

CORPORALIDAD-Y-MOVIMIENTO-PRE-KINDER-AB-OA7-GUIA26-SEMANA27

Objetivo: Ejecutar ejercicios de coordinación general demostrando dominio del control postural y habilidades de locomoción a través de una rutina con implementos de fácil manejo.

O.A 7 Resolver desafíos prácticos en situaciones cotidianas y juegos, incorporando mayor precisión y coordinación en la realización de posturas, movimientos y desplazamientos, tales como: esquivar obstáculos o mantener equilibrio al subir escalas

Profesor: Claudio Delgado Escobar

Fecha: 19 al 23 de Octubre 2020

***Obligatorio**

1. Nombre completo *

2. Curso *

Marca solo un óvalo.

Pre-kínder A

Pre-kínder 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 bien y hayas podido realizar los juegos relacionados al desarrollo del esquema corporal.

Recuerda que el esquema **corporal** abarca la totalidad de la persona, es la representación mental que tenemos sobre nuestro propio cuerpo, partes, movimientos, limitaciones... en relación al medio, estando en situación estática o dinámica.

La rutina de la semana anterior pretendía afianzar el conocimiento que tenemos de nuestro cuerpo, con desafíos para identificar las partes del cuerpo a través de canciones, bailes y actividades con y sin implementos.

Esos pequeños ejercicios te ayudan a ir desarrollando tus posibilidades de movimiento e ir especializándolas aún más y así aplicarlas en otros desafíos.

Contenido

Esta semana te invito a que demuestres dominio de tu cuerpo en diferentes actividades, donde debes aplicar las habilidades de locomoción como saltar, trotar y caminar en una rutina de ejercicios físicos de baja intensidad.

Las actividades físicas en casa son seleccionadas para que puedas mantener tu cuerpo en movimiento y utilizar materiales de fácil uso que encontramos en ella, en esta oportunidad necesitaremos zapatos, zapatillas, chalas, etc. que nos servirán de obstáculos para que el desafío sea más entretenido de realizar.

En este desafío pondrás en práctica:

Coordinación General: donde trabajan muchas partes de nuestro cuerpo en un solo movimiento.

Control postural: dominio de nuestros movimientos al realizar un ejercicio.

Habilidades de locomoción: que me permiten ir de un lugar a otro con ciertos ejercicios como: caminar, saltar, correr, entre otras.

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.- Zapatos, zapatillas para obstáculo.
- 3.- Ropa adecuada para la actividad.

Paso 2: Observa el vídeo y trabaja los ejercicios de coordinación general demostrando dominio del control postural y habilidades de locomoción.



http://youtube.com/watch?v=1BQCav2_Np4

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. El concepto de coordinación general hace referencia a: *

1 punto

Marca solo un óvalo.

- muchas partes de nuestro cuerpo trabajando en un movimiento.
- pocas partes de nuestro cuerpo trabajando en un movimiento.
- un segmento corporal trabajando en un movimiento.

4. ¿Cuáles de las siguientes acciones motrices corresponden a habilidades de locomoción?. selecciona todas aquellas que consideres correctas. * 5 puntos

Selecciona todos los que correspondan.

- Caminar
- Lanzar
- Trotar
- Atrapar
- Correr
- Gatear
- Golpear
- Saltar.

¡Muy bien!



Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google.

Google Formularios