

Jugando y Moviéndonos: Ludoterapia para Motricidad Gruesa en Bebés

Educación Física | Recreación | Aprendizaje Basado en Problemas

Descripción

Este plan de clase tiene como propósito que los niños de preescolar (3-5 años) comprendan, a través del juego y la recreación, cómo se puede favorecer la motricidad gruesa en los bebés mediante intervenciones de ludoterapia. Los estudiantes aprenderán la importancia de las actividades físicas y lúdicas para estimular el desarrollo motor de los lactantes menores, además de practicar ejercicios guiados para enseñar a las madres cómo apoyar a sus bebés en casa.

La relevancia de este tema radica en sensibilizar a los niños sobre el cuidado y el acompañamiento temprano, promoviendo empatía y conocimiento sobre el desarrollo infantil. Las actividades se conectan con su vida real porque los estudiantes pueden reconocer a bebés en su familia o comunidad y entender cómo ayudarlos a crecer fuertes y saludables.

Este plan contribuye al desarrollo integral del niño, ya que favorece el aprendizaje activo, la comunicación con adultos y el trabajo en equipo, además de fomentar habilidades motoras a través del movimiento y la creatividad.

Objetivos de Aprendizaje

- Describir la importancia de la ludoterapia para el desarrollo de la motricidad gruesa en el lactante menor.
- Identificar y practicar ejercicios básicos de ludoterapia que favorecen la motricidad gruesa en bebés.
- Guiar a la madre, simulada en actividades, en la correcta aplicación de ejercicios para estimular la motricidad gruesa del bebé.
- Demostrar habilidades para comunicar de manera sencilla y clara a otros cómo apoyar el desarrollo motor del lactante.

Recursos Necesarios

- Pelotas suaves de diferentes tamaños (3 unidades)
- Colchonetas o tapetes acolchonados para actividades en el suelo (1 por grupo)
- Muñecos de bebé para simulación (1 por grupo de 3-4 niños)
- Carteles ilustrativos con imágenes de ejercicios de ludoterapia (3 carteles)
- Reproductor de música suave y canciones infantiles (1)
- Hojas y crayones para dibujo
- Área amplia y segura para movimiento

Requisitos Previos

- Habilidad para seguir instrucciones sencillas.
- Experiencia previa con juegos grupales y actividades motrices básicas (correr, saltar, lanzar).
- Conocimiento básico de la importancia del cuidado y el cariño hacia bebés o niños pequeños.

Actividades

Fase de Inicio

Tiempo estimado:

10 minutos

Propósito de la sesión:

Docente: “Hoy vamos a aprender cómo ayudar a los bebés a moverse y crecer fuertes jugando. Vamos a descubrir juegos especiales que las mamás pueden hacer con sus bebés para que puedan gatear, sentarse y caminar mejor.”

Estudiantes: Escuchan con atención y preparan su cuerpo para moverse.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Muestra una imagen grande de un bebé gateando y pregunta: “¿Quién ha visto a un bebé gatear o caminar? ¿Cómo creen que los bebés aprenden a moverse?”
- **Estudiantes:** Responden compartiendo experiencias de bebés que conocen y describen movimientos.

Motivación y enganche:

Docente: “¿Sabían que jugando con los bebés podemos ayudarles a ser más fuertes y felices? Vamos a hacer un juego donde cada uno de ustedes será un enfermero que ayuda a la mamá a cuidar al bebé.”

Estudiantes: Se emocionan con la idea de ser “enfermeros” y ayudar.

Contextualización:

Docente: “En casa o en la escuela, pueden ver bebés que necesitan que los ayudemos a moverse. Hoy aprenderemos juegos que mamá puede usar para cuidar al bebé y hacerlo más fuerte.”

Estudiantes: Asienten, comienzan a imaginar y conectar con su entorno familiar.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado:

40 minutos

Presentación del contenido:

Docente: “Ahora vamos a conocer tres juegos que ayudan a los bebés a usar sus brazos, piernas y a mover todo su cuerpo. Primero los vamos a practicar con los muñecos de bebé para aprender bien.”

Estudiantes: Observan los carteles ilustrativos y se preparan para practicar.

Actividad 1: "El gateo del bebé"

- **Objetivo:** Identificar y practicar ejercicios que fomentan la motricidad gruesa en bebés.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** “Tomen su muñeco bebé. Ahora, imaginen que el muñeco quiere gatear. Vamos a ayudarlo a mover sus brazos y piernas suavemente, como si gateara. Yo les mostraré cómo mover las piernas y brazos del bebé.”
 - **Estudiantes:** En parejas, mueven con cuidado las extremidades del muñeco, imitando el gateo.
 - **Docente:** “Muy bien, ahora expliquen a su compañero qué están haciendo y por qué creen que este juego ayuda al bebé.”
- **Organización:** Parejas
- **Producto:** Demostración del movimiento del muñeco y explicación simple.
- **Tiempo:** 12 minutos
- **Rol docente:** Observa la movilidad de los muñecos, pregunta “¿Cómo ayuda este movimiento al bebé?”, corrige suavemente la técnica y promueve la comunicación entre niños.

