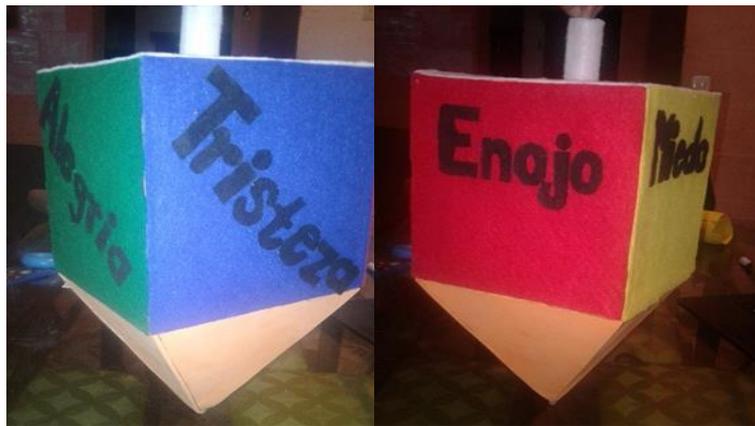
Que quiero hoy jugar

Rotando la pelota

Es tu turno de pasar.

- Cuando se detenga la canción, el niño que tenga la pelota pasará al centro y girará la perinola.
- Cuando esta se detenga y señale una emoción, todos los niños gritarán qué acciones o circunstancias les causan estas emociones. A la vez en cada emoción hay una actividad con la que deberán seguir el juego.

Figura 5. Perinola “Viviendo las emociones 1”



Fotografía tomada por Tatiana Chimarro (2018).

Cierre

Jugar el tren de la felicidad

- Formar un grupo de 8 a 10 estudiantes.
- Elegir a uno para que comience el juego, el cual preguntará ¿Cuándo eres feliz?
- El compañero tendrá que responder, pasar por debajo de las piernas de su compañero y formarse detrás.

Relajación

- Recostarse.
- Levantar las piernas lentamente y moverlas en el aire.
- Bajarlas.
- Levantar las manos lentamente, y bajarlas de igual forma.
- Permanecer por 10 segundos recostados.

Viviendo las emociones 2



Inicio

Tabla 14. Si tú tienes muchas ganas

Canción	Movimientos
Si tú tienes muchas ganas de enojarte	Realizar una expresión de enojo
Si tú tienes muchas ganas de enojarte	Realizar una expresión de enojo
Si tú tienes la razón y no hay oposición	Mover la cabeza de manera afirmativa y mover el dedo expresando una negativa.
No te quedes con las ganas de enojarte	Realizar una expresión de enojo
Si tú tienes muchas ganas de llorar	Realizar una expresión de llanto
Si tú tienes muchas ganas de llorar	Realizar una expresión de llanto
Si tú tienes la razón y no hay oposición	Mover la cabeza de manera afirmativa y mover el dedo expresando una negativa.
No te quedes con las ganas de llorar	Realizar una expresión de llanto
Si tú tienes muchas ganas de reír	Realizar una expresión de alegría
Si tú tienes muchas ganas de reír	Realizar una expresión de alegría
Si tú tienes la razón y no hay oposición	Mover la cabeza de manera afirmativa y mover el dedo expresando una negativa.
No te quedes con las ganas de reír	Realizar una expresión de alegría

Nota: Adaptación de la canción “Si tú tienes muchas ganas de aplaudir” (toycantando, 2017).

Calentamiento

- Mover la cabeza de arriba hacia abajo
- Poner las manos en la cintura girando hacia la derecha y la izquierda
- Intentar topar los muslos con el pie.
- Dar 5 saltitos

- Sacudir las piernas

Desarrollo

- Formar grupos de 5 a 8 estudiantes
- Saltar el obstáculo de una altura aproximada de 15cm.
- Saltar con un pie por tres uñas
- Gatear por la colchoneta
- Reventar el globo, e imitar la expresión que está dentro de este.
- Los compañeros del grupo tendrán que adivinar de que emoción se trata
- Sigue el otro compañero.

Figura 6. Desarrollo “Viviendo las emociones 2”



Fotografía tomada por Tatiana Chimarro (2018).

Cierre

- La maestra dirá una emoción
- Los niños expresaran con su cuerpo dicha emoción dicha emoción

Relajación

- Abrir ligeramente las piernas
- Sacudirlas un poco
- Elevar los brazos mientras inhalamos
- Bajar las manos mientras exhalamos.

