
	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 1 de 10</b>

### IDENTIFICACIÓN

#### INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTOR ABAD GÓMEZ

<b>DOCENTE:</b> Adelaida Álvarez Figueroa, Carmen Betancur, Diana Jiménez y Milena Jiménez		<b>NÚCLEO DE FORMACIÓN:</b> Lúdico Recreativo	
<b>GRADO:</b> Preescolar	<b>GRUPOS:</b> TS01, TS02, TS03, TS04 y TS05	<b>PERIODO:</b> 2	
<b>NÚMERO DE SESIÓN</b>	<b>FECHA DE INICIO:</b>	<b>FECHA FINALIZACIÓN:</b>	

**Temas:** El cuerpo humano, sus partes y sus cuidados

#### Propósito de la actividad

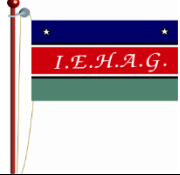

Al Finalizar la siguiente guía de aprendizaje los estudiantes de PREESCOLAR, Incorporarán la actividad física en sus rutinas diarias para fortalecer su desarrollo físico, haciendo uso de sus capacidades y habilidades motrices dándose la oportunidad para moverse libremente, practicar su equilibrio y coordinación teniendo en cuenta los hábitos saludables.

### ACTIVIDAD

#### ACTIVIDAD 1: INDAGACIÓN

#### APRENDER JUNTOS, DISFRUTEMOS JUNTOS

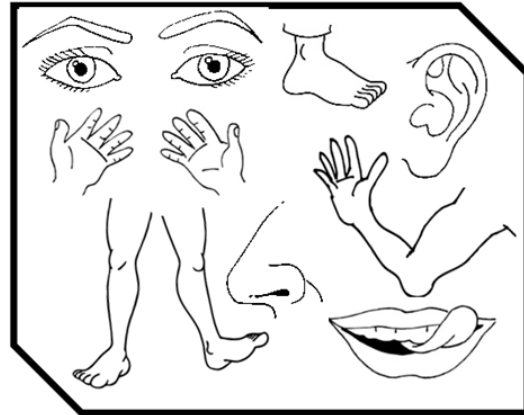
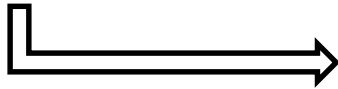
En la actualidad nos ha tocado vivir una situación para la cual no estamos preparados “aprender en casa” esto nos ha llevado a estar unidos, a cuidarnos y a aprender juntos. Esta guía es una propuesta para el aprendizaje en casa, se recomienda leer cuidadosamente y solo realizar la actividad indicada e ir realizando las actividades que se le indiquen día a día.

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 2 de 10</b>

## ¡MANOS A LA OBRA!



**ACTIVIDADES:** Pon a prueba su creatividad

1. Con la ayuda de un adulto buscarás y recortarás en periódicos o revistas las diferentes partes del cuerpo humano y realizarán un collage con las imágenes para que recordemos sus nombres y su respectiva utilidad. Observa la imagen y a trabajar.



Imágenes tomadas de: Pinterest y modificadas por Álvarez, A (2020)

2. Con la ayuda de un adulto realiza la siguiente actividad:
  - Rasga papelitos de diferentes colores
  - Busca en una revista o periódico los sentidos y recórtalos (ojos, nariz, boca, oídos y manos)
  - Cuando ya tengas los papelitos rasgados y los sentidos recortados, selecciona la silueta con la que te identifiques.
  - Una vez hayas seleccionado la silueta, pega los papelitos de colores escogiendo un color diferente para cada una de las partes del cuerpo por ejemplo las extremidades superiores de color azul oscuro, las extremidades inferiores de color azul claro, el tronco de color rojo y en la cabeza aplique varios colores cabello color amarillo, cabeza de color rosado.

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA</b>	Versión 01	Página 3 de 10	

- Pega los sentidos dentro de la cabeza según corresponda su ubicación.

