



## Guía N° 2 de Educación Física Educación Parvularia

Estimados Apoderados:

Envío la siguiente actividad, videos de desplazamientos imitando el traslado de diferentes animales, para que su hija lo ejecute, se entretenga y **haga actividad física**. Con la ejecución de estos videos estará trabajando los objetivos curriculares de su nivel de educación parvularia, los cuales se detallan a continuación.

- Tomar conciencia de su cuerpo, de algunas de sus características internas (tales como: ritmo cardíaco, de respiración), de su esquema y progresivamente de su tono corporal y lateralidad, por medio de juegos.
- Comunicar el bienestar que le produce el movimiento, al ejercitar y recrear su cuerpo en forma habitual, con y sin implementos u obstáculos.
- Resolver desafíos prácticos manteniendo control, equilibrio y coordinación al combinar diversos movimientos, posturas y desplazamientos tales como: lanzar y recibir, desplazarse en planos inclinados, seguir ritmos, en una variedad de juegos.
- Utilizar categorías de ubicación espacial y temporal, tales como: adelante/atrás/al lado/entre, día/noche, hoy/ mañana, antes/durante/después, en situaciones cotidianas y lúdicas.

En estos desplazamientos trabajamos distintos medios de traslados, en forma bípeda, cuadrúpeda, reptando y saltando. Los videos muestran una variedad de ejercicios imitando diferentes desplazamientos de animales, lo que lo hace entretenido y aprender jugando. También puede agregar otros tipos de desplazamientos, la imaginación es amplia. Los insto a trabajar 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.

La idea es que esta actividad se realice por lo menos 2 veces a la semana con una duración de 30 a 45 minutos cada sesión.

Los desplazamientos, actividades, de este video, pasado un plazo de tiempo para realizar su práctica, para la interiorización y aprendizaje motriz de éste, se hará la retroalimentación solicitando enviar un video a mi correo realizando las actividades, las cuales se detallarán en su oportunidad.



Colegio España Concepción

Siempre al realizar una actividad física procurar que la niña este vestida con ropa cómoda (deportiva), se hidrate durante la práctica y realice su aseo personal después de realizada la actividad.

Junto a esta guía se adjuntan links donde se encuentran los videos para su ejecución.

Atentamente

Erika Ossa Millán  
Profesora de Educación Física

Correo: [erikaossa@cesp.cl](mailto:erikaossa@cesp.cl)

Horario de recepción de consultas: Lunes, miércoles, jueves y viernes hasta 16:00hrs

<https://youtu.be/DLdnwkvMKIY>

<https://youtu.be/zykXWOc691M>