



TALLER DE KINESIOLOGÍA - RETROALIMENTACIÓN

Modulo: Kinesiología

Curso: kínder

Fecha: 08 de junio – 12 de junio

Profesional: Kinesiólogo Rodrigo Rivera

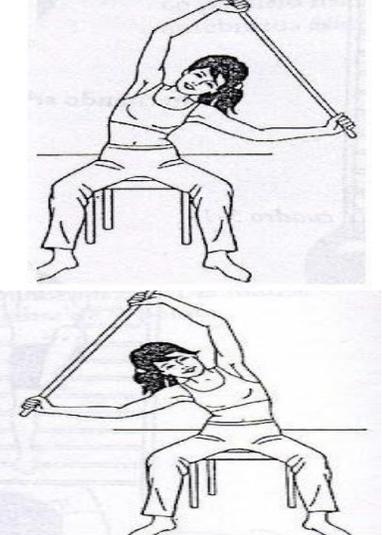
I.- Objetivos:

Fortalecer la funcionalidad mediante ejercicios de movilidad articular y motricidad fina

II.- Indicaciones generales

Realizar los siguientes ejercicios en compañía de un adulto responsable. Leer detenidamente y acompañar o ayudar al estudiante a realizar las actividades si es necesario.

III.- Actividad a desarrollar: Realice los siguientes ejercicios.

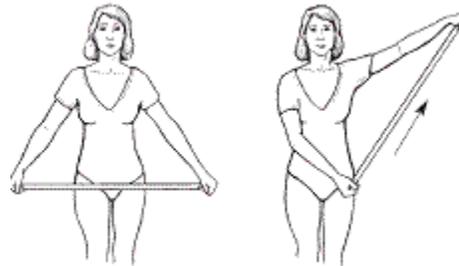
INDICACIONES	IMÁGENES DE APOYO
<p>Ejercicio 1. Sentado sobre una silla, sostenga con ambas manos un bastón o palo de madera o de escoba y levante los brazos llevando el bastón sobre la cabeza y bajar.</p> <p>indicacion: realizar 10 repeticiones de 5 levantadas y descansar 10 segundos.</p> <p><i>Estará trabajando; equilibrio y coordinación de brazos.</i></p>	
<p>Ejercicio 2. Sentado sobre una silla, sostenga con ambas manos un bastón o palo de madera o de escoba, deberá inclinar su cuerpo con el bastón levantado sobre su cabeza manteniendo los brazos extendidos. Comenzar con el lado derecho y después continuar con el lado izquierdo.</p> <p>indicaciones: realizar 6 repeticiones de 5 extensiones de brazo por lado y descansar 10 segundos.</p> <p><i>Estará trabajando equilibrio y coordinación de brazos.</i></p>	



Ejercicio 3. Mantenerse de pie y llevar el bastón o palo de madera o de escoba, con los brazos extendidos y separados por debajo hacia los lados, comenzando con el lado derecho y después lado izquierdo.

indicaciones: realizar 3 repeticiones de 3 movimientos por lado y descansar 10 segundos.

Estará trabajando equilibrio y coordinación de brazos.



Actividad: colorear siguiendo la secuencia o serie de colores.