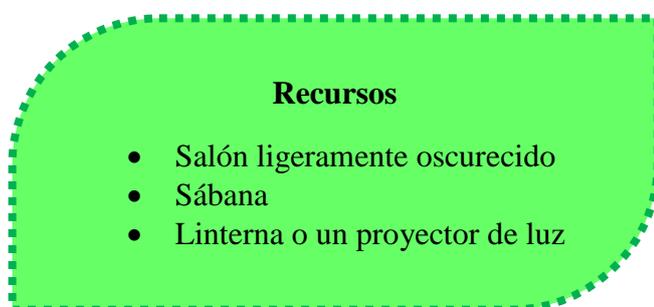
5.5 Estrategia: Creando movimientos

Tabla 15. Especificaciones Creando movimientos

Edad:	5 años
Tiempo:	1h pedagógica
Objetivo:	OG.EF.2. Asociar y transferir conocimientos de otros campos disciplinares, para optimizar su desempeño en las prácticas corporales (Ministerio de Educación, 2016, pág. 375).
Destrezas	EF.1.3.5. Crear, expresar, comunicar e interpretar mensajes corporales individuales y con otros, de manera espontánea (Ministerio de Educación, 2016, pág. 375).
Especificaciones	<p>Inicio</p> <ul style="list-style-type: none">• Dar consignas de comportamiento.• Integrar al grupo, mediante canciones con consignas de movimientos. <p>Calentamiento</p> <ul style="list-style-type: none">• Realizar ejercicios de estiramiento de las áreas musculares que vamos a utilizar, dependiendo de la actividad. <p>Desarrollo : Creando movimientos</p> <ul style="list-style-type: none">• Se centra en las “sombras”, refiriéndonos a la imitación de movimientos primero con guía de la maestra, luego movimientos espontáneos creados por el estudiante, para que su compañeros los imiten. <p>Relajación</p> <ul style="list-style-type: none">• Recuperar el ritmo, para regresar a sus actividades educativas.

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

Creando movimientos 1



Inicio

- De pie cantar la siguiente canción

Tabla 16. Un amigo

Canción	Movimientos
Yo tengo un amigo	Nos señalarnos con las manos en forma de puño, pero estirando nuestros pulgares.
Que imita lo que hago	Ubicamos las manos a la cintura, y moviendo la cabeza de un lado a otro.
Si giro o volteo	Girarse y voltearse
El me sigue a todos lados	Inclinarse a la derecha moviendo los hombros de arriba hacia abajo.
Si camino	Caminar
Y miro hacia abajo	Saltar abriendo las piernas
Mi amigo me saluda	Agacharse un poco señalando a la sombra
Si mueva a si la mano	Saludar con una mano

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

Calentamiento

- Abrir ligeramente las piernas.
- Entrelazar las manos con las palmas hacia abajo.
- Subir lentamente.
- Abrir ligeramente las manos, levantar uno de nuestros pies formando un número cuatro, si el niño no lo logra solo pararse en un pie, repetir con el otro pie.
- Abrir las piernas, agacharse para topar el pie derecho, repetir lo mismo con el izquierdo de dos a tres veces.
- Sacudir todo el cuerpo.

Desarrollo

- Ubicar previamente una sábana blanca y detrás de esta colocar un proyector de luz.
- La maestra se coloca detrás de la sabana y ejecuta distintos movimientos (De pie alzar los brazos. Abrir los brazos horizontalmente y levantar ligeramente un pie, unir las manos hacia arriba e inclinarse hacia la derecha, etc.)
- Los niños deben imitar los movimientos de la maestra.

Figura 7. Desarrollo “Creando movimientos 1”



Fotografía tomada por Tatiana Chamarro (2018).

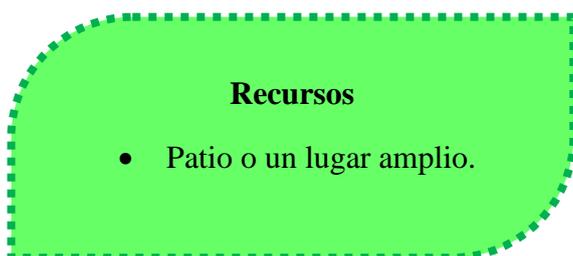
Cierre

- Ir rotando a los niños, en grupos de cinco, detrás de la sabana para que realicen distintos movimientos.
- Los demás imitan los movimientos.

