EDUFISICA / COLOMBIA

EDUCACIÓN FÍSICA

PREESCOLAR

Prejardín · Jardín · Transición



Planeaciones de clase y plan de área

Word y Excel editables

Plan de clase. Transición

Sesión 5. Puedo rodear atravesar o cambiar de posición

Institución y sede	Docente y grupo	Fecha y programación
[Completar institución y sede]	[Completar docente y grupo]	[Completar fecha] Período 1. Semana 3. Encuentro 1. 60 min
Educación Física, Recreación y Deporte Unidad: Decido cómo recorrer	Identificador: CO-TRA-P01-S05 Semana lectiva de referencia: 3	[Completar espacio y condiciones de uso]

Intención de aprendizaje	Criterio focal y evidencia
Elegir entre caminos disponibles y relacionar esa elección con una tarea de transporte, expresión, apoyo o control de un implemento.	Reconoce una condición del trayecto y escoge una solución que le permite completar la acción con control. Recoger una actuación en las actividades 1 y 4. Describir elección, acción y acompañamiento; admitir gesto, mirada o demostración como respuesta. Registrar otra oportunidad después de una devolución, sin puntuación ni comparación entre niños.

Materiales de la sesión: Bastones cortos grandes de espuma; conos blandos; colchonetas firmes; fotografías grandes de puertas y caminos; paneles de cartón con paso bajo ancho; marcas planas para cuatro esquinas. No disponer un paso que se pueda cerrar ni apoyar peso en cartón.

Fase y actividad	Tiempo	Organización, consigna y acompañamiento	Recursos	Evaluación formativa
INICIO Activación y comprensión	10 min	En dos minutos, reconocer trayectos abiertos y acordar la señal de pausa. Activar cinco minutos con marcha, movilidad cómoda y cambios de frente. Dedicar tres minutos a señalar un lugar por el que se puede pasar y otro que debe rodearse. Pedir una elección y escuchar o mirar la explicación antes de practicar.	Límites visibles. Señal de pausa.	Observar si explora primero, solicita acompañamiento o elige un modo propio de comenzar.
FASE CENTRAL Actividad 1 El bastón viaja entre dos palmas	8 min	Cada niño sostiene horizontalmente un bastón corto de espuma, apoyado sobre las dos palmas abiertas y a una altura cómoda por debajo del pecho. Tiene un trayecto corto con un cono que puede rodear por cualquiera de sus lados. Antes de empezar, elige dónde dará la vuelta; durante el camino decide si necesita acercar las palmas o hacer una pausa. Al volver, deja el bastón en una mesa antes de comentar. Si cae, detenerse y recuperarlo con el sector libre. No equilibrarlo sobre cabeza ni hacerlo girar como arma. La adaptación se realiza entre dos puntos de una mesa, conservando la elección del recorrido.	Bastón corto de espuma, cono blando y mesa accesible.	Prepara un recorrido y ajusta el apoyo de las manos durante el transporte. Pedir que muestre el lado elegido antes de mover el bastón.

