



CORPORALIDAD Y MOVIMIENTO P-k A y B-Kínder Ay B O-A 9-SEMANA 5

Semana del 27 de abril al 01 de mayo

Profesor: Claudio Delgado Escobar

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.

Objetivo : semana 5:

- ❖ Lanzar y recibir un balón con ambas manos, incorporando en este ejercicio la coordinación ojo-mano y seguimiento con la vista.



2,5 mts

Desafío : lanza un balón con ambas manos y realiza recepción con dos manos a una distancia de 2,5 metros haciendo seguimiento visual en su trayecto.

.Material a utilizar: Un balón (puede ser de básquetbol, fútbol, voleibol, de goma, plástico , el que tengas.)además de un espacio sin obstáculos en tu hogar.

Instrucción de la actividad

- 1.- Ubique a su hijo (a) de pie frente a usted a una distancia de 2,5 metros.
- 2.- Láncele un balón desde abajo hacia arriba.
- 3.- Pídale que recepcione o atrape con ambas manos
4. Luego el alumno deberá devolver el balón, lanzando hacia usted con dos manos , de abajo hacia arriba
- 5.- Realice el ejercicio tres veces continuas.
- 6.-variante: a medida que logré el objetivo puede modificar las distancias.



Beneficios de este ejercicio

- Mejora su coordinación gruesa
- Mejora su coordinación viso -motriz
- Mejora su orientación espacial
- Mejora su atención y concentración

**Recuerda seguir practicando
tus desafíos anteriores**



¡SÉ QUE LO LOGRARÁS!

Evalúalo en casa:

- 1 punto : atrapa el balón menos de dos veces.
- 2 puntos: atrapa el balón con ayuda de brazos o cuerpo
- 3 puntos: inseguridad en la recepción sin que caiga el balón.
- 4 puntos: Lo realiza correctamente.