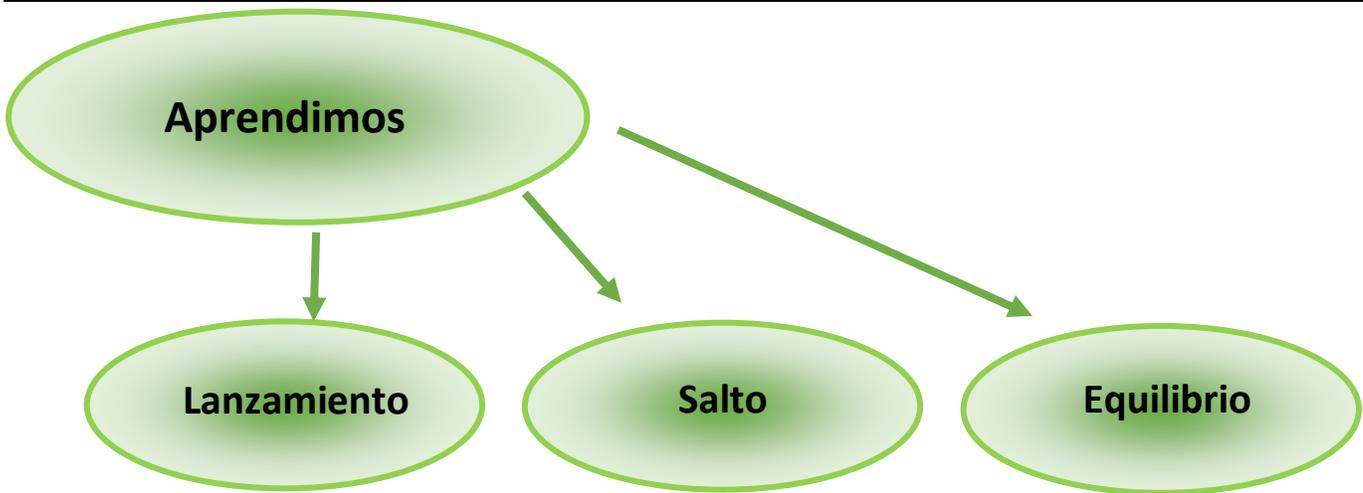


SEGUNDO SEMESTRE		
Guía de Aprendizaje N° Educación Física & Salud. 1° y 2° Básico.		
Nombre:		Fecha: SEMANA 1 Desde el 31 de agosto al 4 de septiembre
OA 01 Nivel 1	Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en una variedad de juegos y actividades físicas, como 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.	
Indicadores/Objetivo de la clase	✓ Giran sobre su mismo eje en diferentes direcciones, manteniendo el control de su cuerpo.	
Contenidos a trabajar en la clase:	Giros sobre el propio eje	

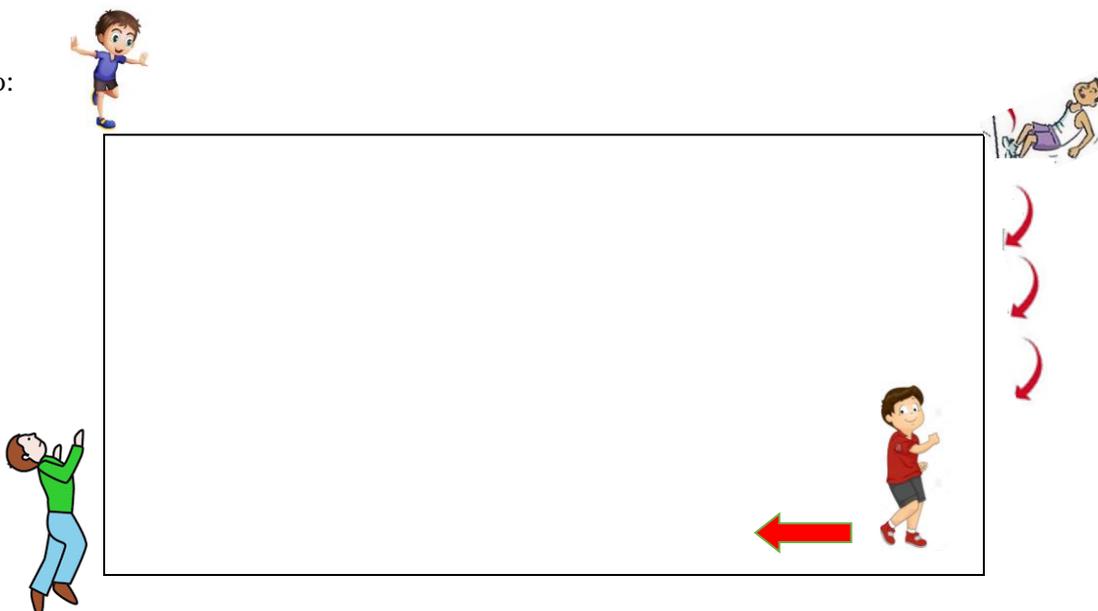


Actividad 1: Deberás realizar un rectángulo en un lugar de tu casa donde esté fuera de todo peligro y acompañado de un adulto en todo momento. **En este rectángulo deberás pasar de 4 simples formas.**

Vas a ubicar un lienzo o scotch que te permite la orientación para avanzar, ya que, debes evitar salirte de la línea.

1.-

Punto de inicio:



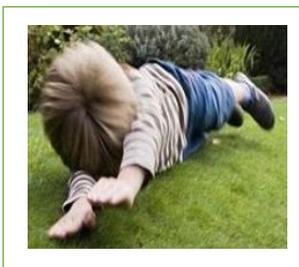
Recuadro N° 1

- 1.- Deberás realizar equilibrio sobre la línea que demarcarás.
- 2.- Deberás avanzar con salto lateral hasta llegar al final.
- 3.- Deberás retroceder sin salirte de la línea que te guía, manteniendo el equilibrio.
- 4.- Deberás reptar hasta llegar al punto de inicio.
- 5.- Esto deberás realizarlo 4 veces



2da Parte:

- Ahora desde el punto de inicio tendrás que empujar una pelota con un escobillón sin que se te escape y sin salirte de la línea.



-Luego deberás avanzar rodando para llegar al punto 3 y seguir avanzando.



-Saltarás con tus dos pies hacia adelante.



-Para terminar y llegar al final del circuito, tienes que reptar, pero hacia atrás.

(Debes repetir este circuito 4 veces)

Dibuja el ejercicio que más y que menos te costó realizar.

Luego de realiza
cómo te fue y pí
fotografías mien
Recuerda identi
Correo: [gabriel.p](mailto:gabriel.parra@colegio-martabrunet.cl)



notriz cuéntame
ne envíe

[rnet.cl](mailto:gabriel.parra@colegio-martabrunet.cl)