



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 la realización de esta actividad necesitamos la compañía de toda la familia y una pantalla para proyectar video https://www.youtube.com/watch?v=NF_XFeV7kxw
Comenzamos la actividad con ejercicios de elongación y respiración.
Al comenzar la música vamos siguiendo los movimientos de acuerdo con la coreografía de zumba, en cada cambio de movimiento se pausa el video para dar mas tiempo a los niños y niñas a practicar el paso.
Se puede comenzar la coreografía desde el comienzo.
Al finalizar la actividad se realizan ejercicios de elongación y respiración para volver a la calma.
Actividad 1: seguir ritmos.

		Si	No
C Y M	1. Sigue movimientos de la coreografía.		