PROPÓSITO:

Desarrollar habilidades motrices básicas con desplazamientos habituales y no habituales en el entorno familiar.

MOTIVACIÓN:

RECOMENDACIONES

ANTES DE INICIAR LA CLASE:

Disponer un lugar adecuado para moverse y poder realizar las actividades físicas sin lastimarte o causar algún daño.

Hidratar el cuerpo. Atender a las explicaciones de la docente.

El profesor pedirá que realicen el juego de las estatuas y mientras no diga la palabra ESTATUAS, pueden bailar, caminar, saltar o imitar los movimientos de algún animal según se indique.

EXPLICACIÓN:

Lee y dibuja en tu cuaderno Integrado lo que comprendas del tema:

LOS DESPLAZAMIENTOS Son movimientos realizados por un cuerpo que se desplaza o se traslada de un lugar a otro. Las personas y la mayoría de los objetos se pueden desplazar cambiando su posición relativa en el espacio.

El movimiento es algo humano, no tiene por qué pensarse “voy a desplazarme” sino que surge como algo natural. Además, el cuerpo humano está hecho para moverse.

Existen dos tipos de desplazamientos:

1.Los habituales (la marcha y la carrera).

2.Los no habituales (cuadrupedias, trepas, reptaciones, transportes y deslizamientos).

EJERCICIOS:

ACTIVIDAD 1 Observa el siguiente video y canta imitando los movimientos indicados.

https://www.youtube.com/watch?v=fYq6BAR5O9g

EVALUACIÓN:

Se tendrá en cuenta la participación y ejecución de ejercicios realizados en clase de acuerdo a las indicaciones de la profesora.

BIBLIOGRAFÍA:

Videos de apoyo para educación física.