



Juegos y actividades en casa

Bienvenidos y bienvenidas a la semana N° 15, NO ES NECESARIO IMPRIMIR. Puedes ver el video para comprender mejor la actividad.

Profesora: Jacqueline Jofré Navia

Recomendaciones

- Destina un horario y espacio para realizar las actividades.
- Todos los integrantes de la familia pueden jugar.
- Puedes jugar cuantas veces tú lo desees.
- Si deseas puedes sacar una foto o grabar mientras realizas tu juego y la envías a tu educadora.
- **Lava tus manos con agua y jabón después de jugar.**

Ámbito desarrollo personal y social. Semana del 6 al 10 de julio	
Núcleo	Corporalidad y movimiento
Objetivo de aprendizaje:	O.A.5 Comunicar el bienestar que le produce el movimiento, al ejercitar y recrear su cuerpo en forma habitual, con y sin implementos u obstáculos.
Aprendizaje esperado:	Describir el beneficio de la actividad física al ejercitarse.
Contenido	Ejecución de movimientos variados y seguidos utilizando solo su cuerpo.
¿Qué necesitamos?	Manta Agua
¿Cómo jugamos?	Rutina de ejercicios. Buscar un lugar en el hogar, asegurarse de no tener obstáculos ni nada cerca que se pueda romper. Realizar una secuencia de ejercicios guiados por la profesora a través del video expuesto más abajo. Calentamiento: <ul style="list-style-type: none">- Movilidad articular- Elevación de talones y rodillas- Saltos en el lugar. Trabajo principal: <ul style="list-style-type: none">- Abro cierro con brazos y piernas- Pierna adelante y atrás- Abro cruzo con brazos y piernas- Skipping adelante atrás- Trote adelante y atrás- Equilibrio en un pie con salto- Pececitos- Bicicleta- Nadadores- Toque de punta de pies en elevación Vuelta a la calma: <ul style="list-style-type: none">- Respiración



Juegos y actividades en casa

	<p>- Elongación</p> <p>Responde en tu cuaderno de trabajo o en una hoja las siguientes preguntas: ¿Por qué es importante ejercitarnos o hacer actividad física?</p>
<u>Link de actividad</u>	https://www.youtube.com/watch?v=L2DFyTuh1gU
Habilidades desarrolladas	Comunicar