Relajación

- Estirar la pierna derecha con la mirada al contrario, repetir con la otra pierna.
- Abrir ligeramente las piernas, colocar las manos doblando las muñecas en la cintura.
- Sentarse lentamente en el piso e irse acostando lentamente, permanecer así por un instante con los ojos cerrados.

Creando movimientos 2



Inicio

- Seguir los pasos que realiza la maestra, utilizando la siguiente canción.

Tabla 17. Movimientos a imitar

Canción	Movimiento
Si yo muevo los brazos	Mover los brazos a la izquierda, a altura del pecho
Tú también lo vas a hacer	Mover los brazos a la derecha, a altura del pecho
Vamos, vamos,	Estirar los brazos, y llamar con las manos
vamos a ver	Señalar los ojos
Los movimientos a imitar	Estirar los brazos horizontal mente y moverse de un lado al otro.
Un saltito hacia un lado	Salto a la derecha
Y al otro, una vez mas	Tres saltos hacia la izquierda
Y terminamos, y terminamos	Levantamos en puño una a una los brazos
Con una vuelta	Dar una vuelta
Y a parar	Detenerse con la mano derecha estirada y la palma levantada.

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

Calentamiento

- De pie abrir un poco las piernas con las manos en la cintura.
- Mover la cabeza de arriba hacia abajo suavemente.
- Mover los hombros de adelante hacia atrás con movimientos circulares.

- Mover las caderas en forma circular de derecha izquierda y viceversa.
- Marchar lentamente en el mismo sitio.
- Pararse de puntillas por cinco veces.

Desarrollo

Jugaremos a ser sombras.

- Pedir a los niños que formen parejas.
- Entre ellos elegirán a uno para ser su sombra, el niño que sea seleccionado se ubicara detrás del otro.
- El primer niño realizara movimientos distintos para que la sombra lo imite de inmediato.
- Cambiar roles.

Cierre

- Formar grupos de cinco estudiantes, elegirán a uno de los niños para ser el guía, los demás serán la sombra.
- Colocarse en fila.
- El niño principal realizara movimientos involucrando brazos, piernas, cabeza etc., sin desplazarse del sitio y los demás tendrán que seguirlos de manera inmediata.

Relajación

- Tomar asiento con las piernas en forma de mariposa.
- Mantener la espalda recta.
- Junta las manos palma con palma, permanecer así por 10 segundos.
- Abrirlas las manos lenta mente de extremo a extremo.

5.6 Estrategias: Jugando entre amigos

Tabla 18. Especificaciones Jugando entre amigos

Edad:	5 años
Tiempo:	1h pedagógica
Objetivo:	OG.EF.8. Participar de manera segura, placentera, saludable y sustentable en prácticas corporales en diversos contextos/ambientes, asegurando su respeto y preservación (Ministerio de Educación, 2016, pág. 371).
Destrezas	EF.1.1.4. Participar en los juegos ajustando las propias acciones y decisiones en relación con otros para no dañarse, ni dañar a otros (Ministerio de Educación, 2016, pág. 371).
Especificaciones	<p>Inicio</p> <ul style="list-style-type: none">• Dar consignas de comportamiento.• formar grupos, mediante canciones con consignas. <p>Calentamiento</p> <ul style="list-style-type: none">• Realizar ejercicios de estiramiento de las áreas musculares que vamos a utilizar, dependiendo de la actividad. <p>Desarrollo :</p> <ul style="list-style-type: none">• Realizar actividades que fomenten el trabajo cooperativo entre los estudiantes y que a su vez estimular sus habilidades motrices gruesas. <p>Relajación</p> <p>Recuperar el ritmo, para regresar a sus actividades educativas.</p>

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

Jugando entre amigos 1



Inicio

- Cantar la siguiente canción para formar grupos

Tabla 19. Saliendo al patio

Canción	Movimientos
Saliendo al pitio escuche decir	Caminar de manera dispersa
No puedes salir, si sola/a estas	
Ve con cinco amigas/os y ve a jugar	Formar un grupo de cinco personas

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

Calentamiento

- Formar un círculo con los 5 estudiantes una detrás de otro.
- Estirar los brazos topando los hombros del compañero, bajar y subir la cabeza.
- Girar hacia adentro del círculo.
- Levantar los brazos.
- Agacharse y mover los brazos.
- Sacudir las piernas.
- Mover las rodillas de forma circular hacia dentro y hacia fuera.

Desarrollo

- Colocarse en filas según los grupos formados.
- Entregar seis ulas o tapetes.
- Plantear una estrategia para cruzar el patio utilizando las ulas.

