

# EDUCACION-FISICA-PRIMEROSAB-OA1-GUIA-25-SEMANA27.

Objetivo: Fortalecer la habilidades motorices básicas de manipulación y locomoción a través de diferentes desafíos motrices.

OA 1: Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en una variedad de juegos y actividades físicas....

indicadores:

\* Golpean un objeto, lanzándolo hacia un objetivo; por ejemplo: golpean un globo con la mano hacia un aro.

\* Ejecutan combinaciones básicas simples de habilidades motrices básicas, con precisión y control del cuerpo; por ejemplo: correr y lanzar, saltar y girar, recibir y lanzar o saltar y rodar.

Profesor: Claudio Delgado Escobar

Fecha : 19 al 23 de Octubre del 2020

**\*Obligatorio**

1. Nombre completo \*

---

2. Curso \*

*Marca solo un óvalo.*

1° año A

1° año B

## Instrucciones

- 1.- Lea el recordemos que tiene que ver con lo trabajado en la semana pasada (cuadro de color verde).
- 2.- Luego leer el nuevo contenido que está en recuadro amarillo.
- 3.- Realiza el desafío paso a paso.( El vídeo lo puedes ver y luego ejecutar)
- 4.- Realiza el ticket de salida respondiendo con ayuda de tus padres.
- 5.- Apretar enviar y tendrás tus respuestas en forma inmediata.

Recordemos

¡Hola! ¿Cómo estuvo tu semana? Espero que bien y hayas podido fortalecer la habilidad motora de manipulación.

Recuerda que estas habilidades motrices son: aquellos movimientos en donde la acción principal se centra en el manejo de un objeto, aquí podemos encontrar: el botear, recepcionar, rodar, conducir, golpear, traccionar, arrastrar, entre otras.

Es importante que pongas en práctica los ejercicios ya que te ayudarán a dar una mejor respuesta motora a diferentes actividades y desafíos físicos.

Contenido

Esta semana te invito a poner en práctica las habilidades motoras básicas de locomoción y manipulación en diferentes desafíos físicos con implementos de fácil uso que encontramos en nuestro hogar.

**Un desafío motriz** es la acción y efecto de desafiar, un verbo que hace referencia a competir, retar o provocar a alguien. Un desafío puede ser, por lo tanto, una competencia donde una rivalidad queda en manifiesto. Es aquí donde el niño pone en práctica las habilidades y control corporal para enfrentar los retos.

Los ejercicios seleccionados tienen esa intención llevar al niño a demostrar dominio y control corporal, utilizando las habilidades motoras básicas para cumplir con la tarea.

## Desafío: te explico la rutina paso a paso

Paso 1: Movilidad articular ( conducta segura).Ejecuta los siguientes ejercicios antes de la rutina para preparar al cuerpo para el desafío físico.



## Materiales

- 1.-Un lugar despejado de la casa.
- 2.-Ropa adecuada para la actividad.
- 3.-Pelotitas de papel
- 4.-Dos pelotitas de calcetín.

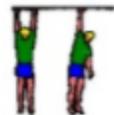
Paso 2 : Observa el siguiente vídeo , te invito a realizar los desafíos para fortalecer el dominio de la habilidad motora de locomoción y manipulación.



<http://youtube.com/watch?v=1g8y2Jslb5o>

## Paso 3: Estiramiento vuelta a la calma. ( conducta segura)

Propuestas de actividades de estiramientos

|   |   |   |  |   |
|---|---|---|--|---|
|  |  |  |  |  |
| ESPALDA   | ESPALDA   | ESPALDA   | TRONCO, LUMBAR   | TRONCO, OBLICUO   |
|  |  |  |  |  |
| TRONCO(DORSAL)  | TRONCO(Oblicuos)  | HOMBRO, PECTORAL  | ANTEBRAZO, BICEPS  | HOMBRO, DORSAL  |
|  |  |  |  |  |
| HOMBRO  | ESPALDA   | HOMBRO, TRICEPS   | HOMBRO   | GENERAL   |
|  |  |  |  |  |

Ticket salida: contesta las siguientes preguntas, una vez que termines pon enviar y tendrás tus respuestas en forma automática.

3. 1.- La siguiente definición : "es la acción y efecto de desafiar, un verbo que hace referencia a competir, retar o provocar a alguien." Corresponde a: \*

1 punto

Marca solo un óvalo.

- A) habilidades motoras.
- B) desafío Motriz.
- C) cualidades físicas.

4. 2.-Cuál de las siguientes acciones motrices corresponden a habilidades de locomoción y habilidades de manipulación. Selecciona una habilidad para cada acción motriz. \* 8 puntos

Marca solo un óvalo por fila.

|                   | Locomoción            | Manipulación          |
|-------------------|-----------------------|-----------------------|
| Correr            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Golpear           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Recibir un balón  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Caminar           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Gatear            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Lanzar            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Trotar            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Atrapar un balón. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

¡Muy bien!



# Google Formularios