

CORPORALIDAD-Y-MOVIMIENTO-PRE-KÍNDER-AB-OA7-GUÍA15-SEMANA16

Objetivo: Practicar por medio de una rutina física las habilidades motoras básicas de manipulación, a través de diversos ejercicios físicos..

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

27 AL 31 DE JULIO

***Obligatorio**

1. Nombre completo: *

2. Curso *

Marca solo un óvalo.

Prekínder A

Prekínder 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 realizar la rutina de ejercicios de ajuste corporal. Recuerda que éste es la capacidad funcional del organismo para conservar la estabilidad ante cualquier situación, bajo el esquema que cada uno tiene de su propio cuerpo.

Contenido

Esta semana trabajarás en diferentes situaciones físicas incorporando los ejercicios de ajuste postural a las habilidades de manipulación como: lanzar, recibir, atrapar, golpear entre otras. Estas pequeñas actividades afianzarán las posibilidades de respuesta motora para que puedas transferir a otras actividades recreativas futuras.

Desafío: te explico la rutina 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.- 2 balones que tengas en casa o confeccionar 2 con papel de diario o calcetines viejos. .
- 3.- Debes pedir ayuda a un familiar para realizar el trabajo en parejas..
- 4.- observa el vídeo y realiza la secuencia después. .

Paso 2 : Realiza los siguientes ejercicios de manipulación de acuerdo a lo que realizan los niños en el vídeo : 1.-lanza al aire el balón toca el suelo y luego recibe.2.-lanza el balón por debajo y tu compañero por arriba los dos al mismo tiempo y reciban con dos manos. lo puedes realizar mínimo tres veces esta semana.



<http://youtube.com/watch?v=fZRjPdk8MHs>

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

3. 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

4. 2.-¿Qué habilidades son de manipulación? * 1 punto

Marca solo un óvalo.

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



Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google.

Google Formularios