



Fundación Educacional Club Hípico
"Escuela y Familia unida para formar y educar".

GUIA N°7 EDUCACION FISICA 3° BÁSICOS

(Semana del 15 al 19 de junio)

Contacto profesor d.acuna@colegioclubhipico.cl

Recuerda que debes enviar tu trabajo realizado al correo de tu curso

Estos son: terceroa@colegioclubhipico.cl

tercerob@colegioclubhipico.cl

terceroc@colegioclubhipico.cl

tercerod@colegioclubhipico.cl

Nombre: _____ Fecha: _____ Curso: _____

Objetivo de aprendizaje

OA1.- Demostrar capacidad para ejecutar de forma combinada las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles, como correr y lanzar un objeto con una mano, caminar sobre una línea y realizar un giro de 180° en un pie.

DESAFIO MOTRIZ

"LOCOMOCION"

Instrucciones

1. Debes utilizar ropa cómoda (buzo y/o calzas)
2. Puedes crear tu propio material alternativo para realizar los ejercicios como tarros, palo de escoba, calcetines, etc.
3. Debes grabar los ejercicios y ser enviados al correo del curso

ACTIVIDAD

CREAR TU PROPIO MATERIAL para realizar los **EJERCICIOS**. Recuerda que puedes ocupar todos los implementos que podemos encontrar en **UNA CASA** como calcetines para hacer pelotas, tarros de café para ocuparlos como conos, palos de escoba para saltar, entre otras cosas.

Debes realizar los siguientes ejercicios de **locomoción**:

1. Saltos en altura (a pies juntos)
2. Saltos laterales (a pies juntos)
3. Saltos en un pie (avanzando)
4. Pasar o saltar obstáculos
5. Reptación

REVISA EL SIGUIENTE VIDEO EN YOUTUBE PARA VER EL EJEMPLO

https://www.youtube.com/watch?v=E9BgJoY_mDE

¡RECUERDA!

¡! Debes grabar cada uno de los ejercicios (5 en total) y enviarlos al correo de tu curso ¡!