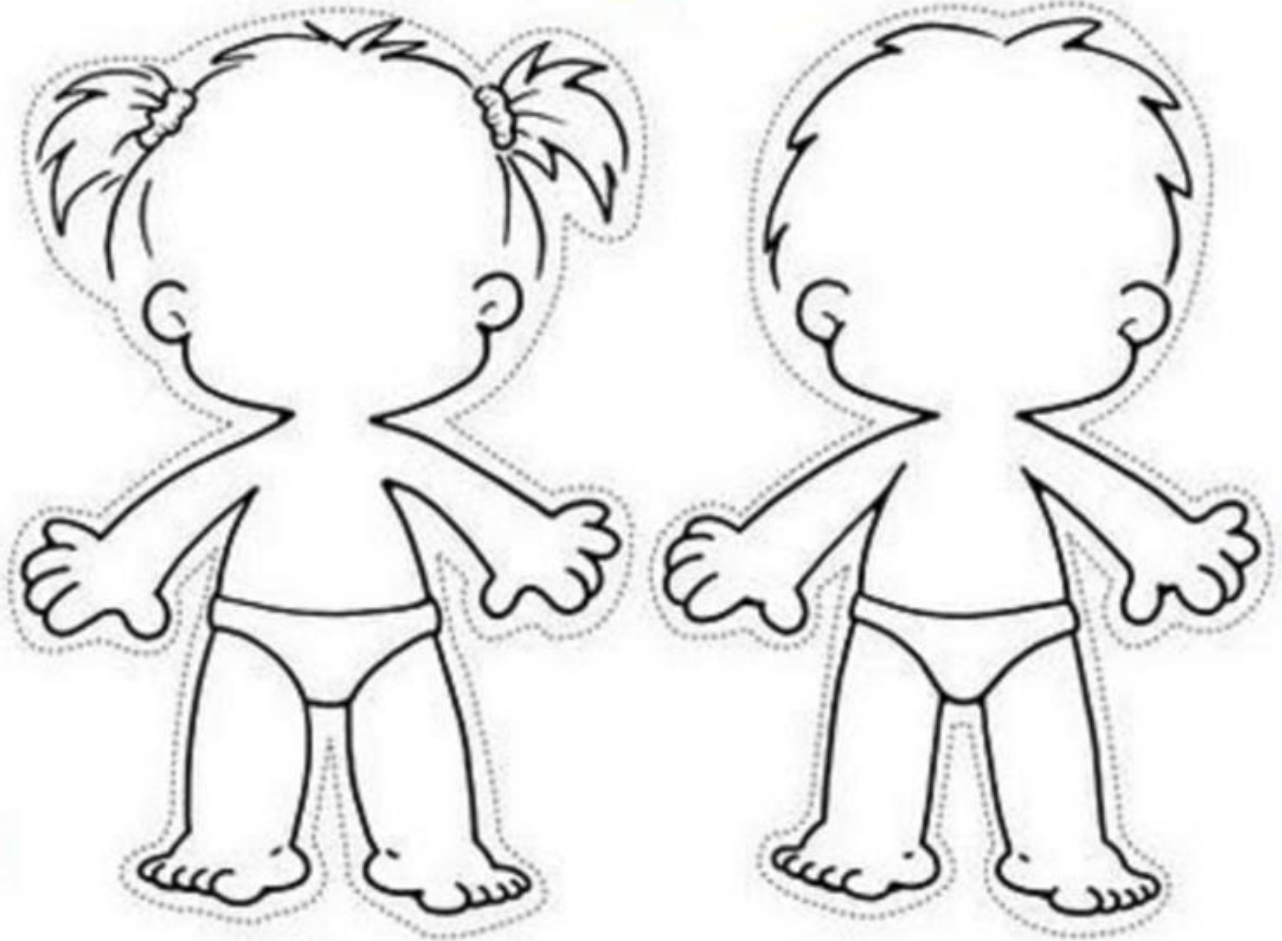




Imagen tomada de: Pinterest y modificada por Álvarez, A (2020)

**3.** Con la ayuda de un adulto realiza la siguiente actividad:

- Busca 5 granos diferentes, por ejemplo: arroz, lentejas, frijol, maíz pira, garbanzos.
- Busca cualquier tipo de pastas o un papel del color que te guste.
- Selecciona según la imagen la mano con la que escribes (derecha o izquierda).
- Pega los granos según los nombres de los dedos, por ejemplo: arroz para el meñique, lentejas para el anular, frijol para el corazón, maíz pira para el índice y garbanzos para el pulgar.
- Luego con la pasta o el papel de color rellena la palma de la mano.

