

Lateralidad en Movimiento: Desarrollo Corporal y Espacial para Niños

Educación Física | Recreación | para estudiantes de primaria (6-11 años) | 4 semanas

Descripción del Curso

Este curso está diseñado para estudiantes de primaria entre 6 y 11 años con el propósito de fomentar el desarrollo de la lateralidad mediante actividades físicas lúdicas y recreativas. La lateralidad es fundamental para la coordinación motriz, el equilibrio y la orientación espacial, habilidades esenciales para el crecimiento integral de los niños y su desempeño en diversas áreas.

Dirigido a estudiantes en etapa básica, el curso utiliza un enfoque participativo y vivencial, integrando ejercicios prácticos que facilitan el reconocimiento y uso correcto del lado derecho e izquierdo del cuerpo. Se promueven espacios de exploración corporal y juegos que estimulan la percepción espacial, contribuyendo a mejorar la autonomía y confianza motriz.

Al finalizar el curso, los estudiantes serán capaces de identificar y aplicar la lateralidad en actividades cotidianas y recreativas, mejorando su coordinación y equilibrio, además de fortalecer habilidades cognitivas relacionadas con la orientación espacial. Este proceso favorece también la integración social y el disfrute del movimiento en un ambiente seguro y estimulante.

Objetivos Generales

- Identificar y nombrar correctamente el lado derecho e izquierdo del cuerpo en diferentes contextos.
- Ejecutar ejercicios y juegos que promuevan la coordinación bilateral y el equilibrio corporal.
- Mejorar la orientación espacial mediante actividades que involucren movimientos dirigidos y controlados.
- Aplicar la lateralidad en situaciones recreativas que desarrollen habilidades sociales y motrices.

Competencias

- Reconocer y diferenciar el lado derecho e izquierdo de su cuerpo en actividades físicas.
- Aplicar movimientos coordinados que integren la lateralidad para mejorar el equilibrio y la orientación espacial.
- Desarrollar habilidades motrices básicas utilizando la lateralidad de manera consciente y efectiva.
- Demostrar capacidad para seguir instrucciones que impliquen el uso de ambos lados del cuerpo en juegos y ejercicios.
- Integrar la lateralidad en actividades recreativas que fomenten el trabajo en equipo y la socialización.

Requerimientos

- Conocimientos básicos sobre partes del cuerpo y nociones de derecha e izquierda.
- Espacio adecuado para realizar actividades físicas seguras.
- Materiales simples como conos, aros, pelotas y cuerdas para juegos y ejercicios.
- Ropa cómoda y calzado adecuado para movilidad y seguridad.
- Guía o docente con conocimientos en educación física y recreación.

Unidades del Curso

Unidad 1: Introducción a la Lateralidad y Reconocimiento Corporal

Unidad 2: Coordinación y Control Motor con Lateralidad

Unidad 3: Equilibrio y Orientación Espacial a través del Movimiento

Unidad 4: Aplicación de la Lateralidad en Juegos y Actividades Recreativas