



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 realizar la actividad necesitaremos, cuadrados de papel 10x10 cms. Tres rojos, tres azules, tres amarillos y tres platos.
 Comenzamos realizando ejercicios de elongación y respiración para activar el cuerpo.
 Sentados en el suelo, con los pies descalzos, con los papeles, revueltos, esparcidos por el suelo, y los tres platos al frente, en una línea, tomaremos un papel rojo con los pies y lo pondremos en el primer plato, luego tomaremos un papel azul y lo dejaremos en el segundo plato, y uno amarillo en el tercer plato, todo lo debes hacer solo con los pies, no debes usar las manos.
 Seguiremos ordenando los papeles, solo usando los pies, en el primer plato los papeles rojos, en el segundo los azules y en el tercero los amarillos.
 Al finalizar realizamos ejercicios de elongación y respiración para volver a la calma.

Actividad 1: coordinar movimientos de sus pies.

		Si	No
C Y M	1.- Coordina sus movimientos al dar saltos de tijera		
	2.- Reconoce cambios en su ritmo cardíaco.		