



Educación física y Salud “Autoevaluación video práctico N°1”
3° - 4° básicos

Nombre estudiante: _____ Curso: _____

Fecha inicio: Semana del 06 al 10 de julio

Fecha de Término: viernes 17 de julio.

Objetivo de la clase: Ejecutar y demostrar control en la ejecución de las habilidades motrices básicas de locomoción y manipulación (OA1)

Indicador de logro:

- ✓ Combinan y usan el máximo de habilidades de desplazamientos
- ✓ Ejecutan distintas combinaciones de habilidades de locomoción.
- ✓ Golpean un balón en forma continua con una mano u otro implemento.
- ✓ Usan habilidades motrices de manipulación para optimizar su ejecución u obtener un resultado; por ejemplo: lanzar de diferentes formas, para derribar objetos o encestar.
- ✓ Perfeccionan la ejecución para controlar las habilidades motrices básicas.

Actitud: Demostrar disposición a participar activamente de la clase.

Instrucción(es): Ejecutar la clase práctica que puedes encontrar en la página del colegio. Luego, leer y responder la siguiente autoevaluación. Recuerda que, si tienes dificultad para imprimir este archivo, debes responder directamente en tu cuaderno solo las respuestas. Esta actividad solo se envía la autoevaluación al correo institucional del profesor/a según el nivel que corresponda.

4° Básicos : Profesor Bastián Musa : cesca.cuartobasico.edfisica@gmail.com

3° Básicos: Profesora Karen Aguilar: cesca.edfisica@gmail.com

Contenido: Combinar y demostrar control en las habilidades motrices básicas de locomoción y manipulación.





Autoevaluación/ Preguntas de cierre para reflexión.

Responde en tu cuaderno y envíalo al correo del profesor/a

1. ¿Qué importancia tiene para mi realizar un buen calentamiento físico en la fase inicial de la clase?
2. ¿Qué ejercicio de locomoción y manipulación fue el que más me gusto realizar? ¿por qué?
3. ¿Pude trabajar los lanzamientos con la mano menos hábil? ¿Qué diferencias note en comparación a lanzar con la mano más hábil? ¿me gusta trabajar con la mano menos hábil?
4. ¿Cuánto tiempo necesité aproximadamente para realizar esta clase?
5. ¿Qué ejercicio fue el más difícil de ejecutar? ¿Qué hiciste para poder conseguir el ejercicio?
6. ¿Puede utilizar bien los implementos dados? Y si los modificaron ¿Cuáles usaron?
7. ¿Pude realizar la vuelta a la calma (elongación) en la fase final de la clase?

