



**Profesor: José Vera.**

**Departamento: Educación física y salud.**



**Nivel:** Preescolar (kínder y prekínder)

**Objetivo:** Ejecutar juegos y/o ejercicios motores en casa

**Nivel Preescolar:** Un cordial Saludo a todos los niños de preescolar y esperando que se encuentren muy bien junto a su familia les adjunto varias propuestas de actividades motoras para hacer en familia.

**Objetivo:** Ejecutar juegos y/o ejercicios motores en casa.



**Actividad 1:** Reenvió indicaciones para los que no pudieron abrir los links de actividades interactivas en Educación Física y psicomotricidad. Con temas como la actividad física y salud, alimentación saludable, habilidades motrices y los valores en el juego entre otras.

<http://recursostic.educacion.es/primaria/ludos/web/b/index.html>

[http://www.ceiploreto.es/sugerencias/juntadeandalucia/Valores en juego/menujuego.htm](http://www.ceiploreto.es/sugerencias/juntadeandalucia/Valores_en_juego/menujuego.htm)

Para lo cual se debe habilitar el programa adobe flash player que el mismo navegador pedirá para poder acceder. Si no funciona se puede descargar directamente de este link el programa e instalar <https://es.ccm.net/download/descargar-36-adobe-flash-player>



**Actividad 2:** Ejercicios de Calentamiento

<https://www.youtube.com/watch?v=7W2N-Xcw17U>

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



**Actividad 3:** Ejercicios y juegos de flexibilidad

<https://educacion2.com/actividades-de-flexibilidad-para-ninos/>

**Actividad 4:** Coreografías rítmicas y de repetición.

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

<https://www.youtube.com/watch?v=WUol0rMWxAc>

<https://www.youtube.com/watch?v=HRs7Dfxl2-c>



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

- **Actividad 5:** Envíame una foto con tu nombre y curso del dibujo de la actividad que más te gusta a este correo [jvera@mddconcepcion.cl](mailto:jvera@mddconcepcion.cl)

**Actividad 6:** Para los Papas

<https://leap.app/>

<https://www.runtastic.com/>

Atento a sus consultas y sugerencias

Míster José Vera Luxardo

Colegio Madres Dominicanas de Concepción.