Cierre

- Realizar una competencia, cruzando con las ulas.

Relajación

- Sacudir los pies.
- Aplaudir 10 veces hacia arriba.
- Abrir levemente las piernas.
- Extender los brazos de manera horizontal mientras inhalamos.
- Juntar los brazos hacia adelante mientras exhalamos.

Jugando entre amigos 1



Inicio

- Cantar la siguiente canción para formar grupos.

Tabla 20. Cinco amigas/os

Saliendo al pitio escuche decir	Caminar de manera dispersa
No puedes salir, si sola/a estas	
Ve con cinco amigas/os y ve a jugar	Formar un grupo de diez personas (la cantidad de niños tiene que ser par)

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

Calentamiento

- Formar un tren con los grupos creados.
- Saltar sin soltarse.
- Caminar hacia el frente.
- Caminar hacia atrás.

Desarrollo

- El grupo, debe distribuirse en parejas.
- Entregar una manta de 60 x 60, a cada pareja.
- Formar una fila con las parejas.
- Colocar una pelota pequeña en la última pareja.
- Esta pareja tendrá que ir pasando la pelota de pareja en pareja sin dejarla caer.
- La pareja del último se trasladara al principio.

- Cruzar todo el patio.

Cierre

- Realizar competencias con los grupos, trasladando 5 pelotas y depositándolas en la cesta una por una.
- Si el grupo deja caer la pelota empezará otra vez.

Relajación

- Ponerse en puntillas por 5 segundos.
- Levantar las manos.
- Bajar y sacudir los pies.
- Ponerse de pie juntando las manos por unos segundos.

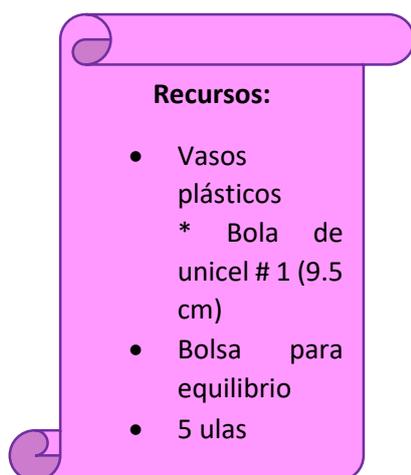
5.7 Estrategia: Jugando con mi cuerpo

Tabla 21. Especificaciones Jugando con mi cuerpo

Edad:	5 años
Tiempo:	1h pedagógica
Objetivo:	OG.EF.3. Resolver de manera eficaz las situaciones presentes en las prácticas corporales (deportes, danzas, juegos, entre otras), teniendo claridad sobre sus objetivos, lógicas e implicaciones, según los niveles de participación en los que se involucre (recreativo, federativo, de alto rendimiento, etc.) (Ministerio de Educación, 2016, pág. 373).
Destrezas	EF.1.5.1. Reconocer y explorar las diferentes características y posibilidades de movimiento de las partes y segmentos del propio cuerpo, durante la realización de diversas prácticas corporales (Ministerio de Educación, 2016, pág. 373).
Especificaciones	<p>Inicio</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dar consignas de comportamiento. • formar grupos, mediante canciones con consignas. <p>Calentamiento</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar ejercicios de estiramiento de las áreas musculares que vamos a utilizar, dependiendo de la actividad. <p>Desarrollo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Experimentar con diferentes movimientos a través de actividades novedosas y entretenidas. <p>Relajación</p> <p>Recuperar el ritmo, para regresar a sus actividades educativas.</p>

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

Jugando con mi cuerpo 1



Inicio

- Cantar la siguiente canción.

Tabla 22. Vamos a bailar

Canción	Movimiento
Vamos a bailar	Moverse de derecha a izquierda
Un día nuevo día va comenzar	Abrir la manos
Abajo	Ponerse en sentadillas
Arriba	Levantarse con un salto
Bom, bom, bom ,bom	Mover las manos dando vueltas
Dando una vueltila	Dar una vuelta
Pum, pum, pum	Zapatear.

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

Calentamiento

- Moveremos la cabeza de atrás hacia adelante.
- Realizar movimiento de caderas de derecha a izquierda.
- Mover las rodillas de adentro hacia afuera.
- Marchar en el mismo lugar.

Desarrollo

Circuito

- Ordenar una fila de vasos llenos de agua sobre el primer vaso colocar la bola de unicel, el estudiante tendrá que soplar hasta que esta pase por todos los vasos.
- Colocar una bolsa rellena en la cabeza y caminar por el salón (patio).
- Saltar con dos pies por cinco ulas.
- Gatear por la colchoneta.