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA		Versión 01	Página 4 de 10

Mano izquierda

Mano derecha

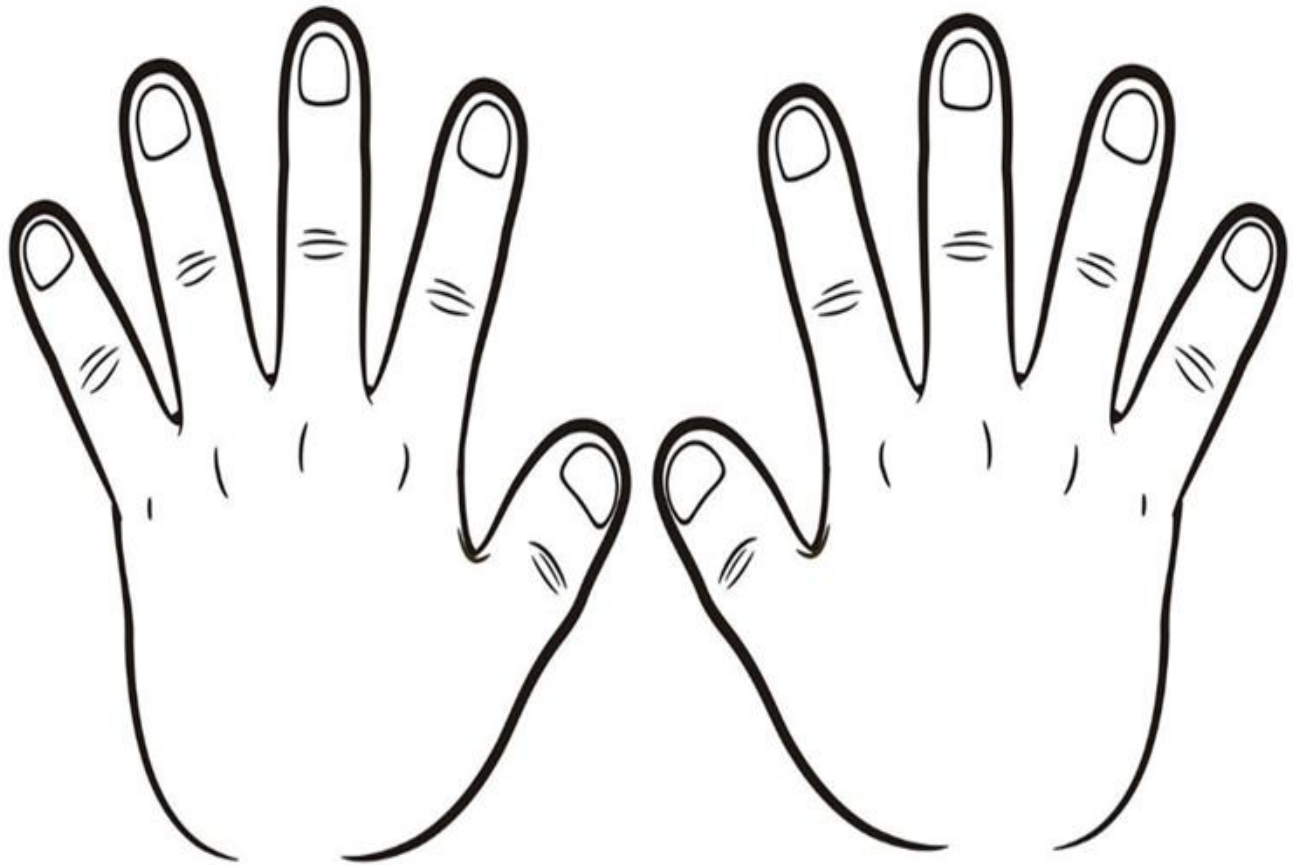
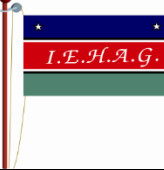



Imagen tomada de: Pinterest y modificada por Álvarez, A (2020)

## ACTIVIDAD 2: CONCEPTUALIZACIÓN.

### ESQUEMA CORPORAL

#### 1. Diferentes posturas

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA		Versión 01	Página 5 de 10

Con ánimo y entusiasmo vamos a realizar en familia los siguientes ejercicios para ayudar a nuestro cuerpo a estar sano, para esto guíese de las siguientes siluetas. ¡Ustedes pueden!



