

GUIA N°3 DE EQUILIBRIO

Objetivo:

Elaborar y ejecutar un juego de equilibrio, resolviendo problemas de desplazamiento, tiempo, espacio, reacción y coordinación.

Instrucciones:

- 1.- Registro de objetivo de la clase en cuaderno de asignatura.
- 2.- Necesitaras como material una cinta adhesiva de papel o tiza, papel, tijeras y lápiz.
- 3.- Sigue las instrucciones para la elaboración del juego y su posterior ejecución, con ayuda y supervisión de un adulto (ver video).
- 4.- Recuerda siempre antes de comenzar, realizar un calentamiento: movilidad articular y elongación.
- 5.- La hidratación también es importante durante y después de la actividad.
- 6.- Desarrolla las actividades una vez finalizada la ejecución del juego.



**ACTIVIDADES**

1.- El juego que desarrollaste, tenía por objetivo principal trabajar el **equilibrio** en sus dos formas (estático y dinámico), pero a ese trabajo se le sumaron otras dificultades que debiste sortear, como la **coordinación**, el **control corporal**, **tiempo**, **espacio**, **reacción** y **resolver problemas**. Encuentra en la siguiente sopa de letras cada una de ellas.

Z	R	C	F	V	V	H	E	G	Ñ	COORDINACION
G	J	J	M	K	C	R	Q	X	G	EQUILIBRIO
R	M	T	K	Y	O	E	U	Ñ	Ñ	ESPACIO
E	V	O	I	Y	O	A	I	Ñ	T	PROBLEMA
S	S	B	R	Ñ	R	C	L	V	I	REACCION
O	D	Y	R	M	D	C	I	J	E	RESOLVER
L	J	E	Y	V	I	I	B	Y	M	TIEMPO
V	J	S	T	B	N	O	R	P	P	
E	F	P	O	Y	A	N	I	R	O	
R	V	A	O	I	C	E	O	O	E	
G	V	C	S	K	I	D	R	B	M	
G	Y	I	P	Y	O	L	S	L	T	
O	D	O	L	G	N	M	F	E	W	
D	J	L	Q	H	B	V	F	M	P	
D	K	W	Y	C	A	J	O	A	W	

[kokolikoko.com](http://kokolikoko.com)

2.- De los conceptos anteriores encontrados en la sopa de letras. ¿Cuál te costó más al momento de ejecutar el juego?

---



---

3.- ¿Qué podrías hacer para mejorarlo?

---



---

4.- ¿Para qué me sirve este tipo de actividad en mi vida cotidiana y a futuro?

---



---