



Asignatura: Físico – Motor

Docente: María Natalia Lillo Arroyo

Objetivo: -Desarrollar coordinación visomotriz y dinámica
-equilibrio

Curso: Laboral 2B

Habilidad: Motriz

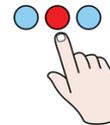


Instrucciones:

con la ayuda de un adulto moveremos nuestro cuerpo al ritmo de una canción.

comenzaremos la clase de hoy y para eso , vamos a mover nuestro cuerpo con la siguiente canción ...

<https://www.youtube.com/watch?v=EzKkl64rRbM>



Qué haremos hoy

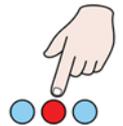
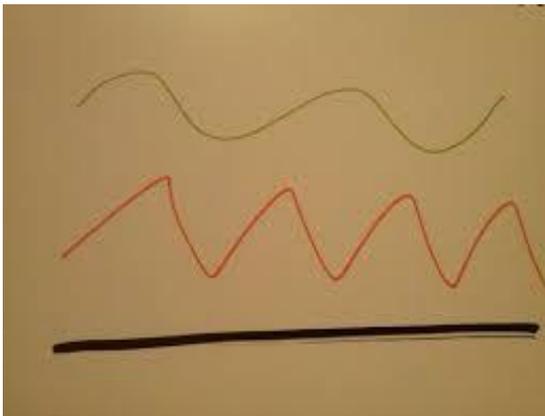
La siguiente actividad se llama «**La Línea**».

IMPORTANTE: NO DEBEN REALIZAR ESTO ALUMNOS : NATALIA PLAZA , JOSÉ CAMPOS , BRAYAN CARRASCO. MIRAR DIAPOSITIVA 5 y 6.

Instrucciones:

Para esta actividad vamos a necesitar lo siguiente; cinta o lana (de la que tengas en casa) la idea es formar una línea recta y una superficie lisa (piso). Además , para ir variando y aumentar la dificultad de la actividad , se puede agregar otro tipo de líneas como por ej:

Línea en zig-zag , curva , así:



Instrucciones: mostrar al estudiante la línea ya puesta en el piso. El adulto, deberá pasar primero por la línea para que el alumno sepa lo que tendrá que hacer. Además, esto le dará seguridad de hacerlo. Es importante en lo posible, colocar algunos obstáculos sobre la línea como por ejemplo: peluches , caja pequeña etc , para que el estudiante pruebe pasar y el juego tenga mayor dificultad.



Instrucciones:

Esta actividad se llama globos colgantes y la pueden realizar todos los alumnos, lo principal es que los objetos colgantes estén a la altura del estudiantes , esto facilitaría el encuentro del alumno con el material. Para esto necesitamos; globos , lana o hilo para colgarlos .

El alumno , deberá tocar y dar pequeños golpes como también se pueden incorporar Pequeños saltos (solo los alumnos que Puedan hacerlo).

Reemplazar por otro objeto del interés Del alumno en caso de no tener globos.



Actividades alumnos en silla de ruedas



Alumnos: Natalia Plaza , José Campos , Brayan Carrasco.

Instrucciones:

En una colchón ayudar a la alumno a realizar giros hacia ambos lados y arrastre colocando algún objeto a una distancia cercana , e ir aumentando una distancia adecuada y que no lo fatigue.

De espalda y apoyando la cabeza en una almohada realizar movimientos de piernas alternadamente .

Realizar lanzamiento de balón a Natalia recibiendo con piernas y tronco y Natalia lance balón a blanco amplio con mano dominante.

Ahora , descansenmos ...



Instrucciones:

Ahora sentados o acostados , vamos a relajarnos escuchando la siguiente canción... recordando lo bien que hicimos en estas actividades.



<https://www.youtube.com/watch?v=qdmk1jNrlt0>