Imágenes tomadas de: Stock (2020)

## 2. Mis manitos ¿Qué puedo hacer con ellas?

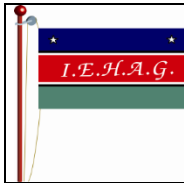
- Elabore su animal favorito con tus propias manos, acá te enseñaré que puedes hacer en compañía de un adulto:



Imagen tomada de: Pinterest (2020)

Para realizar una mariposa pinta ambas manos con los colores que prefieras y luego sobre una cartulina coloca las manos juntando las muñecas, por ultimo pinta el cuerpo de la mariposa y sus antenas, decórala como te gusta.

Mira la imagen de la mariposa como ejemplo, pero puedes hacer otros animales como los que te mostrare a continuación:



# INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ



Proceso: GESTIÓN CURRICULAR

Código

Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE  
FORMA FLEXIBLE EN CASA

Versión  
01

Página  
6 de 10

## Arte con las manos



Imágenes tomadas de: Pinterest y modificadas por Álvarez, A (2020)

### 3. Ejercicios de coordinación

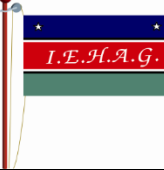

#### ¡VAMOS A JUGAR!

- Juguemos en familia a adivinar que animal es según la sombra, para esto necesitaras solamente tus manitos y mucha creatividad, mira estos ejemplos de las sombras que pueden hacer:



Imagen tomada de: Pinterest (2020)

### 4. Las articulaciones (movimientos de rotación)

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 7 de 10</b>

Las articulaciones permiten que los huesos se conecten sin tocarse entre sí, para no desgastarse, gracias a ellas el cuerpo se puede doblar de muchas maneras.

Con ayuda de un adulto, coloca el número en la articulación que corresponda:

**Sabías que**

Tenemos más de doscientas  
articulaciones en el cuerpo

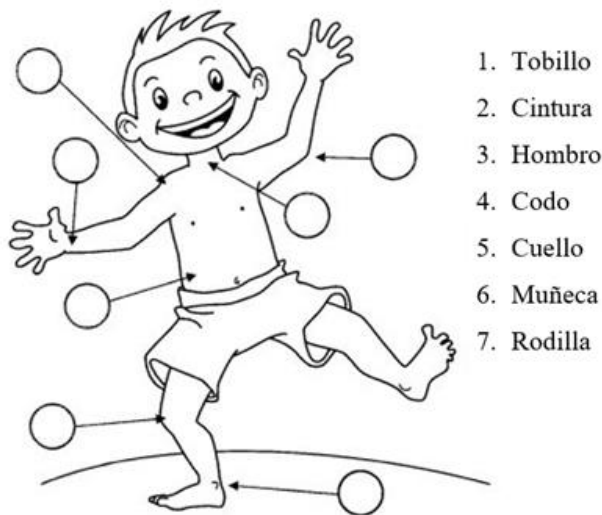


Imagen tomada de: Pinterest y modificada por Álvarez, A (2020)



## 5. Ejercicios de equilibrio

### ¡VAMOS A JUGAR!

- Con la ayuda de un adulto dibuja en el piso con una tiza o crayola círculos o cuadrados que formen un camino.
- Deberán marcar el inicio y el final del camino hecho con las figuras geométricas.
- Luego el adulto colocara dentro de ellos algunos objetos como por ejemplo un cuaderno, un lápiz, una cuchara, un borrador, entre otros.
- La idea es pararse en el círculo o cuadrado que diga inicio y deberán saltar con un solo pie e ir recogiendo los objetos encontrados en el camino y al agacharse no podrán poner el otro pie en el piso, así se continua hasta llegar al final.

Realiza también lo siguiente, pues te ayudara a tener un mejor equilibrio en tu cuerpo:

- Sostenerse en un solo pie dentro de una baldosa o cuadrado y saltar varias veces sin poner el otro pie en el piso.
- Coloca una cuerda o con las líneas de las baldosas del piso en línea recta y camina sin salirte.
- Pararse unos segundos sobre los talones
- Camina en línea recta con un objeto sobre la cabeza y las manos abiertas

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 8 de 10</b>

- Camina con una bolsa no pesada sobre la cabeza y un adulto hará sonar una pandereta o unas tapas de olla mientras el sonido exista deberá caminar una vez cese el sonido el niño/a se quedara quieto/a.



