

PROPÓSITO:

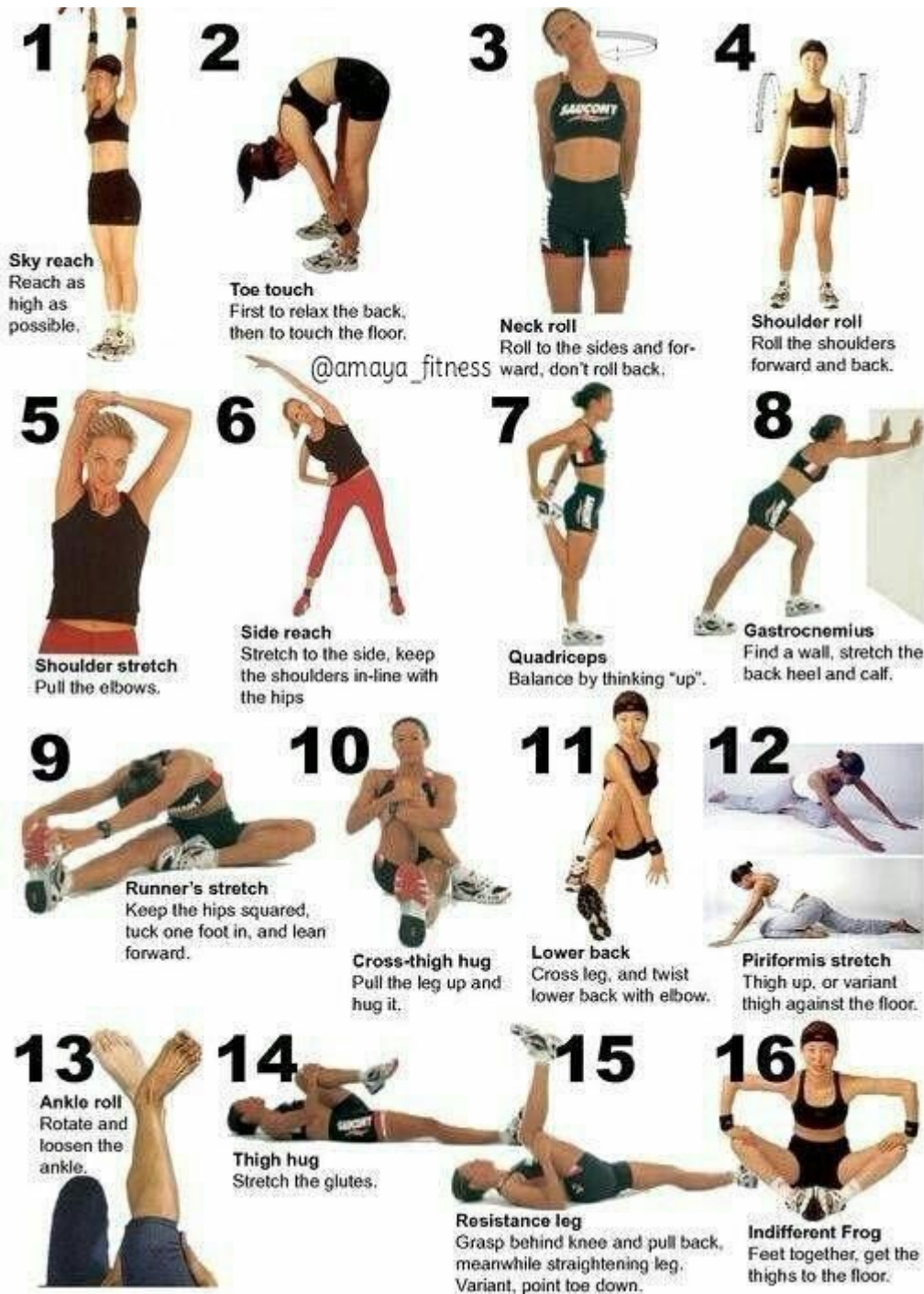
Ejercitar movimientos corporales donde implique, giros, desplazamientos cortos, sentadillas, entre otros; para lograr beneficios saludables realizándolos en cualquier entorno.



MOTIVACIÓN:

OBSERVA

Los ejercicios de estiramiento; luego empieza a realizarlos uno a uno.



EXPLICACIÓN:

LA IMPORTANCIA DE PRACTICAR EJERCICIOS FÍSICOS

Hacer ejercicio en la niñez proporciona muchos beneficios entre los que se destacan los siguientes: mejora la coordinación psicomotriz; permite el desarrollo de destrezas, reflejos y reacciones; favorece el aprendizaje de disciplina y respeto; favorece el aumento de la concentración y el autocontrol; refuerza valores (tolerancia, responsabilidad, perseverancia); contribuye a la sociabilización y la superación de la timidez; fomenta la colaboración por sobre el individualismo; favorece el crecimiento de huesos y músculos; potencia la creación y regulación de hábitos; permite la corrección de posibles defectos físicos.

EJERCICIOS:

ACTIVIDAD

1. Observar la imagen de los 16 giros corporales de la motivación; tratar de practicarlos imitándolos
2. Hacer lectura del párrafo sobre la importancia de la práctica de los ejercicios físico para los niños. Reflexionar y debatir con orientación de la docente.
3. Observar el video "EDUCACIÓN FISICA EN CASA". Practica los ejercicios.
4. Va a "BIBLIOGRAFIA" observa el vídeo y lo pone en práctica.

EVALUACIÓN:

La evaluación es constante durante la ejercitación de la clase. cuando el estudiante no esté presente debe enviar vía wasap un video de evidencia de ejercicios realizados de acuerdo a la temática.

BIBLIOGRAFÍA: