

CORPORALIDAD-Y-MOVIMIENTO- KÍNDERAB-OA7-GUÍA16-SEMANA17

Objetivo: Identificar por medio de una rutina física las habilidades motoras básicas de locomoción y manipulación , a través de diversas posturas y desplazamientos.

O A 7: Resolver desafíos prácticos manteniendo control, equilibrio y coordinación al combinar diversos movimientos, posturas y desplazamientos tales como: lanzar y recibir, desplazarse en planos inclinados, seguir ritmos, en una variedad de juegos

Semana del 03/08 al 07/08

***Obligatorio**

1. Nombre completo: *

2. Curso: *

Marca solo un óvalo.

Kinder A

Kinder B

Instrucciones

- 1.- Lea el recordemos que tiene que ver con lo trabajado en la semana pasada cuadro de color verde.
- 2.- Luego leer el nuevo contenido que está en recuadro amarillo.
- 3.- Realiza el desafío paso a paso.(El vídeo lo puedes ver y luego ejecutar)
- 4.- Realiza el ticket de salida respondiendo con ayuda de tus padres.
- 5.- Apretar enviar y tendrás tus respuestas en forma inmediata.

Recordemos:

¡Hola!, ¿Cómo estuvo tu semana?, Espero que hayas podido cumplir con el desafío de trabajar en diferentes situaciones físicas incorporando ejercicios de ajuste postural a las habilidades motoras básicas de:

*Locomoción : caminar, trotar, correr y saltar.

*Manipulación : lanzar, atrapar, golpear un balón u objetos.

Estos desafíos prácticos permiten ir desarrollando tus habilidades y posibilidades de movimiento y así incorporarlas en otras actividades recreativas futuras.

I

Contenido:

Esta semana te invito a reforzar las habilidades motoras de manipulación a través de una rutina de ejercicios físicos prácticos con diversas acciones motrices como: lanzar con precisión a diferentes distancias, lanzar a un blanco determinado, recibir con una mano y la otra.

Estas pequeñas actividades ayudan a que desarrolles por un lado la coordinación ojo mano y por otro lado la precisión en los movimientos.

Desafío: te explico el paso a paso.

Paso 1: Movilidad articular. Ejecuta los siguientes ejercicios antes de la rutina .



Materiales

Para la siguiente rutina necesitas:

- 1.-Un lugar despejado de tu casa.
- 2.-5 pelotas hechas con calcetines..
- 3.-Un recipiente de plástico.
- 4.-Una silla.

Paso 2 : Realiza los siguientes ejercicios de manipulación, siguiendo las instrucciones del docente en el siguiente vídeo.(te sugiero ver el vídeo y luego realizar los ejercicios.



<http://youtube.com/watch?v=kCYHdbJp8qE>

Paso 3: Vuelta a la calma , ejercicios de respiración (Inhalar y Exhalar)



TICKET DE SALIDA: pídele ayuda a tus papás para contestar las siguientes preguntas.
Una vez que termines pon enviar y tendrás tus respuestas en forma automática.

3. 1.-¿A qué tipo de habilidad motora corresponden las siguientes acciones motrices?.Haz clic en aquella habilidad que consideres correcta. *

6 puntos

Marca solo un óvalo por fila.

	Locomoción	Manipulación	Estabilidad
Correr	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Caminar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lanzar un balón	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mantenerse en un pie	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Recibir un balón	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Saltar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google.

Google Formularios