Cierre

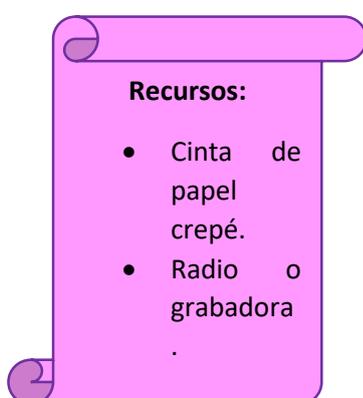
Realizar el siguiente circuito.

- Dividir a los estudiantes en 5 grupos.
- Saltar por las ulas con dos pies.
- Caminar con la bolsa en la cabeza.
- Gatear por la colchoneta.
- Soplar la pelota por los vasos.

Relajación

- Sacudir las piernas.
- Abrir las piernas levemente.
- Abrir y cerrar los brazos mientras inhalamos y exhalamos.

Jugando con mi cuerpo 2



Inicio

- Cantar la siguiente canción

Tabla 23. Hora de mover

Canción	Movimiento
Es hora de mover	Saltar a la derecha
Es hora de mover	Saltar a la izquierda
Brazos y	Arriba los brazos
Hombros	Mover los hombros de arriba abajo
De un lado al otro la cadera va.	Mover la cadera de derecha a izquierda
Los pies contra del cielo	Señalar los pies
Pan, pan, pan, pan, pan	Zapatear

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018)

Calentamiento

- Moveremos la cabeza de atrás hacia adelante.
- Mover los hombros de manera circular.
- Realizar movimiento de caderas de derecha a izquierda.
- Mover las rodillas de adentro hacia afuera.
- Marchar en el mismo lugar.

Desarrollo

- Entregar cintas de colores a los niños/as (hechas con papel crepe).
- Subir y bajar la cinta acompañándolo con su cuerpo.
- Realizar círculos con la cinta a un lado y al otro.
- Formar un círculo hacia abajo, mientras los niños mueven los pies.
- Repetir la secuencia.

Cierre

- Realizar la secuencia utilizando una música que le guste a los estudiantes.

Relajación

- Sacudir las piernas.
- Mover la cadera.
- Alzar y bajar los brazos.
- Tomar asiento y sentarse con las piernas en forma de mariposa.
- Inhalar y exhalar lentamente.

5.8 Estrategia: Hora de competir

Tabla 24. Especificaciones Hora de competir

Edad:	5 años
Tiempo:	1h pedagógica
Objetivo:	OG.EF.7. Acordar y consensuar con otros para compartir prácticas corporales, reconociendo y respetando diferencias individuales y culturales (Ministerio de Educación, 2016, pág. 373).
Destrezas	EF.1.1.2. Comprender la necesidad de reglas y roles para poder jugar con otros, estableciendo y respetando acuerdos simples con sus pares (Ministerio de Educación, 2016, pág. 373).
Especificaciones	<p>Inicio</p> <ul style="list-style-type: none">• Dar consignas de comportamiento.• formar grupos, mediante canciones con consignas. <p>Calentamiento</p> <ul style="list-style-type: none">• Realizar ejercicios de estiramiento de las áreas musculares que vamos a utilizar, dependiendo de la actividad. <p>Desarrollo</p> <ul style="list-style-type: none">• Estimular en los estudiantes el cumplimiento de reglas y acuerdos dentro del grupo para concretar una meta, mediante la realización de actividades de competencia. <p>Relajación</p> <p>Recuperar el ritmo, para regresar a sus actividades educativas.</p>

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

Hora de competir 1



Inicio

- Cantar la siguiente canción.

Tabla 25. Pequeña hormiguita

Canción	Movimientos
La pequeña hormiga	De rodillas
Ya se despertó	Levantarse saltando
Sube a la montaña	Con los dedos subir desde los pies a la rodilla.
En busca de una flor	Mover las rodillas de adentro hacia afuera
Viene la abejita	Colocar las manos en la cintura
Que en círculo voló	Hacer un círculo con la cintura
luego el pajarito	Colocar los brazos en la axila
Que al cielo se marchó.	Mover los brazos en forma de aleteo.

Nota: Elaborado por Tatiana Chamarro (2018).

