



Saltolandia (Propuesta didáctica)



Puesta del sol

Descripción: Este recurso propone una serie de actividades para el desarrollo del salto alto en niños de 3 a 5 años, centrándose en la exploración de la verticalidad y el fortalecimiento de la habilidad de saltabilidad. Puede realizarse énfasis en distintos contenidos, en este caso fue pensada como una propuesta inicial hacia el contenido deporte.

Competencia específica de la Unidad Curricular: Competencia Motriz

Contenido: Deporte/ Juego y recreación

Formato: Propuesta Didáctica

Fecha de creación: 2024

Ciclo: :1er **Tramo:** 1er tramo

Grado: 3, 4 y 5 años

**Competencias generales:** Comunicación , Pensamiento creativo y Iniciativa y orientación a la acción

Espacio	Unidades Curriculares	Competencias específicas	Contenidos	Criterios de Logro
DESARROLLO PERSONAL Y CONCIENCIA CORPORAL	Educación Física	CE1. Competencia motriz CE2. Competencia Corporeidad y entorno	Juego recreación: Profundización de los juegos motores simbólicos: juegos de roles (fantasía, ficción) Deporte: Coordinación de saltos uni- y bipodales en altura. Gimnasia: Experimentación de saltos bipodales.	Ubicación de su propio cuerpo en relación con el entorno.
TÉCNICO - TECNOLÓGICO	Ciencias de la Computación y Tecnologías Educativas	CE4 Identifica y reconoce la funcionalidad de las nuevas tecnologías, lo que le permite entender el mundo que lo rodea y abordar problemas computacionales o técnicos.	Alfabetización digital, tecnología educativa y ciudadanía digital (CE2, CE4, CE5).	Se vincula con las tecnologías desde una actitud exploratoria y colaborativa de acuerdo a su edad. Comunica lo que aprendió y con medios digitales. Con orientación, selecciona y utiliza el recurso digital más adecuado disponible en su entorno para cumplir con una consigna dada. Indaga contenidos digitales de su interés en el ámbito escolar.

Metas de aprendizaje: Que los estudiantes desarrollen la habilidad para saltar con precisión y control, en un ambiente lúdico de disfrute de su corporeidad.

Los estudiantes trabajarán su confianza en la exploración del espacio y la verticalidad.



Plan de aprendizaje:

Se organiza el material de forma tal que haya diferentes obstáculos (colchonetas, bancos bajos, cajas) a distancias variadas.

Los niños saltarán sobre los obstáculos, adaptando la fuerza y la distancia según la altura y la separación de los mismos.

Se organizan actividades lúdicas que impliquen saltar desde y hacia diferentes alturas, como saltar desde un banco bajo o una plataforma.

Se impulsa a los niños a experimentar con diferentes tipos de saltos: recto, lateral, con impulso, entre otros, en un ambiente lúdico creado por el clima del cuento motor.

Actividad 1

Movilidad articular de las principales articulaciones desde abajo hasta arriba nombrando y buscando que los estudiantes reconozcan su propio cuerpo.

Ejercicios de activación en el lugar nombrando las grandes partes del cuerpo y las nociones topológicas.

Se puede generar un clima motivante con música como por ejemplo: [☀️ Dúo Tiempo de Sol - Yo Puedo dar Saltos ☀️ \(youtube.com\)](#)

Actividad 2

El viaje a Saltolandia

En una pequeña aldea rodeada de montañas, vivía un grupo de niños llenos de energía y curiosidad. Un día, su guía de aventuras convocó a todos los niños a una gran aventura. Les contó sobre un lugar mágico llamado "Saltolandia", donde los sueños se hacían realidad y los corazones saltaban de alegría.

Los niños, emocionados, se prepararon para partir hacia este maravilloso destino. Pero para llegar allí, tenían que superar un desafío: saltar desde la montaña más alta del pueblo hasta la plataforma más baja, donde comenzaría su viaje hacia Saltolandia.

Con determinación y valentía, los niños se agruparon al pie de la colina. Uno tras otro, se prepararon para el gran salto. Algunos decidieron saltar recto



como flechas, otros prefirieron dar saltos laterales como graciosos conejos, y algunos más se lanzaron con un impulso extra como poderosos leones. Con cada salto, los niños sentían cómo la brisa les acariciaba la cara y la emoción los llenaba por completo. ¡Estaban listos para emprender su viaje a Saltolandia!

Al llegar a la plataforma más baja, su guía de aventuras les recibió con una sonrisa. Les felicitó por su valentía y les animó a seguir explorando y experimentando con diferentes tipos de saltos en su viaje. Les aseguró que en Saltolandia encontrarán aventuras emocionantes y desafíos divertidos que les ayudarían a crecer y aprender.

Y así, con el corazón lleno de alegría y el espíritu de aventura en alto, los niños partieron hacia Saltolandia, listos para descubrir un mundo lleno de posibilidades y diversión.

Después de explorar Saltolandia y vivir increíbles aventuras, llegó el momento de regresar a casa, y para hacerlo, tenían que superar un último desafío: un salto hacia arriba de una pila de colchones para volver a la aldea.

