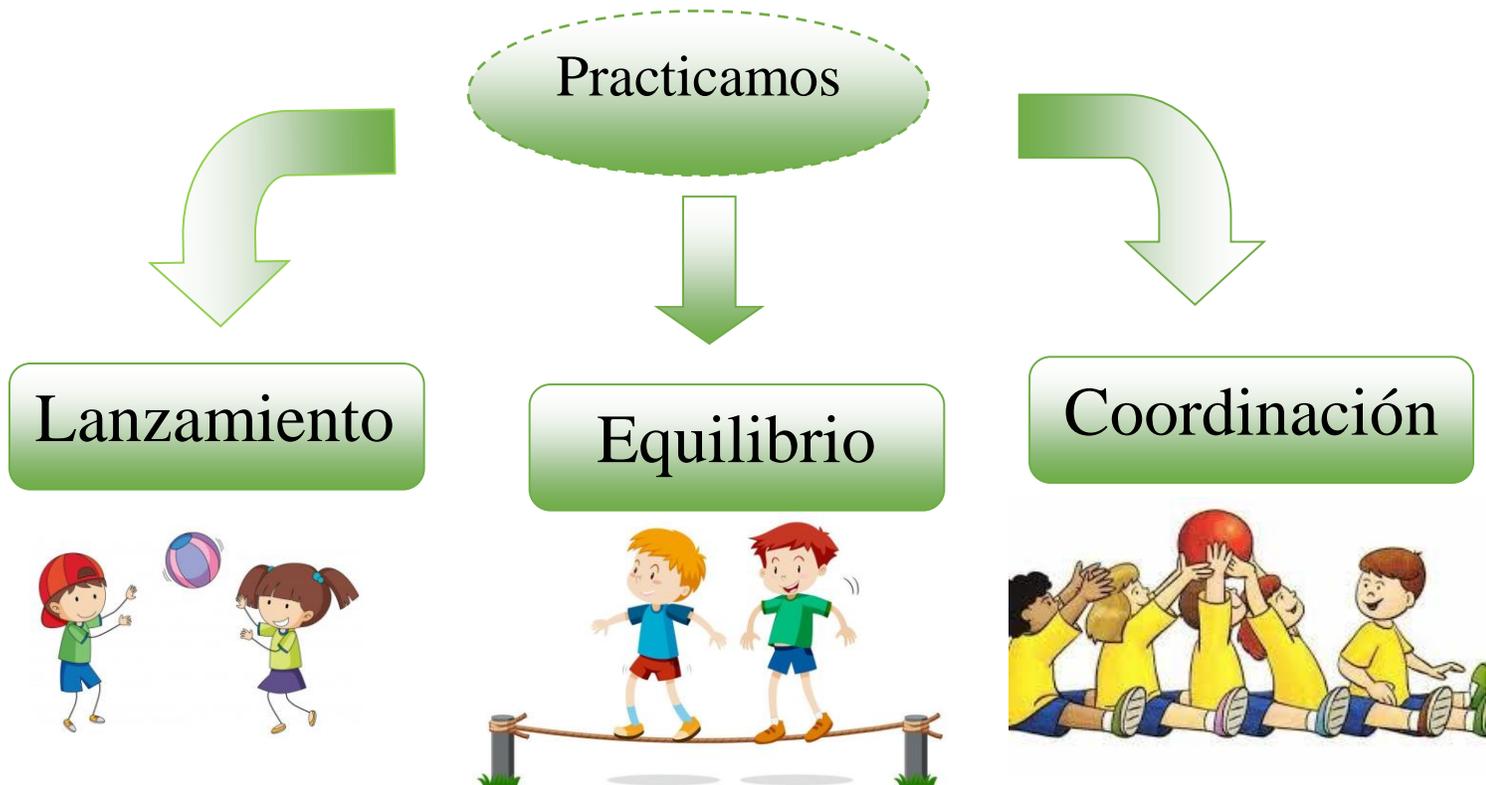


Guía de Aprendizaje N° 8 Educación Física y Salud. 1° y 2° Básico.		
Nombre:		Fecha: SEMANA 8 Del 25 al 29 de Mayo
OA 01	<b>Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en una variedad de juegos y actividades físicas, como saltar con dos pies consecutivamente en una dirección, lanzar un balón hacia un compañero, caminar y correr consecutivamente, lanzar y recoger un balón, caminar sobre una línea manteniendo el control del cuerpo, realizar suspensiones, giros y rodadas o volteos.</b>	
Indicadores/Objetivo de la clase	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Golpean un objeto, utilizando diferentes partes del cuerpo, patean un globo con los pies o con las manos, entre otros.</li> <li>✓ Mantienen el equilibrio con uno o ambos pies en superficies con variadas formas y tamaños, conservando el control del cuerpo.</li> </ul>	
Contenidos a trabajar en la clase:	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <u>Procedimentales:</u> <b>motricidad</b></li> </ul>	

## ¿Qué realizamos la guía anterior?



*Los aprendizajes se fortalecen con **respeto** y apoyo de lo **familia**.*



## ¿Hoy qué aprenderemos?

### Actividad 1:

Para esta actividad necesitamos algunos materiales, pon atención:

- Revistas viejas
- Scotch
- Pelota (tamaño de una de tenis que de bote)

Practicemos lo aprendido: Anteriormente dibujamos nuestros pies en revistas, hoy nos corresponde dibujar nuestras manitos y recortarlas.