Calentamiento

- Marchar en su propio sitio.
- Abrir las piernas, brazos en la cintura mover la cintura de derecha a izquierda.
- Saltar abriendo y cerrando las piernas levantando y cerrando los brazos.
- Sacudir el cuerpo.

Desarrollo

- Colocar previamente un circuito con 5 obstáculos (costales, ulas, cinta o sogas gruesas, colchoneta, ula pequeña y una botella).
- Dividir a los niños en grupos de 5 estudiantes.
- Colocar a cada estudiante del grupo en el inicio del obstáculo.
- El juego comenzará al oír la consigna de inicio.
- El primer estudiante tendrá que colocarse el costal en las piernas y saltar llevando consigo la ula pequeña. Cuando termine tendrá que entregarle la ula pequeña a su siguiente compañero, el cual se encuentra esperando en el siguiente obstáculo.

- Saltar con un pie por 5 ulas, y entregar la ula pequeña al siguiente compañero.
- Cruzar el camino formado con la cinta o sogas equilibrando su cuerpo, entregar la ula al siguiente compañero.
- Reptar por la colchoneta, entregar la ula al siguiente compañero.
- El último estudiante, lanzará la ula pequeña metiéndola en la botella.

Figura 8. Desarrollo “Hora de competir 1”



Fotografía tomada por Tatiana Chamarro (2018).

Cierre

- Dar indicaciones sobre el respeto de las reglas del juego, los estudiantes que no cumplan con las consignas de cada obstáculo tendrán una sanción. La ula tendrá que ser entregada en la mano de su compañero.
- Realizar competencias entre los grupos.

Relajación

- Marchar lentamente en su sitio.
- Abrir ligeramente las piernas, levantar las manos.
- Agacharse oscilando los brazos hacia el piso.
- De pie, estirar los brazos hacia atrás.
- Colocar los brazos en la parte trasera de la cabeza.
- Llevar los codos hacia el frente mientras exhalamos, bajando un poco la cabeza.
- Estirar los codos hacia los extremos mientras inhalamos.

Hora de competir 2



Inicio

- Cantar la siguiente canción

Tabla 26. Saludemos al sol

Canción	Movimiento
Saludemos al sol	Mover las manos hacia arriba
Ya vamos a empezar	Saltamos
Todos a jugar	Señalar a los amigos
El mundo a disfrutar	Realizar un círculo imaginario con los dos dedos

Nota: Elaborado por Tatiana Chimarro (2018).

Calentamiento

- Saltar 5 veces de un lado al otro.
- Sacudir los pies.
- Marchar en el mismo lugar.
- Intentar toparse la punta de los pies.

Desarrollo

- Dividir al grupo en cuatro equipos.
- A cada equipo se le asignará una cinta de determinada color, con una canastilla.
- Colocar un extremo de la cinta dentro del elástico del pantalón.

- Colocar la canastilla en cada extremo del patio, estas serán el punto de recolección de cintas contrarias para cada equipo.
- Si a un estudiante le quitan su cinta sale del juego, sin embargo, si sus compañeros recolectan cuatro cintas de diferentes colores, pueden regresarlo al juego (estas cintas deben ser entregadas a la maestra).
- Gana el equipo que más cintas tenga en su cesto.
- Ensayar el juego.

Cierre

- Aclarar a los grupos que no puede existir agresión de ningún tipo.
- Realizar el juego.

Relajación

- Tomarse todos juntos de la mano formando un círculo.
- Levantar las manos y bajarlas lentamente.

Conclusiones

- En el proceso de enseñanza aprendizaje del nivel preparatorio es de suma importancia el movimiento del cuerpo, ya que con esto se estimula diferentes segmentaciones que están dentro del desarrollo integral del niño.
- Al comienzo de cada clase, algunas maestras no realizan ejercicios de estiramiento muscular o calentamiento previo adecuado, y en ocasiones confunden este proceso como solo correr despacio.
- Las actividades realizadas en las clases de expresión corporal eran repetitivas, y casi siempre involucraban las acciones de correr y saltar.
- Los estudiantes presentan mayor dificultad al pararse en un pie, saltar seguidamente en dos pies, a alturas de 15 cm y equilibrio.

Recomendaciones

- Incluir espacios de calentamiento y relajación dentro del desarrollo de la clase es indispensable para no lastimar los músculos de los niños y sobre todo recuperar el ritmo del cuerpo para no interrumpir las siguientes horas pedagógicas.
- Ejecutar actividades llamativas que a su vez involucren combinaciones de movimientos corporales, para estimular cada sección del cuerpo.
- Incluir concepciones culturales del cuerpo humano, para que los niños relacionen movimientos con vivencias y conceptos.
- Estimular a los estudiantes con actividades que combinen el equilibrio y el salto, con otros movimientos, para que de esta manera su desarrollo sea progresivo y no forzado.