Imagen tomada de: Pinterest (2020)

6. Con una crayola dibuja en el piso una golosa como te mostrare en la siguiente foto, juega en familia ¡VAMOS A DIVERTIRNOS!  
El juego consiste en:

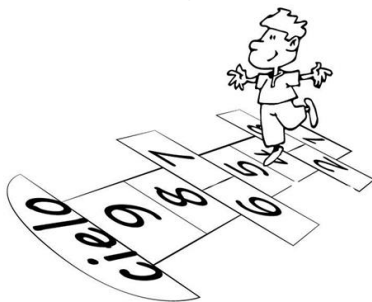


Imagen tomada de: Pinterest (2020)

Por turnos, se tira una piedra plana en la casilla que toca.

- Comenzaras por la casilla 1 y se va subiendo sucesivamente hasta llegar a la casilla número 10.
- La piedra deberá caer dentro de la casilla, sin tocar las líneas.
- El recorrido de la siguiente manera: hay que pasar por todas las casillas, excepto por la que tiene la piedra (que se tiene que saltar), todo con un solo pie y sin pisar las líneas ni tocar el suelo con el otro pie.

7. Para profundizar los conceptos dados, busque en el módulo llamado “Textos académicos” dado por la institución educativa en el kit escolar, el siguiente título “Bebidas saludables” y trabaje con la ayuda de un adulto. Páginas 101 – 102.  
Mira la imagen y búscalo en tu libro.

NUTRICIÓN SALUDABLE



**¡ILISTOS A JUGAR!**

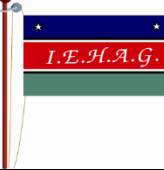

### 13. BEBIDAS SALUDABLES PARA CRECER

Para lograr una dieta sana, es necesario mantener controlado el consumo de azúcar. Las bebidas nutritivas y con poco azúcar son esenciales para que los niños se rehidraten y recuperen energías.

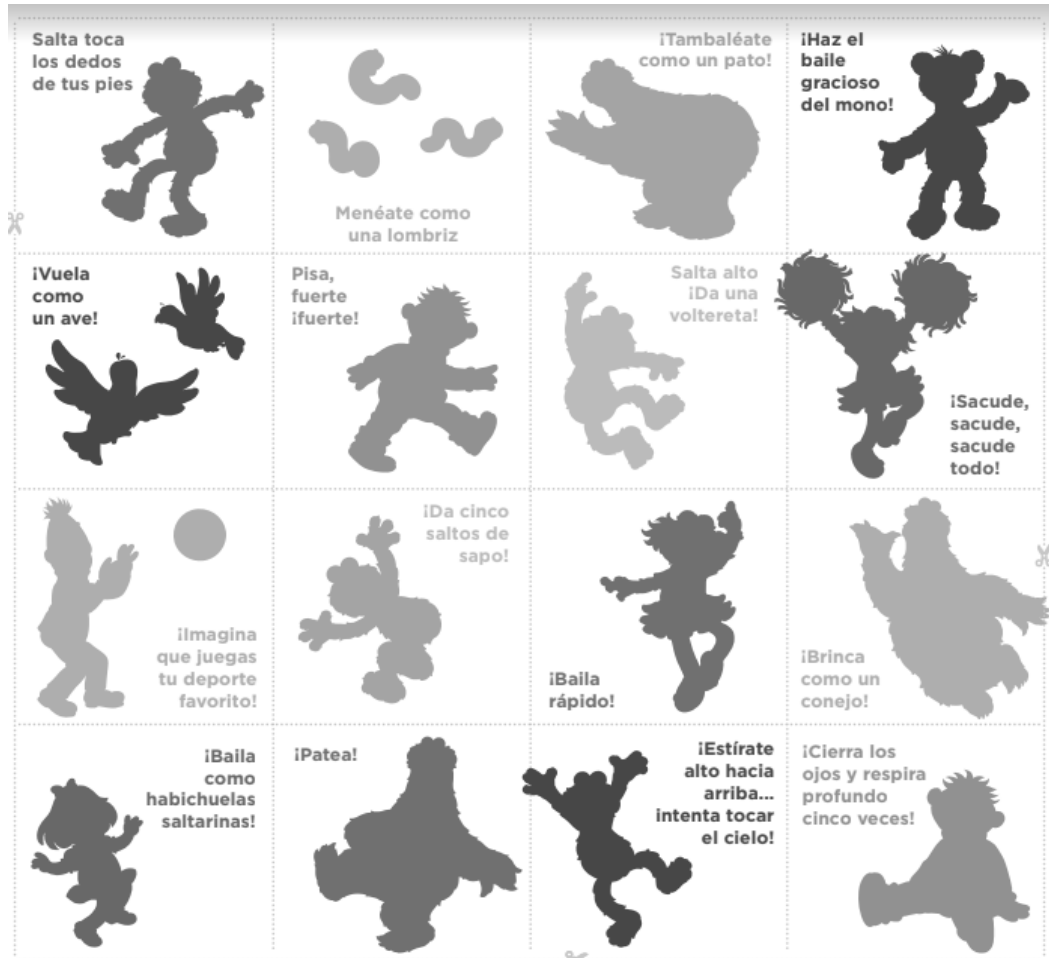
Una bebida nutritiva puede ayudar a los niños a sentirse bien, calmar su sed y aportar nutrientes importantes para el buen funcionamiento de su cuerpo. El agua, la leche baja en grasa y los jugos sin azúcar añadida son excelentes opciones.

