



Instrucciones



El objetivo de esta actividad es fomentar el trabajo de los patrones motores de manipulación (lanzar – recibir) y coordinación óculo - manual.

Para comenzar la actividad deben seguir las siguientes instrucciones:

1. Buscar un material que se pueda lanzar y que no se rompa al caer, tales como; un balón, un peluche, un juguete, calcetines enrollados o polera, etc.
2. Deberás leer y observar cada uno de los desafíos planteados en el video, para luego ejecutarlos en casa, con una repetición mínima de 10 veces cada uno.
3. Los desafíos están ordenados de menor a mayor dificultad.
4. Debes lograr al menos 3 desafíos de cada nivel, para poder comenzar a trabajar en el siguiente. Recuerda que en cada nivel, los desafíos son más difíciles que el anterior.
5. Una vez que hayas completado los diferentes niveles, deberás crear 10 nuevos ejercicios o desafíos, creando tus propias secuencias de movimientos.
6. Debes grabar las secuencias nuevas que has creado en video, si necesitas ayuda puedes pedirla a un adulto.
7. Envía tu video al correo pdavilaepullay@gmail.com para revisarlos. El plazo máximo para enviar tu video es el día viernes 8 de mayo.
8. No olvides que luego de terminar los desafíos, debes lavar tus manos con agua y jabón.

¡Un abrazo a todos! ¡Nos vemos pronto!

Paulina, Javiera y Camilo