

CORPORALIDAD Y MOVIMIENTO ACTIVIDAD 1

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

OA (6): 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: El adulto a cargo de la actividad junto al alumno/a prepararán previamente el material que van a utilizar en esta experiencia.

Materiales:

- Objetos pequeños como, por ejemplo: botones, monedas, pinzas de ropas, legumbres etc.
- Tiza o cualquier elemento que sirva para marcar el juego del luche.
- Para el juego del espejo puedes marcar el suelo con cinta adhesiva, cuerdas, cordones etc.

Luego de preparar el material, despejan el lugar donde van a realizar la actividad, dejándolo libre de distracciones y obstáculos que impidan el correcto desplazamiento de los alumnos.

El adulto a cargo de la experiencia debe supervisar al niño/a, y en el caso de presentar dificultades, guiar para que se logre la correcta ejecución de los ejercicios.

Comienzan la experiencia realizando movimientos de activación del cuerpo y sus articulaciones como, por ejemplo: girar los brazos, tocar la punta de los pies, elevar los brazos hacia el cielo, colocar música y bailar unos minutos sin mayor esfuerzo y controlando la respiración. Luego participan bailando con el siguiente video

<https://www.youtube.com/watch?v=cgEnBkmcpuQ>

Actividad: Los alumnos ejecutan diversos ejercicios que ayudan a desarrollar el equilibrio dinámico, coordinación óculo manual y óculo pedal en actividades, como saltar, desplazarse, y trasladando objetos de un lugar a otro. A continuación, adjunto enlace para que revisen los juegos de esta experiencia y puedan realizar cada uno de ellos.

<https://youtu.be/IpCeYUiVnao>

Recuerda relajar tu cuerpo y controlar tu respiración para volver a la normalidad y finalizar tu experiencia de corporalidad y movimiento.

		Si	No
CESC 1	Salta sin pisar líneas marcadas en el suelo.		
	Mantiene equilibrio dinámico sin dificultad al desplazarse (saltar).		
	Practica coordinación óculo manual al trasladar objetos de un lugar a otro.		