## ACTIVIDAD 3: APLICACIÓN Y EVALUACIÓN



	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA		Versión 01	Página 9 de 10

### Retos lúdicos para casa



1. En familia podrás realizar las siguientes actividades que te permitirán divertirte y poner en práctica cimientos de una vida saludable y activo, estas actividades son:

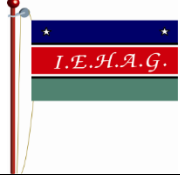

- Yoga
- Jugar a la sombra
- Karaoke e Inventar una coreografía de un baile
- Disfrazarse
- Jugar al escondite
- Hacer burbujas de jabón



Imagen tomada de: Colorear y aprender (2020)

2. Busque en el módulo llamado “Textos académicos” dado por la institución educativa en el kit escolar, los siguientes títulos:

- “Activos en todo momento y lugar”. Página 109
- “Elmo dice”. Página 110.
- “A bailar”. Página 111.

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASA	Versión 01	Página 10 de 10	

- “Imiten a Archivaldo con sus poses divertidas”. Página 112.

### 3. Amor y amistad en épocas de pandemia

Los valores del amor y la amistad son muy importantes para las personas, pues la amistad ayuda a los niños (as) a desarrollarse emocionalmente y moralmente porque al interactuar con otras personas aprenden habilidades sociales como la comunicación, la cooperación, resolver situaciones, que son fundamentales para el crecimiento de los niños (as). Dentro de la familia es importante educar y crecer con estos valores, en estos tiempos de pandemia es cuando más fortalecidos deben estar, pues es difícil vivir en comunidad, pero hay que aprender a vivir en comunidad y generar una sana convivencia.

**Diseña con ayuda de un adulto un afiche creativo que tenga un mensaje sobre la importancia de los valores del amor y amistad en tiempos de pandemia, te doy una plantilla como ejemplo:**



Imagen tomada de: Imagui y modificada por Álvarez, A. (2020)

### FUENTES DE CONSULTA

CanStockPhoto. (2020). Ejercicio de entrenamiento con un compañero pictogramas iconos. Recuperado de [https://es.123rf.com/photo\\_35527830\\_ejercicio-del-entrenamiento-con-un-compa%C3%B1ero-figura-stick-pictograma-iconos.html](https://es.123rf.com/photo_35527830_ejercicio-del-entrenamiento-con-un-compa%C3%B1ero-figura-stick-pictograma-iconos.html)

Colorear y aprender. (2020). Dibujos de niños cantando para colorear. Recuperado de: <https://colorearyaprender.com/dibujos-de-ninos-cantando-para-colorear>

Héctor Abad Gómez. (2020). Textos académicos nivel preescolar. Medellín – Colombia

Imagui. Imágenes para colorear. Recuperado de: <http://www.imagui.com/>

Pinterest. (2010), Handprint and art. Recuperado de <https://co.pinterest.com/>

Pinterest. (2010), Partes del cuerpo humano. Imágenes para colorear. Recuperado de <https://co.pinterest.com/>