



Colegio René Schneider Chereau
Unidad Técnico Pedagógica

TALLER DE KINESIOLOGÍA

Modulo: Kinesiología

Curso: Prekínder

Fecha: 25 de mayo – 29 de mayo

Profesional: Kinesiólogo Rodrigo Rivera

I.- Objetivos:

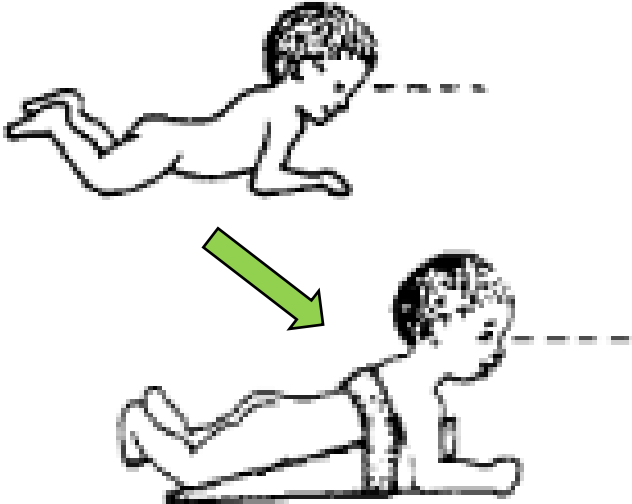
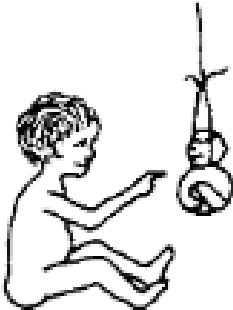
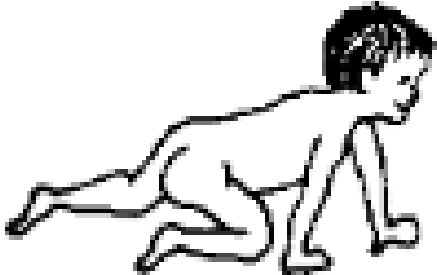
Fortalecer musculatura de miembros superiores e inferiores mediante ejercicios posturales y movimientos articulares.

II.- Indicaciones generales

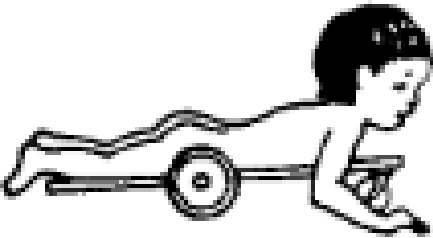
Realizar los siguientes ejercicios en compañía de un adulto responsable. Leer detenidamente y acompañar al estudiante a realizar las actividades.



III.- Actividad a desarrollar

Indicaciones	Imágenes de apoyo
<p>Mirar hacia adelante:</p> <p>Uno de los ejercicios que se deben realizar es permanecer acostado sobre una cuña de esponja, si no se tiene acceso a una cuña se puede improvisar colocando frazadas.</p> <p>El ejercicio se debe realizar de la siguiente manera: Apoyar ambos codos en el suelo y levantar la cabeza, manteniendo la mirada fija hacia el frente.</p> <p>Se puede indicar mirar hacia algún objeto en específico, como un juguete que sea de su agrado.</p>	
<p>Sentarse con ambas manos libres:</p> <p>Este ejercicio consiste en mantenerse sentado sin ayuda de terceras personas, con el fin de fortalecer la estabilidad y el equilibrio.</p> <p>La idea es que en mientras se mantenga el equilibrio, también se toquen diferentes objetos que pueden estar colgando en frente.</p> <p>Los objetos pueden ser juguetes o diferentes cosas que sean del agrado del estudiante.</p>	
<p>Explorar los alrededores:</p> <p>La siguiente actividad consiste en explorar las diferentes áreas del hogar en compañía de un adulto responsable.</p> <p>Este ejercicio puede realizarse según las limitancias que la estudiante presente. Por lo que, puede hacerlo reptando, o gateando.</p>	



Indicaciones	Imágenes de apoyo
<p>El ejercicio anterior puede modificarse de la siguiente manera, utilizando una tabla con ruedas para fortalecer la musculatura de los brazos al recorrer los lugares utilizando las extremidades superiores.</p>	
<p>Pararse con las manos libres:</p> <p>El siguiente ejercicio consiste en que el estudiante debe permanecer en posición de pie durante el mayor tiempo posible.</p> <p>Es necesario que este ejercicio se realice en compañía de un adulto responsable.</p> <p>Mediante este ejercicio se fortalecerán los miembros inferiores.</p>	