



Colegio Isabel Riquelme  
U.T.P

## GUÍA DIGITAL N° 3 TAREA

**ASIGNATURA:** Psicomotricidad

**CURSO:** Kinder

**DOCENTE:** Nathalia Montenegro Pizarro

**SEMANA :** 27 de Abril al 01 de Mayo de 2020

**MAIL CONTACTO PROFESORA:** [nathaliamontenegropizarro@gmail.com](mailto:nathaliamontenegropizarro@gmail.com)

**OBJETIVO DE LA CLASE:** Desarrollan los patrones motores básicos a través de ejercicios.

### TAREA DE PSICOMOTRICIDAD KINDER

**OA:** Desarrollan sus patrones motores básicos mediante ejercicios lúdicos en un espacio seguro.

**Contenido:** Patrones motores básicos

**Indicaciones:** Colócate ropa cómoda (deportiva) utilizar hidratación después de cada ejercicio y realizar higiene de manos y cara al finalizar los ejercicios.

I.- Realizar los siguientes ejercicios de manera ordenada y responsable utilizando un espacio seguro.

*Invita a tu familia a realizar los siguientes ejercicios en sus casas. ¿Estás listo?*

*Comenzamos*

#### CALENTAMIENTO:

- Pincha el link que aparece y realiza el siguiente baile para que entremos en calor  
¡¡¡¡¡ Vamos comienza a bailar!!!! <https://www.youtube.com/watch?v=cgEnBkmcpuQ>

¿Te gusto? Del 1 al 10 cuanto te cansaste... Sigamos con la siguiente actividad.

#### DESARROLLO:

Actividad nº 1: Realizar los siguientes ejercicios en un lugar seguro con la ayuda de tus padres. **Repite 3 veces.**

- Salto a pies juntos.
- Salto con un pie y luego con otro.
- Saltar como ranita.
- Salto y toco el suelo.
- Rodar por el suelo
- Caminar hacia atrás y luego adelante
- Caminar en punta de pie.
- Caminar en línea recta
- Realizar equilibrio en un pie.

**CIERRE:**

- Comentar con tus padres las dificultades para realizar los ejercicios.
  - Comentar con tus padres cual fue el ejercicio que más les gusto.
  - Comentar que aprendieron hoy.
- Y para finalizar realizar higiene personal de manos y cara e hidratación.