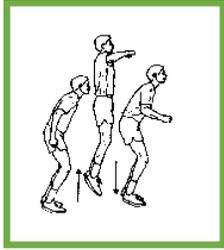
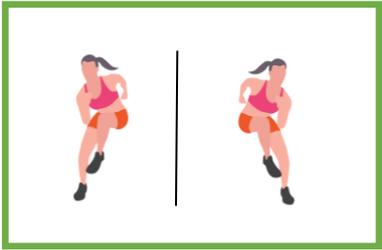
### Calentamiento

- Debes practicar 10 saltos de la siguiente manera.

1	 <ul style="list-style-type: none"><li>• Salto 10 veces extendiendo brazos y pies</li></ul>
2	 <ul style="list-style-type: none"><li>• Salto 10 veces a la derecha e izquierda</li></ul>

*Los aprendizajes se fortalecen con **respeto** y apoyo de lo **familia**.*

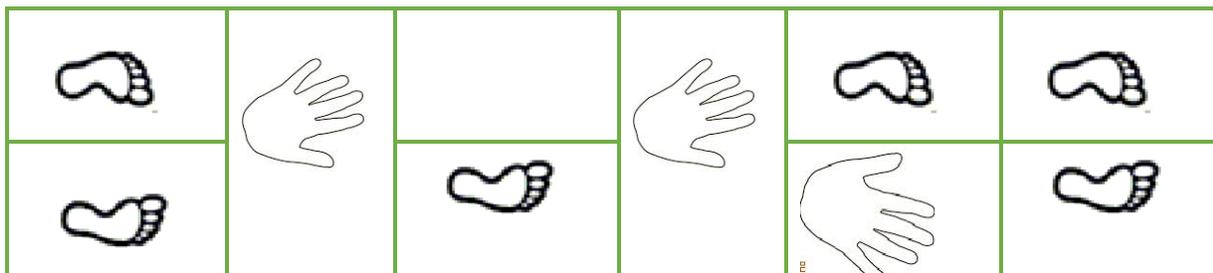


<p>4</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salto 10 veces en el lugar lo mas alto que pueda y amortiguo la caída.</li> </ul>
<p>5</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salto a la derecha amortiguo sólo con un pie la caída</li> <li>• Salto a la izquierda amortiguo con el otro pie la caída.</li> </ul>

### Desarrollo:

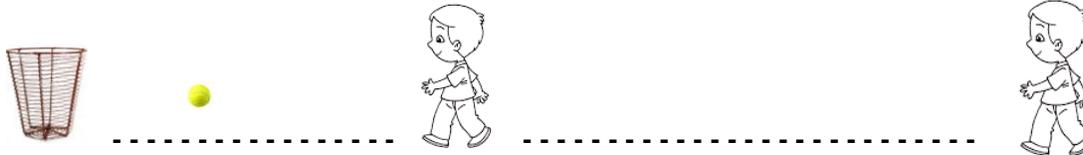
- Dibujaremos nuestras manos y nuestros pies en las revistas viejas que conseguimos.
- Luego de eso realizaremos un pequeño circuito motriz para reforzar lo que hemos estado practicando hasta ahora.

En este recuadro solo podrás avanzar tocando la superficie que indica la imagen, si te saltas alguno te tendrás que devolver hasta el inicio



Luego ubicarás en el piso una línea de scotch para simular que es una cuerda, en la cual debes hacer equilibrio sin salirte de ella, al momento de terminar la zona de cuerda debes lanzar la pelota de tenis hacia el tacho. ¡Vamos a jugar!

*Los aprendizajes se fortalecen con **respeto** y apoyo de lo **familia**.*



**\*Debes lanzar con mano derecha, izquierda, de abajo hacia arriba, de arriba hacia abajo, lanzar con un bote al piso y encestar\***

### Ticket de salida

Mientras tú debes comenzar a respirar profundamente y beber agua para que tu cuerpo se comience a calmar. Me debes comentar a través del trabajo audio visual (fotos o vídeos) las posturas que más te han costado desarrollar para que junto a eso podamos seguir aprendiendo juntos y seguir creciendo.



Luego de realizar todo este circuito motriz cuéntame cómo te fue y pídele a un adulto que me envíe fotografías mientras lo realizas.  
Recuerda identificar nombre y curso  
Correo: [gabriel.parra@colegio.martabrunet.cl](mailto:gabriel.parra@colegio.martabrunet.cl)

*Los aprendizajes se fortalecen con **respeto** y apoyo de lo **familia**.*