

CORPORALIDAD-Y-MOVIMIENTO-PRE- KÍNDERAB-OA3-GUÍA23-SEMANA24

Objetivo: Ejecutar ejercicios de coordinación ojo mano que favorecen el desarrollo las habilidades motoras de manipulación.

OA 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

Profesor: Claudio Delgado Escobar

Fecha: 28 de septiembre al 02 de octubre del 2020

***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 reforzar y poner en práctica los diferentes ejercicios de coordinación general y específica propuestos en la semana anterior, que te ayudan a mejorar el dominio y control postural.

Recuerda que:

Coordinación general es aquella que agrupa los movimientos que requieren una acción conjunta de todas las partes del cuerpo. Ejemplo saltar la cuerda.

Coordinación específica son movimientos en donde necesariamente interviene la visión en relación con otros segmentos corporales (ojo-mano, ojo -pie). Ejemplo dar bote a un balón.

El desafío del globo te permitió trabajar con diferentes segmentos corporales para cumplir con la tarea, de esta manera afianzas el conocimiento que tienes de tu propio cuerpo, las posibilidades de movimiento que tiene cada segmento corporal, la coordinación específica ojo mano, ojo pie, entre otros beneficios.

Te insto a practicarlos en forma diaria para que puedas desarrollar tu control corporal ante diferentes situaciones de aprendizaje.

Contenido

Esta semana te invito a realizar ejercicios que afianzan la coordinación ojo mano y fortalecen la habilidad motora de manipulación, estos te permitirán mecanizar los movimientos, mejorar la precisión y tener más dominio corporal ante una respuesta motora.

Los ejercicios de esta semana son:

- *Lanzar y atrapar
- *Lanzar, tocar el suelo y atrapar
- *Lanzar al piso, girar y atrapar
- *Lanzar a dos manos

Te explico el paso a paso

Paso 1: realiza los siguientes ejercicios de movilidad articular para preparar el cuerpo para el ejercicio. (conducta segura)



Materiales

Para la siguiente rutina necesitas:

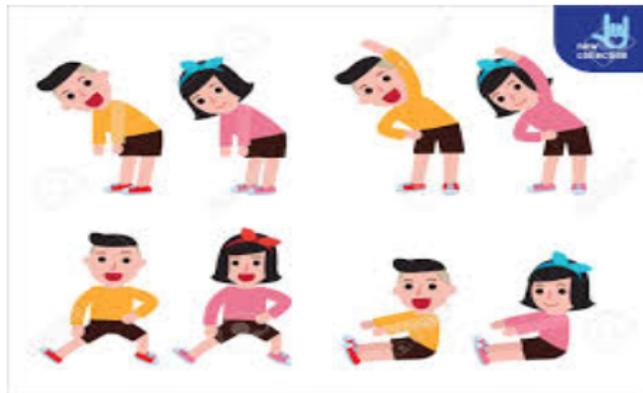
- 1.- Un lugar despejado de tu casa.
- 2.- Un balón.
- 3.-Ropa adecuada para la actividad.

Paso 2: Observa el vídeo y trabaja las habilidades motoras de manipulación, en diferentes situaciones con manos y la utilización de un balón.

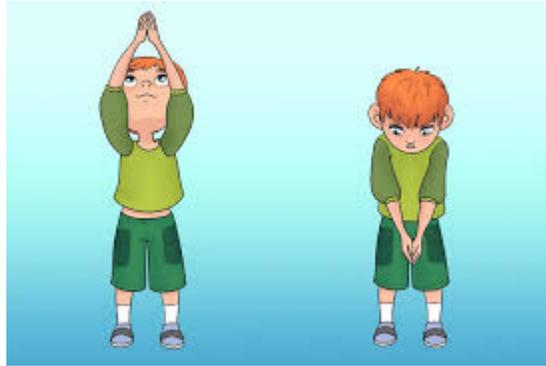


<http://youtube.com/watch?v=LRTGYeYkp4>

Paso 3: Vuelta a la calma , ejercicios estiramiento



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. Selecciona cuál de las siguientes acciones motoras corresponden a habilidades motoras de manipulación específicamente de coordinación ojo mano. Selecciona todas las que creas que son correctas. * 4 puntos

Selecciona todos los que correspondan.

- Atrapar un balón con las manos .
- Correr.
- Lanzar con una mano.
- Caminar por sobre una cuerda.
- Recibir un balón con ambas manos.
- Dar un bote a un balón.
- Conducir un balón con el pie.
- Patear un balón.



Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google.

Google Formularios