



Guía de Educación Física **Pre-básico**

Estimados Apoderados:

Envío videos de actividades para realizar en casa durante la cuarentena, para que sus hijas los ejecuten, se entretengan y hagan actividad física. Con la ejecución de estos videos su hija estará trabajando las Habilidades Motoras básicas de Educación física. Estas Habilidades nos permiten desplazarnos, trabajar, jugar, relacionarnos.....en definitiva vivir. Son actividades sencillas, con materiales que están a la mano en cualquier casa, como peluches, calcetines (que sirven de pelotitas), palos de escobillón, botellas plásticas, ollas etc. Dándonos la posibilidad de desarrollar los ejercicios en sus hogares, con el mínimo de espacio disponible. La idea es que esta actividad se realice 2 veces a la semana con una duración mínima de 30 minutos cada sesión. Los insto a trabajarlo junto a sus hijas, será una buena oportunidad para realizar una actividad en conjunto, en familia, donde todos saldrán beneficiados al realizar una actividad física y recreativa.

Objetivos de aprendizaje:

- 1.-Participar en actividades y juegos colaborativos, planificando, acordando estrategias para un propósito común y asumiendo progresivamente responsabilidades en ellos.**
- 2.-Participar en actividades solidarias, que integran a las familias, la comunidad educativa y local.**

1.- Actividades Educación Física para realizar en casa.

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

2.- CIRCUITO DE EJERCICIOS PARA HACER EN CASA CON NIÑOS

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

3.- COVID19 Tutoriales - Educación Física (Infantil y Primaria)

https://www.youtube.com/watch?v=Gn7k_xNXYBc

4.-JUEGOS de EDUCACION FISICA para HACER EN CASA - CUARENTENA

<https://www.youtube.com/watch?v=muMvNORCXh8>



Colegio España

Atentamente

Erika Ossa Millán
Profesora Educación Física
Colegio España
erikaossa@cesp.cl