

Curso taller: Matrogimnasia

Matrogimnasia



Fundamentación



Beneficios de la actividad



Ejercicio físico llevado a cabo por los padres y el hijo en el que se integra la participación activa de ambos a través de diversas formas de ejercitación estableciendo un vínculo afectivo e intelectual.

Es el espacio idóneo y seguro para brindar oportunidades de juego, movimiento proceso de socialización y de actividad compartida.

Muchas maravillas hay en el mundo, pero la obra maestra es el corazón materno.

Autor: Bersot

-
- * Permite estrechar lazos de afectividad entre los alumnos de preescolar, padres y docentes.
 - * Favorece las competencias socio - afectivas del niño.
 - * Desarrolla las competencias físicas como coordinación, equilibrio, fuerza, etc.
 - * Respeta la velocidad de ejecución de cada alumno.
 - * Es una actividad completamente lúdica.
 - * Contribuye a la maduración del sistema nervioso y al desarrollo motor del niño.
 - * Se enriquece la memoria motora.
 - * Existe variedad en la posibilidad de ejecución.
 - * Se utilizan materiales diversos.

-
- * Gusto por la actividad.
 - * Crecimiento y desarrollo adecuados.
 - * Ambiente saludable.
 - * Estilo de vida activo.
 - * Aprendizajes significativos.
 - * Desarrollo de competencias.
 - * Construcción de pensamiento crítico.
 - * Experiencias positivas.

Organización de clases



Clase	Material	Capacidades físicas
1	Se ocuparán aros con diferentes secuencias de trabajo.	Coordinación y reacción.
2	Trabajo con pelotas de diferentes tamaños.	Coordinación y reacción.
3	Colchonetas con diferentes ejercicios.	Coordinación, orientación, equilibrio y relajación.
4	Trabajo con conos y cuerdas.	Coordinación, ritmo, fuerza y aeróbicos de baja intensidad.
5	Se trabajará con aros, pelotas, colchonetas y conos.	Ritmo, fuerza, coordinación, equilibrio, reacción, orientación y relajación.

Duración y fecha

1hr. **Del 26 al 30 de Marzo 2012** de 8:00 a 9:00 a.m.

Requisitos

- * Ropa cómoda.
- * Disposición y excelente actitud.
- * Entusiasmo.

Lugar



Blvd. Chahué # 66 Mz. 6 Sector "R" la Crucecita Bahías de Huatulco
Tel: 58-717-66

Mi madre me abrirá muchas puertas, pero sólo mi voz hará que se mantengan abiertas de par en par.

Autor: Montserrat Martí Caballé

Inversión

\$350.00

Instructor

Profesor

Manuel Álvarez Manilla García



- * *Profesor de Educación Física y Entrenamiento Deportivo.*
- * *Instructor especializado en Matrogimnasia.*
- * *Comisionado en el área administrativa del Departamento de Educación Física del Valle de México.*
- * *Instructor de Karate Do Shoto Kan Segundo Dan FEMEKA.*
- * *Profesor de Educación Física en el Colegio Militarizado Moderno Alarid.*
- * *Seleccionado Nacional en el Campeonato Mundial Karate Do realizado en Lima, Perú y en Praga Checoslovaquia.*
- * *Portero de la Primera División del equipo Pumas, Universidad.*
- * *Actualmente Miembro de la Asociación Shoto Kan Ryu.*