



CORPPORALIDAD Y MOVIMIENTO ACTIVIDAD 1

Nombre:	Fecha:
---------	--------

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.

Orientación a padres: para esta actividad necesitarán unos zancos de tarros y varillas de papel u otro elemento para marcar un circuito.

Se demarcará un camino recto, 1 mt. Aprox., luego camino curvo, 1 mt. Aprox y finalmente un camino zigzag.
 Se inicia la actividad haciendo ejercicios de elongación y respiración para activarnos.
 Se invita a los niños y niñas a jugar a que son unos gigantes, que visitan un pueblo de enanos, por lo que deberán caminar con mucho cuidado, sin pisar los bordes, para no dañar el pueblo ni sus habitantes.
 Se invita a otros integrantes de la familia a recorrer el circuito, tomando el tiempo, quien puede recorrer el pueblo más rápido.
 Al finalizar realizar ejercicios de respiración y elongación para volver a la calma.
Actividad 1: juegos de equilibrio.

		Si	No
C Y M	1. Mantiene el equilibrio al estar de pie sobre zancos		
	2. Se desplaza caminando en línea recta sobre zancos		
	3. Se desplaza caminando en línea curva sobre zancos		
	4. Se desplaza caminando en zigzag sobre zancos		