



GUÍA n° 22 EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD

PRE-KINDER

NÚCLEO: Corporalidad y movimiento.

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.

INDICADORES DE EVALUACIÓN:

- Coordinan diversos movimientos
- Identifican partes del cuerpo

OBJETIVO DE CLASE: Coordinar diversos movimientos secuenciales

MATERIALES:

- 1.- 6 pares de zapatos
- 2.- 3 pares de calcetines

EVALUACIÓN:

Durante esta clase evaluaremos lo que es la coordinación, donde los estudiantes deberán seguir una secuencia de movimientos sin equivocarse. Para eso tienen que practicar 3 secuencias que irán en progresión del 1 al 3 subiendo en complejidad, siendo el 1 el más fácil y el 3 el más difícil.

Para armar los circuitos que se muestran más abajo, utilizaremos los zapatos y los calcetines, en donde los zapatos representarán los pies y los calcetines las manos y el estudiante deberá ir imitando la secuencia a un lado.

La entrega de la evaluación deberá ser por medio de video que registre el movimientos, en caso de no lograr algunas de las secuencias, sólo enviar las secuencias en donde el estudiante efectivamente logre coordinar.

RECUERDA:

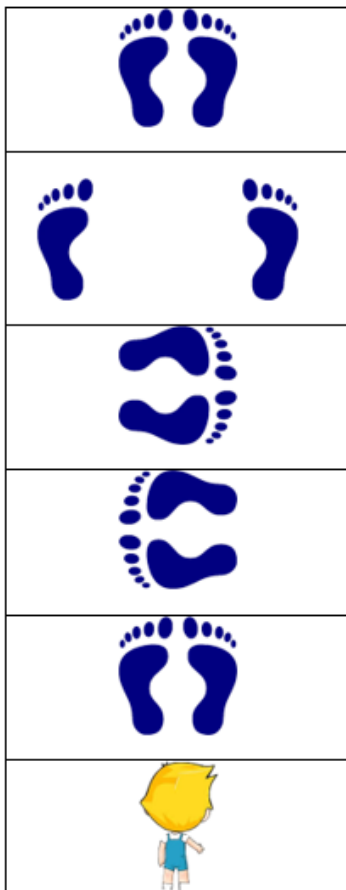
- 1.- Utilizar ropa cómoda
- 2.- Tener una botella de agua
- 3.- Buscar un lugar despejado para evitar accidentes.





SECUENCIA 1

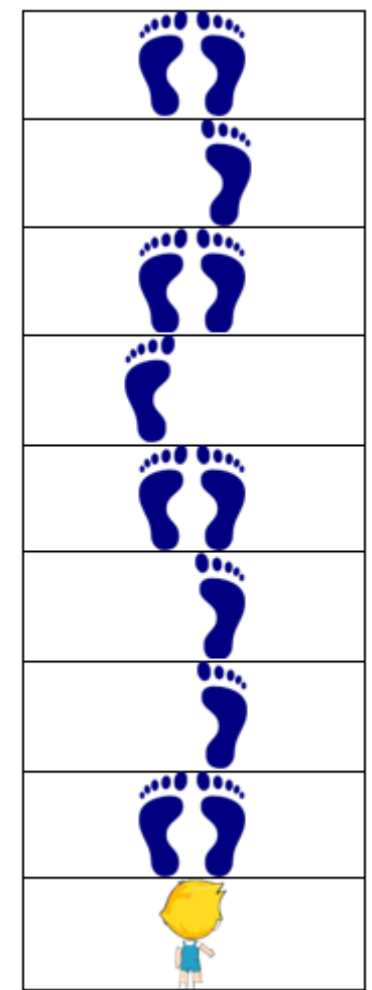
En esta primera secuencia, sólo utilizaremos los pies, pero si observas bien hay cambios de orientación, osea cambios de frente.





SECUENCIA 2

En esta secuencia, incluiremos los saltos a un pie. Debes estar muy atento para ver si es el pie izquierdo o derecho.





SECUENCIA 3

En esta secuencia incluiremos las manos, así que debes estar muy atento.



Recordar:



= **PIE**



= **MANO**



AUTOEVALUACIÓN

PREGUNTA	RESPUESTA
¿Lograste realizar la primera secuencia?	
¿Lograste realizar la segunda secuencia?	
¿Lograste realizar la tercera secuencia?	
¿Qué partes del cuerpo utilizaste para hacer las secuencias?	



¡muy buen trabajo!
Nos vemos la próxima clase

Link video de apoyo: <https://www.youtube.com/watch?v=NwQru20sWi4>