Referencias

- Aguilar, M., & Bize, R. (2011). *Pedagogía de la Intencionalidad: Educando para una conciencia activa*. Argentina : Homo Sapiens Ediciones . Obtenido de <http://bibliotecavirtual.ups.edu.ec:2619/lib/bibliotecaupssp/reader.action?docID=3213696&query=vigotsky%20y%20la%20educaci%C3%B3n>
- Asamblea Constituyente. (13 de Julio de 2008). *Constitución de la República del Ecuador* . Asamblea Constituyente. Obtenido de https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4_ecu_const.pdf
- Batirola, C., Poje, J., Zorrilla, Z., Maders , L., Engelmann , M., & Radke, B. (2012). *La Expresión Corporal en los Niños*. Obtenido de Repositorio Digital del Bachillerato Orientado Provincial N° 40 de Santa Rita – Misiones: <https://bibliotecabop40misiones.files.wordpress.com/2011/11/la-expresic3b3n-corporal-en-los-nic3b1os-docx-nuevo.pdf>
- Becerra López , L. E., & Chuquimarca Guamán , V. A. (31 de marzo de 2011). *Elaboración de un Manual Didáctico de Actividades Lúdicas para Fortalecer la Expresión Corporal en los Ejes de Desarrollo para los Niños/as del Primer Año de Educación Básica de la Escuela "Nicanor Corral y Wilzon Galarza" Durante el Año Electivo 2010-2011*. Obtenido de Repositorio Universidad Politécnica Salesiana : <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/1005/12/UPS-CT002064.pdf>
- CantaJuegoVEVO. (2010). *CantaJuego - Todo el Mundo en Esta Fiesta*. Obtenido de Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=dewkek5jHRg>
- Dirección Nacional del Educación Intercultural Bilingüe. (2004). *Kallari Yachaypak Paktayachay*. Pujili: Dirección Nacional del Educación Intercultural Bilingüe.
- El Reino Infantil . (2015). *El Reino Infantil - Fui al Mercado - Canciones y Clásicos Infantiles*. Obtenido de Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=HO0F0f7O8kU>
- Estermann, J. (1998). *Filosofía Andina Estudio Intercultural de la Sabiduría Autóctona Andina*. Cusco: Abya-Yala.

- Gardner, H. (2001). *Estructuras de la mente* . Santafé de Bogota: Fondo de Cultura Económica . Obtenido de https://utecno.files.wordpress.com/2014/07/howard_gardner_-_estructuras_de_la_mente.pdf
- Goleman , D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Kairós.
- Guido, L. (2012). *Aprender a aprender*. México: Red Tercer Milenio S.C.
- Herranz Ybarra, P., & Delgado Egado, B. (2012). *Psicología del Desarrollo y de la Educación* . Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Lajo, J. (2003). *Qhapaq Ñan: La Ruta Inka de Sabiduría*. Quito: Abya-Yala.
- Ministerio de Educación. (2016). *Currículo de los Niveles de Educación Obligatoria* . Quito: Ministerio de Educación .
- Ministerio de la Protección Social Servicio Nacional de Aprendizaje. (2013). *Manual de Estrategias de Enseñanza/Aprendizaje*. Bogotá: Sena, Antioquía .
- OMS. (20 de Junio de 2001). *Clasificación Internacional del funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud*. Obtenido de <http://sid.usal.es/docs/F8/8.4.1-3428/8.4.1-3428.pdf>
- Pacheco Montesdeoca, G. (Octubre de 2015). *Runayupay*. Recuperado el 6 de noviembre de 2017, de Expresión Corporal en el Aula Infantil : http://www.runayupay.org/publicaciones/expresion_corporal_nivel_inicial.pdf
- Papalia, D., Wendkos Olds, S., & Duskin Feldman, R. (2001). *Psicología del Desarrollo* (Vol. 8). Bogotá: McGrawHill.
- Schunk, D. H. (2012). *Teorías del aprendizaje*. Mexico: Pearson Educación.
- toycantando. (2017). *toycantando-Si tú tienes muchas ganas de aplaudir canciones infantiles*. Obtenido de youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=TX5k37YeIa0>
- Villegas Acevedo, L. E. (12 de 11 de 2010). *La Etapa Preoperacional y la Noción de Conservación de Cantidad en Niños de 3 A 5 Años del Colegio San Jose de la Salle*. Obtenido de

http://repository.lasallista.edu.co/dspace/bitstream/10567/639/1/Etapa_preoperacional_conservacion_ninos_San_Jose_de_la_Salle.pdf

