



PERÚ

Ministerio
de Educación

De 1.º a 6.º grado

SEMANA 1

Camina sobre una cinta

Tiempo recomendado: 20 a 30 minutos



CONSIDERACIONES DE SEGURIDAD

- Considera como prioridad la seguridad de la niña o el niño. Los espacios deben estar libres de cualquier objeto que los pueda dañar, así como los materiales a utilizar no deben causarle afectaciones a su salud.
- Prevé que se hidrate y asee después de realizar las actividades.
- Brinda seguridad emocional a la niña o el niño si es que lo requiere.
- Aprovecha este momento como una oportunidad para fortalecer la interacción con tu hija o hijo.



RECURSOS PARA LA ACTIVIDAD

- Materiales: cinta adhesiva o línea en el piso.
- Espacios: pueden ser utilizados el pasadizo, el patio o la sala.



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

- Explícale a la niña o el niño que la actividad consiste en que se traslade sobre una línea trazada y que debe pasar por la línea de diferentes maneras, sin salirse de ella.
- Infórmale que la actividad que realizará le permitirá mejorar su equilibrio y fuerza, lo cual le servirá para jugar mejor con sus compañeras y compañeros cuando regrese a clases.
- Estate atenta o atento a las emociones de la niña o el niño mientras realiza la actividad.
- Orienta a tu niña o niño a realizar la actividad de las siguientes formas:
 1. Caminar por la línea hacia adelante.
 2. Caminar por la línea hacia atrás.
 3. Caminar por la línea con las puntas de los pies.
 4. Caminar por la línea con los talones.
 5. Avanzar saltando en un pie sobre la línea (derecha, luego izquierda).

6. Caminar por la línea con un objeto sobre la cabeza (cuaderno).
 7. Caminar por la línea transportando un objeto en las manos.
 8. Caminar por la línea lanzando y recibiendo un objeto.
 9. Caminar por la línea mientras tú le lanzas un objeto y ella o él lo recibe y lo objetos puedes variarlos según el tamaño).
 10. Propuesta de la niña o el niño.
- Si observas que la niña o el niño no puede realizar alguna de las tareas, que lo vuelva a intentar las veces que sea necesario.
 - Solicita a la niña o el niño que pueda plantear algunas variantes más.
 - Al finalizar la actividad, reflexiona con ella o él sobre las siguientes preguntas: ¿cómo te has sentido al realizar esta actividad?, ¿cuál de las tareas te resultó más difícil?, ¿cómo lograste superar esa dificultad?



¿QUÉ APRENDEN LAS NIÑAS Y LOS NIÑOS CON ESTA ACTIVIDAD?



- A desarrollar su independencia segmentaria y tomar conciencia sobre las partes de su cuerpo que influyen para mantener su equilibrio.
- A mejorar la concentración y la confianza en sí misma/o para poder enfrentarse a otras situaciones similares.