

Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres

¡Muévanse!

por Adrienne DeWitt, M.A., CCC-SLP



Con los planes de estudios que hacen hincapié en el aprendizaje y las evaluaciones basadas en computadoras y los estándares cada vez más rigurosos para los niveles de grado, los estudiantes están perdiendo oportunidades de levantarse y mover sus cuerpos durante el día escolar. El desarrollo movimiento es crucial para el aprendizaje porque ayuda al cerebro a crear vías para obtener nueva información. Movimiento a lo largo del día se ha demostrado para aumentar el enfoque, mejorar las puntuaciones de las pruebas, y promover el comportamiento adecuado. Más específicamente, se ha demostrado que el movimiento del motor:

- reducir el estrés de la escuela.
- combatir la obesidad infantil.
- expulsar la energía "ocupada".
- motivar al niño a aprender.



Con un poco de creatividad, los SDP, los educadores y los padres pueden utilizar los espacios y recursos ya disponibles en las escuelas y en la comunidad para mezclar el movimiento con el aprendizaje. Estas son algunas sugerencias de juegos para poner a los estudiantes de pie:

• **Simon Dice** – Este juego es un clásico de la terapia del habla! Ideal para ubicaciones con espacio limitado, Simon dice que los objetivos siguiendo las instrucciones y las habilidades del funcionamiento ejecutivo, como el enfoque y el control de impulsos. Direcciones complejas ("Si llevan una camisa verde, luego giran") y se pueden incorporar grandes movimientos en el juego.



• **Juegos de Paracaídas** – Muchos maestros de educación física tienen paracaídas. Apunte a las direcciones espaciales haciendo que los estudiantes corran bajo el paracaídas, siéntense en el paracaídas, flotar sus piernas sobre el triángulo rojo, sentarse en un triángulo junto a un triángulo azul, etc.



• **Ocultar y Buscar** – Este juego se puede utilizar para apuntar el reconocimiento de letras, palabras a la vista, conciencia fonética, memoria auditiva y más. Esconde tarjetas alrededor de la habitación ligeramente fuera de la vista, como debajo de una mesa, sobre las puertas, detrás de las sillas, etc. Dé al estudiante pistas sobre lo que necesita para encontrar ("Encontrar algo que es marrón y amarillo, tiene un cuello largo, y hojas de comidas,") o que los estudiantes encuentren tarjetas y practiquen la palabra objetivo en cada uno.



• **Curso de Obstáculos** – Los educadores físicos son un gran recurso para todo lo necesario para una carrera de obstáculos, como túneles, tablas de scooters, aros de hula, conos, almohadillas de choque, etc. También se pueden hacer pistas de obstáculos en los parques infantiles. Sea ¡Creativo! Tome turnos entre las actividades físicas y la búsqueda de objetivos. Por ejemplo, después de que el estudiante pasa por el túnel, debe decir la palabra de destino 10 veces antes de pasar a la diapositiva.



Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres
(cont.)

• **Nenúfares** – Coloca aros de hula en el suelo con objetivos pegados en el medio. Pida a los estudiantes que salten de la almohadilla de lirio al lirio.



• **Bolos** – Los pines de bolos se pueden comprar, encontrar en un gimnasio, o hacer con botellas de soda de un litro. Tarjetas de cinta con objetivos a un lado o a la parte inferior de los bolos. Pida al estudiante que derribe los bolos y practique el objetivos en cada pin.



• **Charades** – Al enseñar vocabulario, las farsas son una gran manera de hacer que las nuevas palabras sean memorables. Los estudiantes pueden usar sus cuerpos para imitar los movimientos de un tornado o demostrar el significado de "oscilar".



• **Clasificación** – coloque cubos vacíos alrededor de un espacio abierto y extienda las cartas a lo largo del suelo. Etiquetar cada cubo con una categoría (por ejemplo, animales, estaciones, transporte, etc.) Los estudiantes trabajan juntos para ordenar las cartas colocándolas en los cubos de la categoría tan rápido como puedan.



• **Espío** – Dar a cada uno de sus estudiantes una pila de color diferente de notas adhesivas y recordarles de su sonido objetivo. Pídales que exploren la habitación y pongan las notas adhesivas en los objetos que tienen su sonido objetivo en su nombre (por ejemplo, si el estudiante está trabajando en el sonido /ff/, puede poner una nota en un teléfono, el ventilador y un amigo). Cuando los estudiantes hayan terminado de colocar sus notas adhesivas, visite cada elemento en la habitación y pida a los estudiantes que practiquen sus sonidos.



• **Hop Scotch** – Crea una tabla de whisky de lúpulo con tiza (fuera) o cinta de pintor azul (dentro). Coloque las cartas con palabras de destino en cada cuadrado de la tabla de whisky hop. Pida al estudiante que lance una bolsa de frijoles en el tablero y practica el objetivo en el cuadrado antes de tomar su turno.



Asegúrese de que los alumnos tengan mucho espacio para moverse con seguridad. Despeje los muebles y objetos fuera del camino, y establezca lugares de entrada y fuera de los límites con los estudiantes antes de comenzar la actividad. Hay muchos espacios abiertos dentro de una escuela donde varios estudiantes pueden moverse libremente, como un gimnasio, una cafetería vacía o un patio de recreo. Los gimnasios se pueden utilizar cuando se programan alrededor de la clases de la educación física; cafeterías se pueden utilizar cuando se programa alrededor de la hora del almuerzo; Patios se puede utilizar cuando se programa alrededor del recreo. Colabore con el administrador del edificio para encontrar lugares seguros para que los estudiantes se muevan. Los padres pueden usar muchos lugares privados y públicos, como parques y áreas de juegos infantiles, patios traseros, e incluso la sala de estar.



Recursos:

Kamenetz, Anya. "5 Proven Benefits Of Play." NPR. August 31, 2018. Accessed September 28, 2018. <https://www.npr.org/sections/ed/2018/08/31/642567651/5-proven-benefits-of-play>

Más Handy Handouts® GRATIS, visite www.handyhandouts.com