



GUÍA n° 27 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

- Recordar los colores primarios
- Repetir la secuencia de movimientos de pies y manos controlados y de precisión
- Identificar la realidad mano derecha y mano izquierda

OBJETIVO DE CLASE: Realizar actividades coordinativas visomotoras identificando lado derecho e izquierdo

MATERIALES:

- 1.- Cartulinas (blanco, rojo, verde, amarillo, azul)
- 2.- Scotch
- 3.- Tijeras con punta redonda
- 4.- Pegamento
- 5.- Ropa cómoda
- 6.- Alfombra o colchoneta

ACTIVIDAD COORDINACIÓN VISO MOTORA

Cuadrícula de colores primarios:

Utilizar cartulinas para hacer la cuadrícula de colores primarios en la que se realizara la actividad. Se aconseja que idealmente los cuadros de los costados tengan una medida de 20x20 centímetros, y la cartulina blanca del centro que no sea más grande que la medida de un paso del estudiante.





Se pretende que el estudiante mediante la copia reconozca los pasos que se dan sobre los colores, repitiéndolo a partir del modelo del profesor. Ubicar las manos y/o pies sobre los colores que se indica, copiando como si fuese un espejo tratando de que sea al mismo tiempo. Esto debe ser con las manos y/o pies correctos, ya sea izquierdo o derecho y sobre los mismos colores que se mencionan.

Actividad 1: Esta actividad será realizada solo con las manos, por ejemplo:

- Mano derecha – Azul.
- Mano izquierda – Verde.
- Mano izquierda – Amarillo.
- Mano derecha – Rojo.





Actividad 2: Para esta actividad se utilizarán solamente los pies. Por ejemplo:

- Pie derecho – Rojo.
- Pie izquierdo – Verde.
- Pie derecho – Azul.
- Pie izquierdo – Amarillo.

Al momento de realizar la actividad con los pies es necesario ubicar un elemento como una colchoneta, antideslizante, o simplemente pegar la cuadrícula al suelo para que esta no se mueva y así evitar accidentes.



Actividad 3: En esta actividad de desafío se mezclarán los dos ejercicios anteriores, ósea será con pies y manos simultáneamente. Por ejemplo:

- Pie derecho - Verde.
- Pie izquierdo – Amarillo.
- Mano derecha – Rojo.





- Cuando realices las actividades, grábate y envíala al siguiente mail:
karla.gomez@colegiomariagriceldavalle.cl

AUTOEVALUACIÓN

¿Logre realizar la actividad?	
¿Qué ejercicio me fue más difícil de hacer?	
¿Qué ejercicio te gustó más?	



**¡Felicitaciones! ¡Muy buen trabajo!
Nos vemos la próxima clase**