



Guía N° 1 Unidad 1 1° Básicos.

Nombre estudiante: _____ Curso: _____

Fecha inicio: Lunes 27 de abril 2020 Fecha de término o entrega: viernes 1 de mayo

Objetivo de la clase: OA 01 Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en una variedad de juegos y actividades físicas, como saltar con dos pies en una dirección, caminar y correr alternadamente, lanzar y recoger un balón, caminar sobre una línea manteniendo el control del cuerpo, realizar suspensiones, giros y rodadas o volteos.

Indicador de logro: › Se desplazan por medio de la caminata en diferentes direcciones con una correcta alternancia de piernas y brazos; por ejemplo: hacia adelante, atrás, izquierda y derecha. › Reconocen por medio de saltos en diferentes distancias y direcciones; por ejemplo: hacia adelante, atrás, izquierda y derecha. › visualizan y lanzan objetos de diferentes formas y tamaños con una o ambas manos. › Golpean un objeto, utilizando diferentes partes del cuerpo, patean un globo con los pies o con las manos, entre otros.

Actitud: › Demostrar disposición al esfuerzo personal, superación y perseverancia.

Instrucción(es): Responde la guía, si tienes dificultad para imprimir trabaja directamente en tu computador.

Contenido(s):

Habilidades Motrices Básicas: son unas acciones motrices estructuradas y organizadas de una forma secuencial que evolucionan y se desarrollan en el ser humano desde su nacimiento, mejorando con el aprendizaje, eso quiere decir, que las habilidades están innatas (**Que ha nacido con la persona, no adquirido por educación ni experiencia**) en nuestra persona y que poco a poco se van desarrollando y mejorando en la medida en que vamos creciendo.

Dentro de las habilidades motrices básicas encontramos las de **locomoción** (desplazamientos), como caminar, correr, trotar, saltar, rodar, todas aquellas que nos permitan ir de un lugar a otro. Las de **Manipulación** (óculo-manual y óculo-pedal) como lanzar un objeto y recibirlo, conducción del balón con los pies, botear un balón y la **estabilidad** (equilibrio) como mantenerse en un pie, caminar por una línea recta, etc.

Pueden revisar el link para mayor claridad:

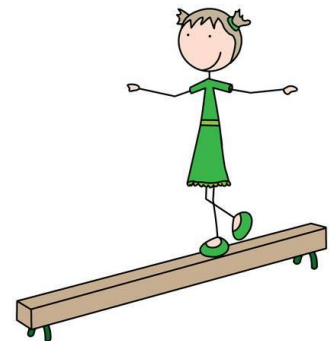
<https://www.youtube.com/watch?v=XnorYZwezgM>

I.- Reconocer habilidades motrices básicas, para lo cual debes encerrar las imágenes con el color correspondiente:

Azul: Locomoción

Rojo: Manipulación

Verde: Estabilidad.



Autoevaluación/ Preguntas de cierre para reflexión.

Responde en tu cuaderno o en forma oral.

- a) ¿Qué fue lo que más me costó aprender y por qué?
- b) ¿Qué fue lo que me resultó más fácil aprender?
- c) ¿Cuánto tiempo necesité para hacer esta actividad?
- d) ¿Qué hice cuando tuve una duda?
- e) ¿Me organicé de alguna manera para realizar la actividad?