

GUIA DE APRENDIZAJE N° 1 II Semestre
ASIGNATURA: Educación Física y Salud CURSO: Pre Kínder
PROFESORA: Alejandra Geraldo Guerrero

Nombre y Apellidos:

Curso:

Fecha:

Ámbito: formación personal y social Núcleo: Autonomía

Objetivo(s) de Aprendizaje: Reconocer progresivamente las posibilidades y características de su cuerpo para lograr la conciencia de su esquema corporal y definir su lateralidad, de modo ser crecientemente competente en su actuar

. Recomendación para realizar ejercicio en un espacio adecuado y que tenga ventilación.

Desarrollar las siguientes actividades con la compañía de algún adulto para su supervisión y ejecución.

Para realizar estas actividades recuerda que debes usar ropa cómoda, no olvides comer sano y tomar mucha agua, nuestro cuerpo debe mantenerse siempre hidratado

Actividad N° 1: Traza dos líneas puede ser con una tiza o cinta adhesiva en cualquier superficie, una será de inicio y la otra de término, trota hacia adelante, hacia atrás y en línea recta. (15 segundos)



Actividad N° 2: Usando las mismas líneas trazadas en el piso, camina elevando los brazos en diferente posición: adelante, atrás, arriba, abajo, brazos abiertos; a la derecha o a la izquierda. (15 segundos)



Actividad N° 3: Usando las mismas líneas trazadas en el piso, pondrás sobre tu cabeza un cuaderno o un libro y caminaras ida y vuelta con los brazos a los lados sin afirmar el cuaderno o libro



JUEGA CON TU FAMILIA Y DIVIERTETE

Actividad N° 4: Para este juego necesitaras vasos plásticos y perros de ropa

Cada participante tendrá un perro de ropa, los vasos plásticos los puedes colocar en la mesa desordenados trazaran una línea para ir a buscar los vasos que tienen que tomar con el perro de ropa y llevarlo a su lugar, gana el que logra tener más vasos.



Actividad N° 5: Para este juego ocupa los mismos vasos del juego anterior y globos.

Cada participante tendrá un globo y se sentaran al borde de la mesa, los vasos en forma desordenada en la mesa, cada participante con el globo en la boca pondrá el globo en el vaso, lo inflaran y llevaran el vaso a lugar y así sucesivamente tratando de llevar la mayor cantidad de vasos ya que ganara el que logra obtener mas vasos.



Actividad N°6: Para este juego ocuparas los mismos materiales del juego anterior globos y vasos

Cada participante tiene que tener un vaso en la mesa, inflara su globo y soltara el viento del globo sobre el vaso, el que logre que el vaso llegue más lejos será el ganador.

