



**COLEGIO PABLO GARRIDO VARGAS**  
"A LA VANGUARDIA CON LA TECNOLOGÍA DIGITAL"  
UNIDAD TÉCNICO PEDAGÓGICA

**Objetivo de Aprendizaje Unidad I:**

<b>Nombre alumno: Pre-kínder a 4° básico</b>	
<b>Cursos: pre-kínder a 4° básico</b>	<b>Fecha: Semana 6 (desde el 04 al 08 de mayo)</b>
<b>Profesor(a): Carlos Pérez Luengo</b>	
<b>Objetivo de Aprendizaje: Demostrar control en la ejecución de ejercicios de: locomoción, manipulación y estabilidad.</b> <b>Transversal: Aprender el correcto lavado de manos.</b> - Llevar una vida saludable. - Realizar actividad física en casa.	
<b>Habilidades: Autocuidado.</b> <b>Recordar - Identificar – Ejecutar</b>	

**Instrucciones:**

- La semana 6, para Educación Física y Salud, comprenderá de una tercera rutina de ejercicios para todos los estudiantes de pre-kínder a 4° básico.
- La rutina de ejercicios deberá realizarla en conjunto con algún integrante de su familia y ayudarlo en la obtención de materiales, como también en la ubicación de estos en el espacio elegido.
- El video estará publicado en la página oficial del colegio (<http://www.colegio-pablogarrido.cl/>) o pueden ingresar directamente en el link: [https://www.youtube.com/watch?v=O\\_f\\_qx-Duv8&t=78s](https://www.youtube.com/watch?v=O_f_qx-Duv8&t=78s) para ver y seguir la rutina de ejercicios que tenemos prepara para todos ustedes.
- Ante cualquier duda escríbeme al correo electrónico: [carlos.perez@colegio-pablogarrido.cl](mailto:carlos.perez@colegio-pablogarrido.cl)
- Al finalizar la rutina, podrás realizar la tarea designada sin ningún problema, que será revisada al regreso a clases.

- **#pablogarridoencasa**

## **Unidad I: CIRCUITO FÍSICO**

### **Propósito y objetivo de la clase.**

En esta Unidad los estudiantes aprenderán a conocer los distintos tipos de habilidades motrices básicas y la definición de circuito físico.

Sabrán identificar cuáles son, donde podemos utilizarlas, su clasificación y cómo pueden llevarlas a la actividad física en casa.

Podrán saber reconocerlas cuando realizan alguna actividad física. Además, podrán realizar diferentes rutinas de ejercicios en casa, los cuales les ayudarán a mejorar su estado físico y anímico, y por qué no decirlo, incentivará a trabajar en familia, permitiendo la unión y participación de todo el núcleo del hogar.

Con esta clase online (3° rutina de ejercicios de pre-kínder a 4° básico) los estudiantes serán capaces no sólo de hacer ejercicio, sino que también reconocer y aprender conceptos básicos de la asignatura de Educación Física y Salud.

Esta semana se integran los contenidos transversales que consisten en la enseñanza de contenidos como el respeto, trabajo en equipo, resolución de problemas, actitudes positivas del estudiante, higiene personal, nutrición y estilo de vida saludable.

Es por esto que antes de realizar la rutina se explica el buen uso del lavado de manos.