



IMPORTANCIA DEL PULSO

Señalar la importancia del pulso.

Selección de competencias, capacidades, indicadores, instrumentos.

Área	Comp.	Capacidad	Conocimiento	Indicadores	Inst. de evaluación
EF	1	1.3 Regula la frecuencia respiratoria en reposo y movimiento.	- El pulso en reposo y movimiento.	- Reconoce el pulso que percibe. - Señala la importancia del pulso para la vida.	Lista de cotejos.

- *Dialogan con los niños sobre la importancia de los juegos recreativos como medio para mejorar su desplazamiento.*
- *Frotan libremente por el campo, la profesora da indicaciones: tocar el piso con mano derecha e izquierda y ambas, saltar elevando las rodillas.*
- *Juegan según las indicaciones:*

A. Soldados de juguete

Material

- Tambor, aparato de sonido.
- Música: los soldados.

¿Qué áreas desarrolla el niño?

Organización espacio-temporal (pulso), coordinación dinámica general.

Actividades

1. El docente explica a los participantes que en este juego se van a convertir en soldados de juguete y van a marchar desplazándose por el espacio, al ritmo de la música (esta va de lento a rápido, produciendo agitación), durante el silencio, se detienen y pone la mano en su corazón para sentir como hace pum pum (pulso)
Repetir varias veces el juego.
2. Realizar la misma actividad pero sin desplazamiento, es decir, que los soldados marchan en su lugar, marcando el ritmo con los pies. Durante el silencio sienten el pulso.
3. Sin música, cada uno de los niños pone su mano en su corazón y reproduce el sonido vocalmente (pum pum), siguiendo el pulso percibe.

4. Los soldados toman un tambor, se sientan en un círculo y siguen el pulso de la música, tocando el instrumento. Al terminar comentan las actividades realizadas durante la sesión.

B. Carrera de patines.

- Se define con los niños una línea de partida, otra de llegada. Se alinean de 10 en 10 y se colocan las cajas de zapatos como si fueran patines. A la voz de 3 empiezan a patinar y gana el primero que llega a la meta.
- Responden interrogantes: ¿Qué partes de tu cuerpo has movido? ¿Qué pasaría si no pudiéramos movernos? ¿Cómo has respirado durante el juego? ¿Estás cansado? ¿Es importante respirar bien? ¿Por qué? ¿qué diferencia hay entre pulso y respiración?
- Dan a conocer sus respuestas voluntariamente.
- Realizan ejercicios de respiración nuevamente.
- Se asean e ingresan al aula.