

## Circuito para desarrollar destrezas motoras en preescolar

### El circuito

El circuito motor es parte de la **Metodología Activa Educativa** que se implementa en prekínder y kínder.

Permite trabajar los siguientes objetivos de aprendizaje (OA):

- OA 6,7,8, Tercer nivel (Transición), Núcleo Corporalidad y Movimiento, Ámbito Desarrollo personal y social

Todos los días, en algún momento dentro de la rutina (en general antes o después de los recreos), los niños tienen 21 minutos para desarrollar el circuito motor. Éste es una actividad que tiene como objetivo que los niños adquieran destrezas motoras, según su etapa del desarrollo, a partir de la repetición de un determinado ejercicio.

Se dispone un circuito con tres ejercicios diferentes y se divide el curso en tres grupos. A cada grupo se le asigna un ejercicio, el que deben repetir por 7 minutos. Cuando finaliza el tiempo deben cambiar de ejercicio y realizarlo por 7 minutos. Cuando se acaba el tiempo, deben realizar el ejercicio faltante.

El mismo circuito se mantiene durante dos semanas. El tipo de ejercicio que se realiza son gateo, salto, correr con obstáculos, equilibrio, rodar, voltearse, salto, giro, lanzamiento y recepción, según la edad.

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=It-ILcnWWiY&feature=youtu.be>