

Desarrollo físico y salud (indicadores para 46 a 60 meses)

Bienestar

a. Conocimientos y prácticas de salud

- Identifica las prácticas específicas que apoyan el desarrollo y función corporales.
- De manera independiente, demuestra la capacidad de lavarse las manos, participar en la higiene oral y utilizar los modales adecuados al toser o estornudar.
- Dependiendo de la actividad, combina y utiliza los distintos sentidos.
- Reconoce la importancia de las consultas con el médico y el odontólogo e identifica el papel que juegan los médicos y odontólogos para mantener la salud.
- Identifica los medicamentos y sabe que se utilizan para mantenerse saludable. Comprende lo que es un medicamento y la razón para usarlo.
- Identifica cuáles son los asistentes de salud tanto en la comunidad como en la escuela que se necesitan si surge una situación dada.
- Demuestra una capacidad cada vez mayor para realizar de forma independiente tareas de autocuidado al comer, cepillarse los dientes, vestirse, ir al baño y asearse.
- Participa fácilmente y sabe qué hacer durante las actividades de rutina.
- Cumple con la higiene básica oral y de las manos.
- Ayuda con el cuidado rutinario del ambiente (p. ej. hacer compostaje, sacar la basura, etc.).
- Reconoce que la salud tiene varios componentes.
- Identifica los cambios físicos que se presentan en el cuerpo durante la actividad física de moderada a intensa (p. ej. aumento del ritmo cardíaco, respiración, etc.).
- Participa en las rutinas de sueño.

b. Condición de salud física

- Participa en juegos, actividades al aire libre como excursiones y otras formas de ejercicio para aumentar el movimiento y el repertorio de actividades físicas.
- Desarrolla conciencia de la salud y condición física personal.
- Desarrolla conciencia de la salud personal y comprensión de cómo abogar por sí mismo (por ejemplo, solicita el rincón de la calma, habla cuando le duele la barriga, etc.).
- Participa, tanto individual como grupalmente, en actividades físicas de moderadas a intensas que aumentan la fuerza, la resistencia y la flexibilidad.

c. Nutrición

- Con apoyo, el niño reconoce una variedad de alimentos saludables provenientes de otras culturas.
- Identifica los alimentos según el grupo alimenticio al que pertenecen y a su proveniencia (p. ej. las manzanas vienen de los árboles, los huevos de las gallinas, la leche de las vacas o cabras, etc.) y comprende las diferencias entre opciones de alimentación sana y no sana.
- Muestra cada vez más conciencia de la nutrición adecuada y mayor independencia en cuanto a la higiene y el cuidado personal al comer.



- Participa en la preparación de las comidas cuando sea posible.

d. Seguridad

- Identifica cómo las personas ayudan a mantenerlo protegido en situaciones peligrosas.
- Sigue las normas y prácticas básicas de seguridad. Puede responder adecuadamente ante situaciones, objetos, sustancias y entornos nocivos o inseguros, y puede identificar las consecuencias de un comportamiento inseguro.
- Demuestra comportamientos para reducir el riesgo personal para la salud (p. ej., llevar casco al montar en bicicleta y aplicarse crema solar con ayuda, etc.).
- Puede identificar posibles situaciones de inseguridad, como la proximidad a animales salvajes y mascotas desconocidas, hablar con extraños, la exposición a sustancias químicas peligrosas, etc.
- Después de las indicaciones de un adulto, sigue las rutinas de emergencia.

Destrezas motoras y patrones de movimiento

a. Destrezas motoras finas

- Sostiene las herramientas de dibujo, escritura y pintura utilizando el apoyo en tres puntos (trípode) al agarrar con los dedos, escribir con más detalle y dibujar características faciales más reconocibles.
- Puede escribir letras, formas básicas y líneas y puede dibujar características faciales más reconocibles.
- Continúa progresando en el uso de cubiertos de forma independiente con apoyo limitado, que incluye la demostración de ensartar alimentos con un tenedor, recoger con una cuchara, extender y cortar con un cuchillo u otra práctica adecuada desde el punto de vista cultural.
- Demuestra mayor destreza en el uso de la tijera para cortar formas o dibujos sencillos mientras mantiene el papel inmóvil con la otra mano.
- Practica habilidades de autoayuda, como abotonarse, subirse el cierre, abrocharse el cinturón, teclear, etc.
- Utiliza movimientos pequeños y precisos de los dedos y las manos (p. ej., recoger piedras pequeñas y bellotas o sacar semillas de los girasoles).
- Utiliza los dedos, las manos y las muñecas para manipular diversas herramientas pequeñas (p. ej., grapadoras, perforadoras, botellas de aerosol).

b. Destrezas motoras gruesas

- Coordina movimientos complejos cuando juega.
- Comprende los conceptos de movimiento, cómo se mueve el cuerpo, tiene conciencia del espacio y la direccionalidad y que el cuerpo se puede mover independientemente o en coordinación con otros objetos,
- Demuestra habilidades locomotoras progresivas, saltos sucesivos y saltos hacia delante.
- Tiene control sobre la velocidad y la dirección y el equilibrio, como correr, deslizarse, galopar hacia adelante, hacia atrás, a la derecha a la izquierda.
- Demuestra habilidades de conciencia corporal mientras participa en actividades físicas en grupo.
- Manipula objetos con una amplia gama de movimientos.



- Desarrolla la coordinación y el equilibrio utilizando diversos equipos del patio de recreo, juegos al aire libre o exploración de la naturaleza (p. ej., haciendo equilibrios sobre un tronco).
- Muestra entusiasmo por el dominio de la práctica repetitiva de la motricidad gruesa.

