

## DESAFÍOS MOTRICES DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA PRE- BÁSICA

### MOTRICIDAD GRUESA:

NÚCLEO: AUTONOMÍA ( MOTRICIDAD)

OBJETIVO: Movilizarse por medio de la postura del ganeo.

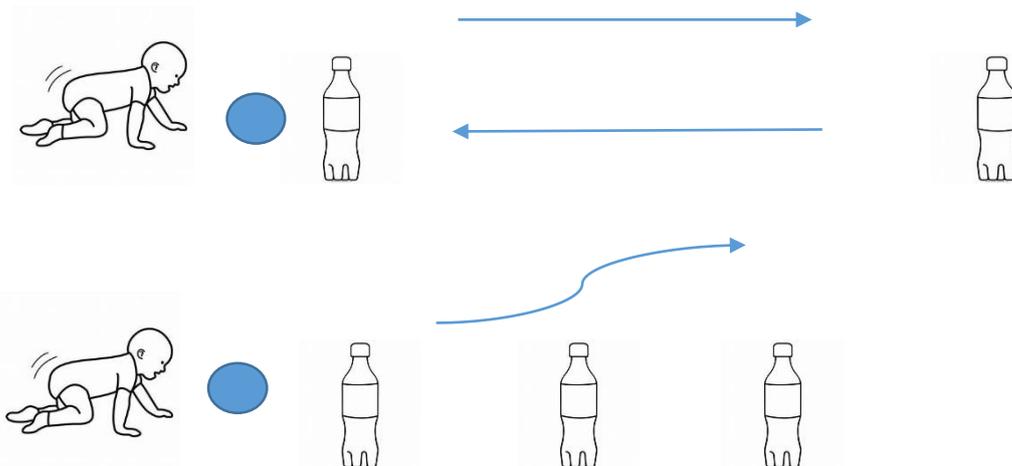
#### MATERIALES:

2 botellas plásticas

1 pelota

#### ACTIVIDAD I:

1. Colocar en un extremo una botella y en el otro extremo la otra botella.
2. El estudiante se debe colocar en posición de ganeo en uno de los extremos con la pelota frente a él.
3. A la señal deberá avanzar gateando hasta la otra botella arrastrando la pelota con la cabeza. De ida y vuelta, rodeando las botellas.
  - Repetir una 4 o 5 veces
  - Variantes: se puede cambiar el objeto que se arrastre como por ejemplo una pelota más pequeña, un peluche, un papel confort.
  - También se puede agregar una botella más y pedirle que haga el trabajo en zigzag.



**ACTIVIDAD II:**

**Materiales:**

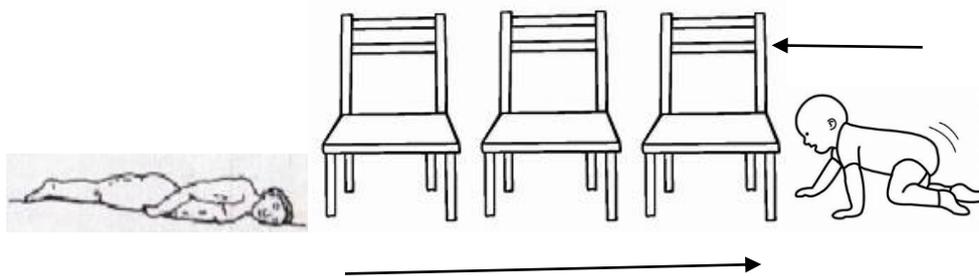
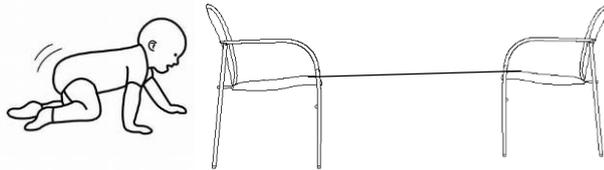
Sillas

Palo de escoba

**Circuito:**

- 1.- colocar las dos sillas frente a frente y colocar sobre ellas el palo de escoba
- 2.- Colocar las demás sillas en fila
- 3.- Pedir al estudiante que pase por debajo del palo de escoba gateando
- 4.- Que pase arrastrándose por debajo de las sillas hasta el final
- 5.- luego que pase gateando por sobre las sillas
- 6.- Por último, pasar gateando nuevamente por debajo del palo de escoba.

\*repetir unas 5 o 6 veces



## MOTRICIDAD FINA:

NÚCLEO: AUTONOMÍA ( MOTRICIDAD)

OBJETIVO: Enhebrar objetos desarrollando la motricidad fina.

### MATERIALES:

Hebra de lana de 20 cm  
Fideos con orificios en el centro.  
Temperas de colores  
Pincel

ACTIVIDAD: Realizar un collar con los fideos

- 1.- enhebrar los fideos con la hebra de lana.
- 2.- Realizar la actividad hasta que se complete la hebra de 20 cm de largo
- 3.- Al terminar de enhebrar anudar ambos extremos.
- 4.- pintar del color que más le guste.



- Variante: En caso que al niño le cueste enhebrar con lana, puede practicar con un palo de brocheta.