




## CORPORALIDAD Y MOVIMIENTO-PRE-KÍNDERAB-OA7-GUIA7-SEMANA7

### Guía de Corporalidad y movimiento pre kínder

Profesor : Claudio Delgado Escobar

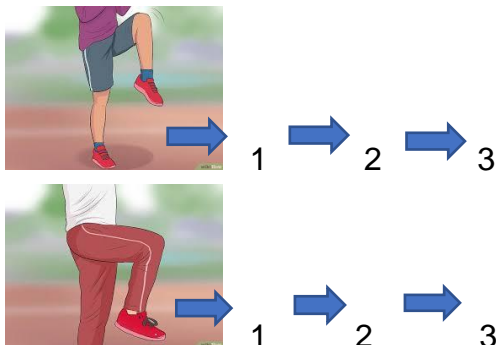
<b>Nombre:</b>	<b>Curso:</b>	<b>Fecha:</b>
<b>Objetivo de la clase:</b> Ejecutar tres saltos con un pie y luego tres saltos con el otro pie manteniendo el equilibrio dinámico, la coordinación gruesa, y la capacidad de movimiento sostenido.	<b>P-K A y-B</b> <b>K-A y B</b>	<b>Semana 7</b> <b>13 al 17 de</b> <b>Mayo</b>
<b>OA: 7.</b> Resolver desafíos prácticos manteniendo control, equilibrio y coordinación al combinar diversos movimientos, posturas y desplazamientos tales como: seguir ritmos, en una variedad de ejercicios.....		



El desafío de la semana pasada te llevó a reforzar la identificación de las principales partes del cuerpo, que contribuyen al desarrollo del esquema corporal, sabiendo tus partes del cuerpo, la internalización de los conceptos derecha e izquierda más las nociones temporales espaciales, adelante, atrás, por arriba, por debajo, a un lado al otro, podrás enfrentar muchos desafíos motores

**Esta semana** trabajarás en un ejercicio que cumple con tres actividades: desarrollar el **equilibrio dinámico** en movimiento, que es la forma de desplazarse manteniendo la postura corporal sin perder la estabilidad; la **coordinación gruesa**, que es poner en práctica los segmentos corporales para cumplir la tarea y la **capacidad de respuesta motora** que es dar cumplimiento corporalmente al desafío.

**Desafío 2: Salta con un pie y luego con el otro en forma continuada hacia adelante , tratando de mantener el equilibrio y la coordinación gruesa.**



## **.Material a utilizar: Un lugar despejado de la casa**

### **Instrucción de la actividad**

- 1.- Pídale a su hijo(a) que se sostenga sobre su pie derecho por tres segundos, luego que salte hacia adelante tres veces consecutivas con el mismo pie sin perder el equilibrio y la coordinación.
2. Vuelve caminando al punto de partida.
3. Pídale a su hijo(a) que se sostenga sobre su pie izquierdo por tres segundos, luego que salte hacia adelante tres veces consecutivas con el mismo pie sin perder el equilibrio y coordinación.
4. Descansar

### **Beneficios de saltar a un pie**

- Trabaja tus piernas
- Tonifica tu cuerpo. ...
- Ayuda a tu coordinación gruesa. ....
- Mejora tu equilibrio dinámico
- mejora tu capacidad de respuesta motora

#### **Evalúalo en casa:**

1 punto : si no se mantiene con el pie arriba o el pie opuesto toca el suelo

2 puntos: Cambio de postura inarmónica o desordenada (cuando debe hacerlo con el pie contrario)

3 puntos: Falta de ritmo en los saltos o poco control del equilibrio

4 puntos: Lo realiza correctamente