Con determinación y emoción, los niños se colocaron en posición frente a la pila de colchones. Respiraron profundamente y se concentraron en el objetivo. Con un impulso poderoso, cada uno dio un gran salto hacia arriba, sintiendo la adrenalina recorrer sus cuerpos mientras se elevaban por el aire.

Los niños regresaron con una sonrisa y el recuerdo de sus divertidas experiencias grabado en sus corazones. En la vuelta a la calma, se sentaron en círculo y cerraron los ojos, concentrándose en sus respiraciones.

Su guía de aventuras, con suavidad, les recordó el viaje que habían emprendido, y les pidió que prestaran atención a sus corazones:

"Respiren profundamente y sientan el latido de su corazón. ¿Pueden sentir cómo salta de alegría al recordar las aventuras que han vivido hoy?"

Los niños, con los ojos cerrados, prestaron atención y se conectaron con el ritmo de sus corazones, pusieron la palma de su mano en el pecho para sentirlo. Algunos sonrieron al sentir la emoción palpar dentro de ellos, recordando los saltos y la diversión compartida.

Y así, en ese momento de calma y conexión, los niños comprendieron que, aunque habían regresado de Saltolandia, la magia de ese lugar seguía latiendo en sus corazones, recordándoles siempre la alegría de saltar hacia lo desconocido con seguridad y vivir nuevas aventuras.



¡Y tú también puedes sentir el latido de tu corazón, lleno de alegría y emoción, listo para saltar hacia nuevas aventuras!

Actividad 3: Saltolandia en audio

Después de regresar de su emocionante aventura en Saltolandia, al llegar al salón de clase con la maestra, los niños esperamos que estén emocionados de compartir sus experiencias con otros. En esta actividad, propiciamos el uso de la tecnología digital para grabar y compartir sus narraciones sobre su viaje.

Antes de comenzar la actividad, explicaremos a los niños cómo utilizar una aplicación simple de grabación de audio en una tablet o teléfono celular. Les enseñaremos cómo mantener presionado el botón de grabación, hablar claramente y luego detener la grabación.

Los niños trabajarán en parejas o grupos pequeños para grabar sus narraciones sobre su viaje a Saltolandia. Les pediremos que hablen sobre las cosas emocionantes que hicieron, cómo se sintieron y qué aprendieron durante su aventura.

Cada grupo grabará su narración y luego escuchará la grabación para asegurarse de que se escuche claramente. También podrán agregar efectos de sonido como risas, sonidos de saltos o susurros para hacerlo más interesante.

Una vez que hayan terminado de grabar, los niños tendrán la oportunidad de compartir sus narraciones con el resto de la clase. Podrán escuchar las grabaciones de sus compañeros y comentar sobre lo que más les gustó de cada historia.

Además, les pediremos que compartan las grabaciones con sus familias en casa. Podrán compartir las grabaciones por correo o subiéndolas a una plataforma segura en línea, como lo es CREA.

También se puede grabar directamente en CREA:

[Grabación de audio/video en CREA - Ceibal](#)

Con esta actividad, los niños podrán practicar sus habilidades de narración y expresión oral mientras utilizan la tecnología digital de manera creativa. Les permitirá reflexionar sobre su experiencia en Saltolandia y compartir sus emocionantes aventuras con otros, enriqueciendo así su experiencia educativa.

**Sugerencias metodológicas, didácticas y de evaluación:**

Se sugiere utilizar un enfoque lúdico y exploratorio, permitiendo que los niños experimenten libremente con el movimiento.

Se debe enfatizar la importancia de la seguridad en la realización de los saltos, supervisando de cerca cada actividad para garantizar que se realicen en un entorno seguro y controlado.

Se considera conveniente proporcionar retroalimentación positiva y alentar el esfuerzo y la perseverancia.

Es recomendable observar y registrar el progreso individual de cada niño conforme a los criterios de logro establecidos. Para ello, una práctica útil consiste en colocar un celular en posición horizontal en un punto estratégico del espacio, de manera que pueda capturar ampliamente toda la actividad en desarrollo. Luego, se puede revisar el video con el apoyo de software especializado, como Kinovea, para un análisis más detallado. Una forma de integrar este registro en la dinámica de la clase sería reproducir el video, permitiendo que todos observen y discutan juntos los avances y áreas de mejora identificados.

Créditos:

Mynorbejarano Puesta Del Sol Cielo - Foto gratis en Pixabay - Pixabay
<https://pixabay.com/es/photos/puesta-del-sol-cielo-sol-amanecer-3305334/>

Ceibal [Grabación de audio/video en CREA - Ceibal](#)
<https://ceibal.edu.uy/institucional/articulos/grabacion-de-audiovideo-en-crea/>

Bibliografía/Fuentes consultadas:

ANEP (2022) Marco Curricular Nacional, disponible en:
<https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/Archivos/publicaciones/Marco-Curricular-Nacional-2022/MCN%20%20Agosto%202022%20v13.pdf>

ANEP (2022) Programa de Educación Básica Integrada, disponible en:
<https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/te-programas/2023/Compilacio%CC%81n%20Programas%201er%20Ciclo%20final.pdf>

Autor: Prof. Marcos Díaz

Fecha de creación: 15/5/2024

Licenciamiento: [Creative Commons Atribución 4.0 Internacional](#)