



Prof. Karla Romero

karla.romero@colegiocrisol.cl

PRE KINDER

Educación física y salud

CLASE 11: HABILIDADES PSICOMOTRICES FINAS

OBJETIVO DE APRENDIZAJE

Coordinar con precisión y eficiencia sus habilidades psicomotrices finas en función de sus intereses de exploración y juego. (OA6)



CALENTAMIENTO

Se recuerda que un calentamiento es muy importante para activar nuestro cuerpo y prepararlo para ejercicios que necesiten mas esfuerzo.

BAILAREMOS CON EL SIGUIENTE LINK

<https://www.youtube.com/watch?v=kKK0om3-lRI>

ACTIVIDADES A DESARROLLAR

Necesitamos 3 vasos plásticos y 6 pelotitas de papel

El primer ejercicio consiste en lanzar una pelotita de papel y tratar de encestarla con un vaso.

El segundo ejercicio es igual al anterior, solo que ahora trataremos de lanzar una pelotita para lograr encestarla en el vaso.

El tercer ejercicio necesitamos la ayuda del adulto, el cual lanza las pelotitas y el niño/a deberá recibir la pelota con dos vasos (uno en cada mano)

El cuarto ejercicio es colocar los 3 vasos acostados y distanciados en el piso. El/la alumno/a se ubica a una distancia de 2 metros aproximadamente de los vasos y debe lanzar estas pelotitas anotando dentro de ellos.

El quinto ejercicio es ubicar los 3 vasos parados y distanciados entre sí, lanzando las pelotitas que deben caer en los vasos.

CIERRE DE LA CLASE

¿Qué habilidades trabajamos hoy?

¿Con qué ejercicio te divertiste más?

¿De qué otra forma podemos jugar con los vasos y pelotitas?

¡¡¡Luego de responder a las preguntas, vamos a realizar ejercicios de elongación. VAMOS ESTO ES LO ULTIMO!!!

Recuerda que debes elongar brazos, cuello, piernas etc.

!!! MUCHAS GRACIAS POR SER
COMO ERES!!!

