

Corporalidad y Movimiento Pre-kínder A y B

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

OA7: 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

***Obligatorio**

1. Nombre completo: *

Recordemos:

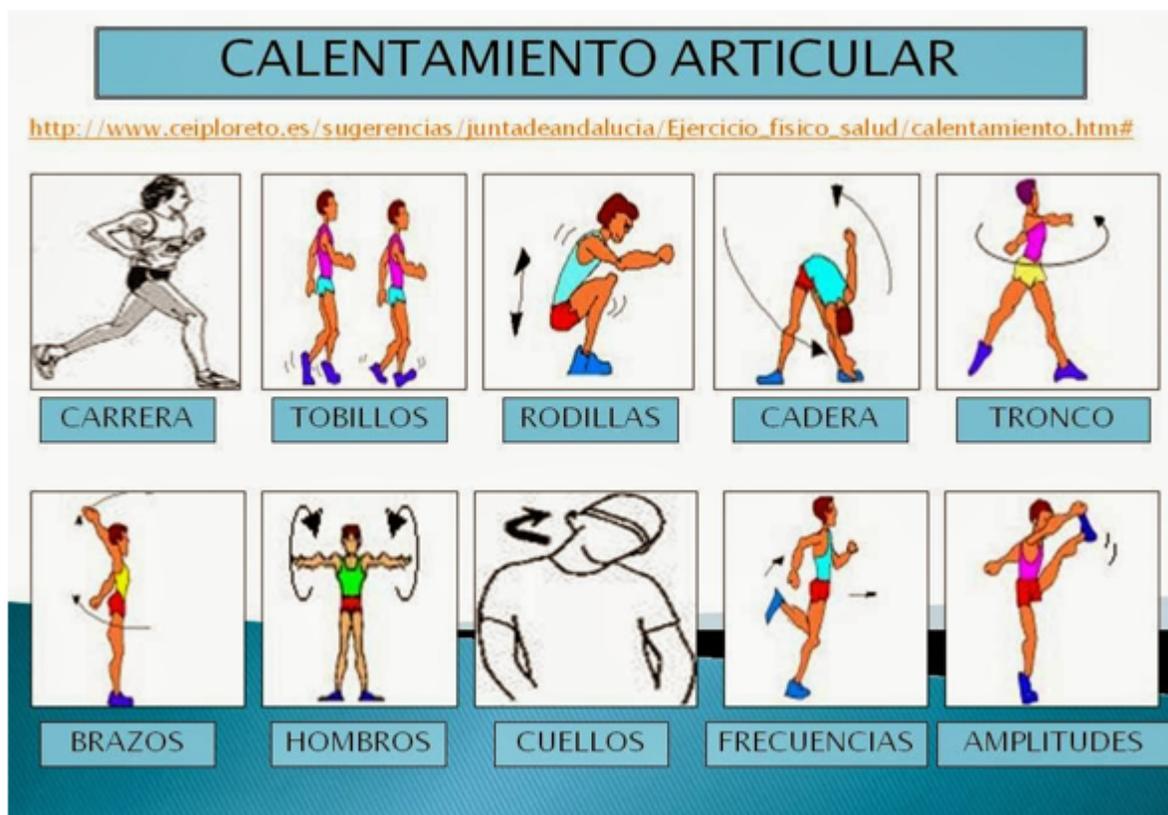
¡Hola!, ¿Cómo estuvo tu semana? Espero que bien, recuerda que la rutina de ejercicios de la semana pasada estuvo centrada en la habilidad motora de **lococmoción**, que es la que te permite desplazarte de un lugar a otro. Para haber realizado esas acciones es necesario conocer las diferentes posibilidades de movimiento relacionadas a locomoción, como por ejemplo: te puedes desplazar de un lugar a otro, caminando, trotando, corriendo, saltando, entre otras. Espero lo hayas conseguido y si no, no te preocupes seguiremos practicando para que lo puedas lograr.

Contenido.

Esta semana trabajarás en diferentes situaciones de ejercicios donde incorporarás las habilidades de locomoción, como: trotar, caminar, correr, saltar y de manipulación como: Lanzar con precisión a un objeto determinado. Estas pequeñas actividades afianzarán las posibilidades de respuestas motoras para ir desarrollando habilidades y puedas aplicar a tu rutina diaria.

Desafío: 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.- Cilindros de papel higiénico o botellas vacías (4) .
- 3.- Tapas de bebida (5).
- 4.- Una fuente plástica .

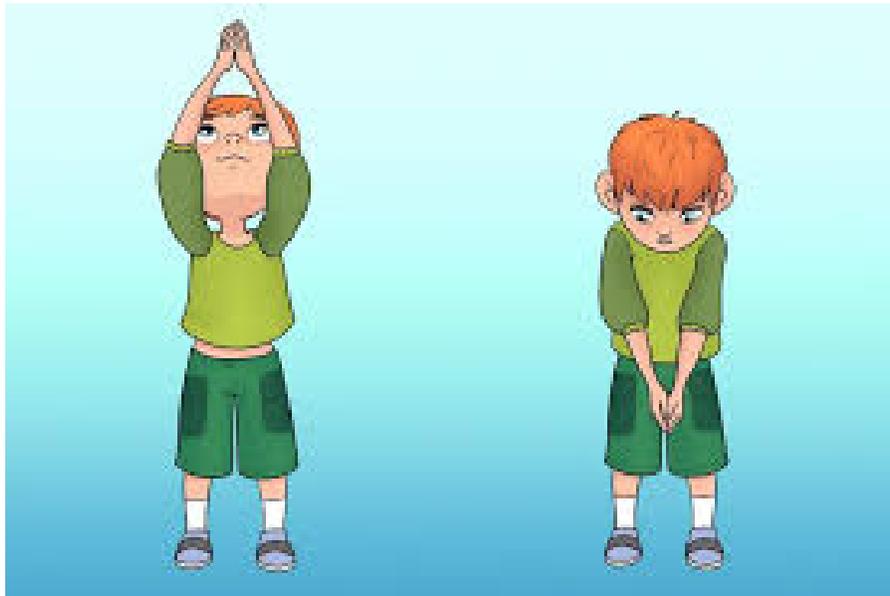
Paso 2 : Realiza los siguientes ejercicios de locomoción y manipulación, siguiendo las instrucciones del docente en el siguiente vídeo.



[http://youtube.com/watch?](http://youtube.com/watch?v=w880SaoMeW8)

[v=w880SaoMeW8](http://youtube.com/watch?v=w880SaoMeW8)

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



Ticket salida: pídele ayuda a tus papas para contestar las siguientes preguntas, una vez que termines pon enviar y tendrás tus respuestas en forma automática.

2. 1.- La siguiente definición : "Me permite ir de un lugar a otro": Corresponde a la habilidad motora básica de: *

1 punto

Marca solo un óvalo.

- A) Manipulación.
- B) Locomoción.
- C) Estabilidad..

3. 2.-¿Qué habilidades son de locomoción? *

1 punto

Marca solo un óvalo.

- A) Caminar, trotar, correr, saltar, entre otros.
- B) Lanzar, recibir, atrapar,agarrar entre otros.
- C) Equilibrio ,estabilidad ,colgarse entre otros.



Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google.

Google Formularios