Actividad 2: "Pelota rodante para brazos fuertes"

- **Objetivo:** Practicar ejercicios de ludoterapia que estimulan la motricidad gruesa, enfocándose en los brazos.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** “Ahora vamos a usar las pelotas suaves. Imaginen que el bebé está acostado y la mamá le pasa la pelota para que la alcance con sus manos. Vamos a hacer este juego con nuestros muñecos.”
 - **Estudiantes:** En grupos de 3-4, pasan la pelota suavemente a los muñecos, simulando que el bebé la alcanza y agarra.
 - **Docente:** “¿Qué parte del cuerpo del bebé trabajamos cuando hacemos esto?”
- **Organización:** Grupos de 3-4
- **Producto:** Simulación del juego con la pelota y respuesta oral sencilla.
- **Tiempo:** 15 minutos
- **Rol docente:** Promueve la participación, observa el manejo seguro de las pelotas, hace preguntas guía para que reconozcan la función motriz.

Actividad 3: "Guía a mamá: Cómo ayudar al bebé"

- **Objetivo:** Guiar a la madre en la aplicación correcta de ejercicios para favorecer la motricidad gruesa del lactante.
- **Instrucciones:**

- **Docente:** “Ahora cada grupo va a practicar cómo explicar a mamá, usando el muñeco, cómo hacer uno de los ejercicios que aprendimos.”
- **Estudiantes:** En grupos, uno hace de mamá, otro de enfermero, y usan el muñeco para mostrar el ejercicio y explicar con sus palabras.
- **Docente:** “Recuerden usar palabras que mamá pueda entender y mostrar cómo mover al bebé con cuidado.”
- **Organización:** Grupos de 3-4
- **Producto:** Presentación corta de la explicación y demostración del ejercicio.
- **Tiempo:** 13 minutos
- **Rol docente:** Escucha las explicaciones, da retroalimentación positiva y corrige detalles para mejorar la comunicación.

Diferenciación:

- **Para estudiantes que terminan antes:** Invitar a crear un dibujo del ejercicio favorito y escribir (o dictar) una frase para la mamá.
- **Para estudiantes con más dificultades:** Ofrecer apoyo individual con el muñeco, repetir instrucciones paso a paso y usar lenguaje visual sencillo.

Transiciones:

Docente: “Ahora que aprendimos y practicamos estos juegos, vamos a compartir con todos cuál les gustó más y por qué.”

Fase de Cierre

Tiempo estimado:

10 minutos

Síntesis:

- **Docente:** “Vamos a hacer un pequeño círculo y cada uno va a decir una cosa que aprendió hoy sobre cómo ayudar a un bebé a moverse.”
- **Estudiantes:** Comparten en voz alta una idea o muestran su dibujo si lo hicieron.

Reflexión metacognitiva:

- “¿Qué juego les gustó más para ayudar al bebé y por qué?”
- “¿Cómo le explicarías a tu mamá o papá lo que aprendiste hoy?”
- “¿Por qué es importante ayudar a los bebés a moverse?”

Retroalimentación:

Docente: Felicita a cada estudiante por su participación, corrige con suavidad y destaca los aciertos en la explicación y el cuidado durante los ejercicios.

Transferencia:

Docente: “La próxima vez que vean un bebé, podrán contarles a sus papás sobre estos juegos para que el bebé se divierta y crezca fuerte.”

Tarea o reto:

Docente: “En casa, pueden contarle a su mamá o papá uno de los juegos que aprendimos y mostrar cómo se hace con un muñeco o con sus manos.”

Evaluación

Tipo de evaluación:

- Diagnóstica en la Fase de Inicio: observación de conocimientos previos sobre motricidad y cuidado de bebés.
- Formativa durante la Fase de Desarrollo: observación directa de la práctica de ejercicios y explicación a la madre simulada.
- Sumativa en la Fase de Cierre: evaluación oral y mediante participación en la síntesis y reflexión.

Criterios de evaluación:

- Describe la importancia de la ludoterapia para la motricidad gruesa en bebés (Objetivo 1).
- Realiza correctamente los movimientos básicos de ludoterapia con el muñeco (Objetivo 2).
- Comunica de forma clara y sencilla cómo realizar un ejercicio para el bebé (Objetivo 3 y 4).

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para observar la correcta ejecución de movimientos y explicaciones.
- Observación directa por parte del docente durante las actividades prácticas.
- Autoevaluación guiada mediante preguntas de reflexión en el cierre.

Evidencias de aprendizaje:

- Demostración práctica de ejercicios con muñeco.
- Explicación oral a la madre simulada.
- Participación activa en la reflexión y síntesis final.

Enriquecimientos

Inicio - Contextualizar

Contextualización para la Fase de Inicio

¡Hola, pequeños exploradores y mamás cuidadosas! Hoy vamos a jugar y movernos juntos para ayudar a los bebés a crecer fuertes y felices. ¿Sabén que cuando ustedes gatean, caminan o saltan están usando su cuerpo para aprender y descubrir el mundo? Los bebés también necesitan moverse mucho para que sus músculos se fortalezcan y puedan hacer cosas nuevas, como sentarse, ponerse de pie y caminar.

En casa, cuando juegan con sus juguetes o cuando mamá los carga y mueve suavemente, están ayudando a sus músculos a crecer. Así como ustedes necesitan jugar para estar sanos, los bebés necesitan juegos especiales que les ayuden a mover sus brazos, piernas y cuerpo completo.

Hoy, vamos a aprender con mamá algunos juegos y ejercicios divertidos que serán como pequeñas aventuras para los bebés, para que sus músculos se hagan fuertes y puedan moverse mejor. Nos divertiremos mucho mientras ayudamos a nuestros pequeños amigos a crecer sanos y felices.