

# COORDINACIÓN

- ❑ Es la capacidad de sincronización de las diferentes partes del cuerpo para realizar uno o varios movimientos de forma armónica y eficaz.



SIGUIENTE

# Clasificación de la coordinación

- Coordinación dinámica general.
- Coordinación dinámica específica.
- Coordinación viso manual (oculomanual )
- Coordinación dinámica postural.
- Coordinación óculo pie.



# Coordinación dinámica general

- ❑ Es aquella que agrupa y exige la capacidad de sincronizar el sistema nervioso y movimientos que requieren una acción conjunta de todas las partes del cuerpo.

## 4.- COORDINACION DINAMICA GENERAL

- Relajación
- Respiración
- Arrastre
- Rodamiento
- Gateo
- Marcha
- Carrera
- saltos



ANTERIOR

SIGUIENTE

# Imágenes de coordinación dinámica general



# JUEGO DE COORDINACIÓN DINÁMICA GENERAL

## CAMBIA TU BOMBA

- ❑ **Material:** Bombas
- ❑ **Desarrollo:** Todos los alumnos con su bomba se desplazan libremente por el espacio golpeando su bomba con diferentes partes del cuerpo, cabeza, manos, hombros, rodillas, piernas...a la señal del profesor, golpea su bomba lo más alto posible y trata de coger la bomba de un compañero.

## TRANSPORTANDO BOMBAS

- ❑ **Material:** Bombas
- ❑ **Desarrollo:** La clase dividida en dos grupos y por parejas con una bomba. El juego consiste en llevar la bomba con la pareja con la parte del cuerpo que indica el profesor sin tocarla con las manos. Dar la vuelta al cono y volver a la fila.

← ANTERIOR

SIGUIENTE →

# Videos de coordinación dinámica general