Wilma, P. (2010). *Guía para la Elaboración de las Actividades de Aprendizaje*.
Barcelona: Editorial Octaedro. Obtenido de
<http://www.ub.edu/ice/sites/default/files/docs/qdu/15cuaderno.pdf>

Anexos

Anexo 1. Formato entrevista a docentes

UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA

FICHA: ENTREVISTA DOCENTE

Nombres y apellidos:	
Institución educativa:	
Nivel:	Fecha:
Número de niños:	Experiencia laboral:
Entrevistador: Tatiana Maricela Chimarro Tutillo	

¿Qué entiende usted por expresión corporal?

¿Qué recursos utiliza usualmente para trabajar en el ámbito de expresión corporal?

¿Con qué tiempo de anticipación planifica las actividades a realizar en la clase?

¿Qué recursos son los que usualmente utiliza en sus actividades?

¿Qué actividades realiza en sus horas clases por lo general?

¿De qué manera relaciona usted la expresión corporal con los demás ámbitos?

¿Qué estrategias usa usted para enseñarle las partes del cuerpo a los niños?

¿En qué circunstancias y cómo ejecuta actividades de relajación en sus estudiantes?

¿Cómo identifica usted los estados de ánimo en sus estudiantes?

¿Qué aspectos considera usted importantes al momento de evaluar los logros obtenidos en el ámbito de expresión corporal?

¿Cómo cree usted que contribuye el desarrollo de la expresión corporal en los estudiantes?

Anexo 2. Formato encuesta a padres de familia

ENCUESTA DIRIGIDA A PADRES DE FAMILIA

El presente documento tiene como objetivo obtener información sobre el desarrollo que refleja el niño/a dentro del ámbito de expresión corporal. Esta encuesta es de carácter anónimo, por lo cual se le solicita responder de la manera más sincera.

Marque la respuesta que más se acerque a su realidad:

Su hijo le cuenta las actividades que realiza en la escuela

- Si
- No
- A veces.

¿Qué materia o asignatura considera usted que le gusta a su hijo?

- Lengua y literatura.
- Matemáticas.
- Ciencias sociales
- Educación física
- Artes

¿Qué tipo de actividades prefiere realizar su hijo en sus ratos libres?

- Jugar en aparatos electrónicos (computadora, celular, videojuegos)
- Practicar algún deporte.
- Jugar libremente con o sin compañía

Cuando le pide a su hijo/a levantar la mano izquierda lo hace correctamente.

- Si
- No
- A veces

Cuando su hijo/a juega, que movimientos involucra (puede marcar varias opciones)

- Salta dos pies juntos
- salta alternando los pies.
- Corre indistintamente.
- Gatea
- Repta.
- Marcha.

Su hijo/a reconoce las partes de su cuerpo y la función que tiene cada una.

- Si
- No
- A veces

Su hijo/a al pararse en un pie:

- pierde el equilibrio por un momento y vuelve a intentarlo consiguiendo permanecer más tiempo.
- pierde el equilibrio constantemente
- No se para en un pie.

Cuando su hijo escucha música, tiende a bailar

- Si
- No
- A veces

Cuanto tiempo al día dedica para charlar con su hijo/a sobre lo que le gusta y le disgusta hacer.

- 1-2 horas

- 3- 4 horas
- 5-6 horas

Cuando conversa con su hijo/a, este incluye movimientos y gestos en la conversación.

- Si
- No
- A veces

¿Cómo sabe si a su hijo/a le molesta algo?

- Se lo comunica verbalmente.
- Lo noto molesto o triste, pero no me habla de lo que le sucede.
- Se me dificulta el notarlo.

¿Con qué frecuencia su hijo/a identifica sus estados de ánimo?

- Siempre
- A veces
- Nunca
- No lo he notado

Conoce usted sobre cómo se realizan las actividades de relajación en la institución educativa.

- Si
- No

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Anexo 3. Formato de ficha de observación

UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA

FICHA DE OBSERVACIÓN

Maestra: _____

Institución: _____

Nivel: _____ **Fecha:** _____ **Hora:** _____

ASPECTOS A OBSERVAR		
Maestro	Estudiante	Planificación