



Priorización nivel 1, mes Noviembre-Diciembre, "Moviendo nuestro cuerpo"

Nombre: _____ Nivel: Kínder Fecha: ____ / ____ / ____

OAP n°7: Resolver desafíos prácticos de equilibrio y coordinación.

OAT n° 9: **Identidad y Autonomía**

Llevar a cabo prácticas con independencia y progresiva responsabilidad.

OA-n°7: Ejercitar su coordinación motora gruesa realizando circuitos.

Motivación: La tía te presentará en el video, un sencillo circuito que puedes realizar en casa, solo necesitas, scotch, cinta masking o tiza y cajas para los zapatos.

Instrucción: Comenzaremos estirándonos, cuando termines tus ejercicios de estiramiento, comenzaremos con el circuito.

Comenzaremos elongando nuestro cuerpo

		
Estira tu cuerpo de lado a lado.	Manteniendo la postura toca tus pies.	Intenta levantar tus piernas hasta tocar tus pies.

Pista de obstáculos con carrera y salto con pies juntos o alternando los pies.

	
Puedes utilizar cinta masking o trozos de papeles para realizar carreras cortas de un punto a otro.	Utilizaremos cajas de zapato para realizar saltos, pueden ser con pies juntos o alternando los pies.

Puedes ver también el video "Circuito de psicomotricidad de niños 4-5 años" en el siguiente link: <https://www.youtube.com/watch?v=cV1jhIU5sII>

Priorización nivel 1, mes Noviembre-Diciembre, "Moviendo nuestro cuerpo"

Nombre: _____ Nivel: Kinder Fecha: ____ / ____ / ____

OA-n°7: Ejercitar su coordinación motora gruesa con cuento de yoga y baile.

Motivación: La tía te presentará en el video, un sencillo baile donde moveremos todo nuestro cuerpo.

Instrucción: Comenzaremos estirándonos, cuando termines tus ejercicios de estiramiento, comenzaremos con el circuito.

Yoga en casa

Practicaremos algunas posturas para elongar tu cuerpo.

Comenzaremos con la pose del "Gato"	Luego la pose del "Perro"	La pose de la "Serpiente"	Para finalizar la pose del "Flamenco"

Buscamos lograr la autonomía de nuestro cuerpo y movimientos, por lo que con el siguiente baile, moveremos una a una las partes de nuestro cuerpo.

Mueve primero una mano, luego la otra y luego ambas.	Mueve primero un codo, luego el otro y finalmente ambos.	Mueve la cabeza de un lado al otro y luego girala con cuidado.	Mueve primero un hombro, luego el otro y luego ambos.	Mueve primero una rodilla, luego la otra y finalmente ambas.

Para ver el baile completo buscalos como "COREOKDS – baile del cuerpo" en el siguiente link:

<https://www.youtube.com/watch?v=z6DoPp-LkTA>



Evaluación Formativa Clase 1 y 2




Nombre: _____ Nivel: Kínder Fecha: ____/____/____
Puntaje Ideal: 5 Puntos Puntaje Real: _____ % de logro: _____

1.- En esta unidad trabajamos con la coordinación de nuestro cuerpo, ahora te tengo un desafío.

Realiza en casa una de las tres actividades físicas que hicimos en esta unidad.

- Pista de obstáculos con carreras y saltos.
- Posturas de yoga.
- Baile con las partes del cuerpo.

Colorea tu opción y envíale una foto o vídeo a la tía.

		
Carrera y salto	Yoga	Baile

¡Lo hiciste Muy bien!
Esperare tus fotitos o vídeos
No olvides enviar una foto de tu evaluación a la tía por
WhatsApp.

