

Profesora: Claudia Heredia Sepulveda

Curso: Cuarto año A

Objetivo: Conociendo nuestro cuerpo y movimientos básicos naturales

Habilidad: Explorar

Contenido: Movimientos del cuerpo

Semana N° 5 (Periodo desde Lunes 27 al 30 de Abril 2020)

Materiales: Cojines y almohadas de distinto tamaño, mesas de distinta altura, alfombra



Inicio: Para esta actividad se sugiere a los padres u apoderados realizarla dentro de las posibilidades en una habitación con ventilación. Pudiendo ser acompañado con una música de fondo estimulante. Formar un pequeño circuito con los cojines, la mesa u otros elementos para luego invitar al estudiante a la aventura en un bosque o selva con peligros y desafíos.

Desarrollo: En posición de gatita realizar desplazamientos como arrastre y giros sobre terreno liso e irregular desde un extremo a otro, pasando sobre cojines y almohadas, pasando además por debajo de una mesa de pequeña altura. En posición bípeda sortear almohadas y cojines colocados en el suelo intentando no pisarlos y tampoco desequilibrarse. Durante esta actividad Mamita va relatando una

historia alusiva a una caminata por un lugar peligroso, como la selva rodeada de muchos cocodrilos y serpientes...

Cierre: Acostados cerramos los ojos e intentamos sentir nuestra respiración que probablemente está muy agitada volviendo lentamente a la normalidad, también se puede aprovechar la instancia para hacer un masaje he ir nombrando las partes del cuerpo que se trabajaron.

Pauta de evaluación

S: Siempre

F: Frecuentemente

O: Ocasionalmente

EP: En proceso

INDICADORES	S	F	O	EP
Realiza movimientos de arrastre en superficie plana				
Realiza giros en una superficie plana				
Mantiene el equilibrio				

