

PROPÓSITO:

Desarrollar en los niños habilidades y destrezas motrices mediante diversas manifestaciones que favorezcan su corporeidad y su creatividad.

MOTIVACIÓN:

PRIMER ENCUENTRO:

<https://www.youtube.com/watch?v=HNip09qt1Pw> Con sólo una cuerda

SEGUNDO ENCUENTRO:

<https://www.youtube.com/watch?v=AlhiMj7gyBcel> desafío de la bolsa

TERCER ENCUENTRO:

<https://www.youtube.com/watch?v=VLObZZRB-x8> coordinación en casa

CUARTO ENCUENTRO:

<https://www.youtube.com/watch?v=mxxrbGrtwl9M> ejercicios con pelota mediana en casa

QUINTO ENCUENTRO:

<https://www.youtube.com/channel/UClyhJQfSnAJRBPn8E...> circuito motriz en casa

EXPLICACIÓN:

El movimiento es uno de los instrumentos cognitivos fundamentales del ser humano, y por medio de él se conoce uno a sí mismo para establecer un punto de partida para explorar y estructurar su entorno inmediato. No sólo esto: está demostrado científicamente que el cerebro se desarrolla más y mejor a través del ejercicio.

EJERCICIOS:

En compañía de un adulto responsable, grabar videos de máximo dos minutos realizando los ejercicios propuestos en cada uno de los videos.

1. Video con sólo una cuerda
2. Video el desafío de la bolsa
3. Video coordinación en casa
4. Video ejercicios con pelota mediana en casa
5. Video circuito motriz en casa

EVALUACIÓN:

Se evaluará la coordinación y motricidad al realizar los ejercicios y creatividad al realizar los videos.

BIBLIOGRAFÍA:

Videos Internacionales de Educación Física de youtube.