Fase central. Práctica y decisiones

Fase y actividad	Tiempo	Organización, consigna y acompañamiento	Recursos	Evaluación formativa
Actividad 2 El conejo atraviesa y el árbol se rodea	8 min	Preparar un panel de cartón firme con una abertura baja y muy ancha, sin techo ni elementos que puedan caer, y un cono que representa un árbol. Cada pareja construye un viaje: una persona representa un conejo y decide si pasa por la abertura caminando agachado o si rodea el árbol; la otra representa el paisaje mediante un gesto desde fuera del trayecto. Después cambian roles y comparan dónde necesitaron modificar la postura. No se salta dentro de la abertura ni se persigue al compañero. El paso al nivel habitual del participante es la alternativa accesible; el personaje se mantiene mediante el gesto elegido.	Panel abierto sin techo, cono blando y recorrido amplio.	Relaciona la condición del paso con la postura o el camino que elige. Señalar la altura disponible y permitir escoger el rodeo antes de iniciar.
Actividad 3 Una vuelta de tronco cambia mi frente	8 min	En una colchoneta amplia, cada niño se tumba de lado en una posición cómoda y explora girar lentamente el cuerpo hasta quedar boca arriba, conservando la cabeza apoyada. No hay volteretas, giros sobre el cuello ni empujes de otra persona. Observar hacia dónde mira al terminar y escoger un regreso sencillo. El adulto demuestra el inicio y acompaña sin forzar articulaciones. Quien no utiliza el suelo explora desde sentado cambiar suavemente el frente del tronco hacia una referencia visible. Practicar pocos movimientos con pausas y compartir cuál posición permitió descansar. Una mirada o un gesto bastan para comunicar la elección.	Colchoneta firme y referencia visible a cada lado.	Explora una rotación accesible y reconoce la posición en que termina. Ofrecer una amplitud menor cuando necesite conservar mejor el apoyo.
Actividad 4 Las esquinas cambian de dueño	8 min	Formar grupos de cinco en una plaza amplia con cuatro esquinas marcadas. Cuatro participantes ocupan una esquina y uno espera en el centro. Dos de las esquinas se ponen de acuerdo mediante mirada o gesto para cambiar de lugar caminando por caminos libres; quien está en el centro puede elegir una esquina que acaba de quedar vacía. Al llegar alguien, esa esquina vuelve a estar ocupada: no se empuja ni se disputa por velocidad; si coinciden, ambos se detienen y acuerdan quién continúa. Quien queda sin esquina toma el turno central. Tras tres cambios, rotar ese turno aunque nadie haya cambiado de rol. Admitir señalar un destino y recorrerlo con su apoyo habitual, conservando el juego de mirar lugares disponibles.	Cuatro marcas planas y plaza amplia por grupo de cinco.	Consulta la disponibilidad de una esquina y modifica su trayecto cuando se ocupa. Pedir que mire otra esquina antes de continuar hacia un lugar ya ocupado.

Aplicación, cierre y continuidad

Fase y actividad	Tiempo	Organización, consigna y acompañamiento	Recursos	Evaluación formativa
Actividad 5 Las estatuas dejan un paseo abierto	8 min	En grupos de cuatro, tres participantes colocan su cuerpo como estatuas separadas dentro de una plaza amplia. La cuarta persona mira los espacios libres y elige un paseo que las rodea sin tocarlas ni pasar por debajo de cuerpos. Las estatuas pueden cambiar su gesto cuando termina el paseo; quien caminó muestra dónde encontró una abertura y pide conservarla o ampliarla. Rotar para que todos elijan recorrido y postura, con pausas cómodas. No hacer torres humanas ni sostener posiciones difíciles. La composición admite estatuas sentadas y recorridos accesibles, manteniendo el acuerdo sobre la distancia.	Plaza amplia, marcas planas y cuatro lugares de referencia.	Elige un trayecto a partir de los espacios que deja una composición de grupo. Invitar a señalar la abertura y esperar el acuerdo antes de caminar.
CIERRE Reflexión y recuperación	10 min	Recuperar una postura cómoda y guardar los materiales con ayuda. Ofrecer agua según la rutina. Mostrar dos dibujos de caminos y pedir que recuerden una elección de la clase: por dónde fueron y qué condición observaron. Registrar una decisión concreta y la ayuda utilizada, sin pedir a todo el grupo resolver de la misma forma.	Lugar cómodo. Agua según rutina escolar.	Anotar la referencia y el apoyo que facilitaron participar. Conservarlos cuando sea necesario y proponer un cambio pequeño en otra oportunidad, atendiendo a la iniciativa del niño.

Participación y cuidado	Decisión docente
Acceso a la experiencia	Mostrar la consigna y comprobarla en un ensayo. Ajustar señal, espacio, objeto, tiempo o modo de respuesta a la barrera observada. Mantener el aprendizaje focal y comprobar si el apoyo facilita actuar.
Regulación del encuentro	Los ocho minutos de cada bloque incluyen explicación, práctica, devolución y transición. Adelantar pausas ante necesidad observada; reducir rondas y conservar el cierre. Revisar superficie, materiales y cruces antes de comenzar.

Registro de aprendizaje	Anotación editable
Estudiante o grupo focal	[Completar identificación pedagógica]
Actuación, condición y apoyo	[Completar observación concreta]
Próxima intervención	[Completar apoyo y nueva oportunidad]