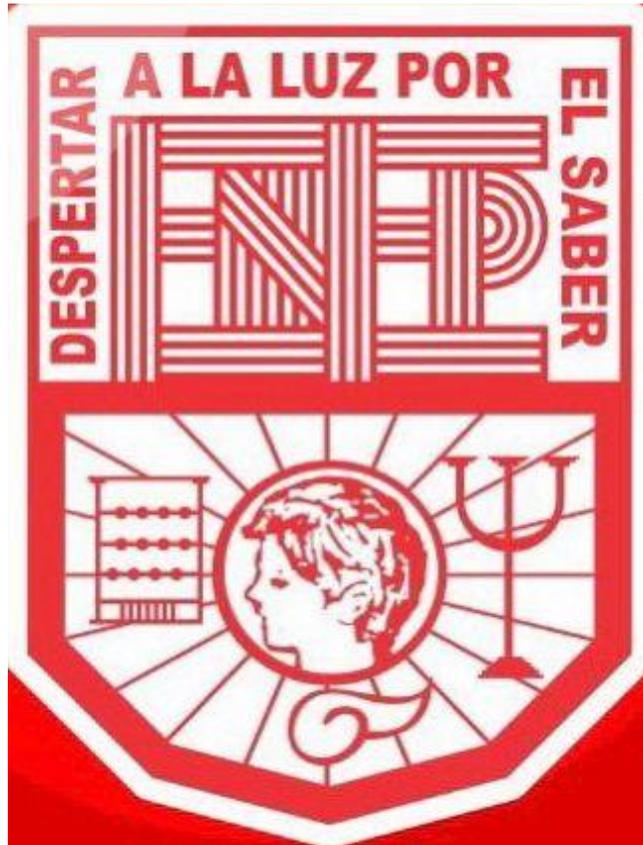


Escuela Normal de Educación Preescolar.

Tarea 1: Conceptos.



Elena Haro Flores.

1A - #15

Estrategias de educación física en preescolar.

Jesús Armando Villanueva Villareal.

Fecha: 19 de septiembre del 2023

Estrategias de educación física

¿Qué es educación física?

La educación física es una disciplina educativa que busca el desarrollo integral de las personas a través de la participación en actividades físicas y deportivas. Su objetivo principal es impulsar el bienestar físico, mental y social mediante el movimiento y el ejercicio. Además de mejorar la forma física, también promueve habilidades motoras, enseña conceptos de salud y nutrición, fomenta el trabajo en equipo, el juego limpio y el respeto mutuo, y sienta las bases para mantener un estilo de vida activo y saludable a lo largo de toda la vida.

¿Qué es estrategia didáctica?

Una estrategia didáctica es un conjunto de acciones y decisiones pedagógicas diseñadas para promover un aprendizaje significativo y completo, considerando las características individuales de los estudiantes, los contenidos a enseñar y los objetivos educativos que se desean alcanzar.

Motricidad.

La motricidad se refiere a la capacidad de realizar movimientos voluntarios y coordinados del cuerpo humano. Esto incluye desde movimientos básicos como caminar hasta habilidades más complejas como saltar, lanzar y manipular objetos.

1. **Motricidad Gruesa:** Se refiere a los movimientos grandes y generales del cuerpo que involucran múltiples músculos y articulaciones. Incluye actividades como correr, saltar, nadar y trepar.

2. **Motricidad Fina:** Implica movimientos más precisos y delicados, a menudo utilizando pequeños músculos y coordinación mano-ojo. Ejemplos incluyen escribir, recortar con tijeras y abotonar ropa.-

Corporeidad.

Se refiere a cómo uno siente, se mueve y se relaciona con su corporalidad, incluyendo la conciencia de sensaciones físicas y emociones. También considera cómo la cultura y la identidad influyen en nuestra relación con el cuerpo propio y ajeno.

Lateralidad.

La lateralidad se refiere a la preferencia por uno de los lados del cuerpo, ya sea derecho o izquierdo, manifestándose en el uso de una mano, pie, ojo u oído específico. Está ligada a la organización cerebral y puede ser influenciada por genética y ambiente. La diestra y la zurdera son ejemplos, extendiéndose a la vista y el oído. Desarrollada en la infancia, afecta actividades como escritura y deporte, siendo relevante en educación y desarrollo infantil.