



COLEGIO PABLO GARRIDO VARGAS
Formando líderes sin distinción

¿Cómo Vamos?
“ED. Física y Salud”

NOMBRE:		FECHA: Semana 14 29 al 03 de julio 2020.	CURSO: 1° a 4° Año Básico.
OA1: Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en una variedad de juegos y actividades físicas.	Unidad 1	Habilidades a desarrollar:	Reconocer, identificar, ejecutar, evaluar.
	Habilidades motrices básicas.		
Objetivo de clase: <ul style="list-style-type: none">• Aplicar los contenidos de la unidad, mediante la realización de guía de retroalimentación de Ed. Física.			
Indicadores de Evaluación: <ul style="list-style-type: none">• Realizan guía de retroalimentación de contenidos, respondiendo adecuadamente a lo requerido.• Reconocen e identifican a conceptos y elementos fundamentales de las clases.• Aplican los contenidos vistos a la fecha, a través de preguntas de reflexión al final de la guía.			
Instrucciones de la Actividad: <ul style="list-style-type: none">• Bienvenidos queridos estudiantes a la semana 14. Esta semana será distinta ya que no habrá video de rutina de entrenamiento y deberán leer con mucha atención las instrucciones.• Primero deberás leer con atención en compañía de un familiar, un texto explicativo que nos permitirá recordar conceptos claves de las semanas anteriores.• Luego tendrás que resolver las actividades planteadas en la guía y responder de la mejor manera posible.• Recuerda realizar todos los pasos que siguen para realizar tu guía.• Busca un espacio cómodo y tranquilo para desarrollar tu guía. Preocúpate de tener buena iluminación.• Resolver todas las actividades propuestas por el profesor en esta guía.• Cómo resolver la guía:<ul style="list-style-type: none">- Traspasar a tu cuaderno y escribir el desarrollo de esta guía, sacar una fotografía con el celular y enviársela al correo del profesor.• Tienes hasta el viernes 03 de julio para desarrollar tú guía.• No olvides que cualquier consulta se debe hacer al correo del profesor.			
Sitios webs recomendados: https://www.youtube.com/watch?v=x8o08HINKww https://www.youtube.com/watch?v=AeKmRt_6AWo&feature=youtu.be			
Docente: Carlos Pérez Luengo	Correo: carlos.perez@colegio-pablogarrido.cl	Horario de Consultas: 9:00 a 14:00 horas	

QUERIDOS ESTUDIANTES, ES IMPORTANTE PARA LLEGAR A LA META DE ESTA SEMANA, HABER RESPONDIDO TODAS LAS GUIAS ANTERIORES. PUEDES GUIARTE POR LOS TEXTOS EXPLICATIVOS DE LAS SEMANAS 4 A LA 11 Y VIDEOS DE LAS RUTINAS TRABAJADAS SEMANAS ATRÁS. RECUERDA QUE DEBES TRASPASAR LA GUÍA A TU CUADERNO Y ENVIAR AL CORREO DEL PROFESOR (**CARLOS.PEREZ@COLEGIO-PABLOGARRIDO.CL**) FOTOGRAFÍAS DE TU TAREA REALIZADA.

Tarea de la semana 14.

¿Cómo Vamos?

Actividades: Leer con atención las instrucciones junto a un adulto o familiar y responder las preguntas. Piensa tranquilo y con calma y luego responde.

1. Selección múltiple: Responde a las siguientes preguntas con respecto a las semanas trabajadas y contenidos enseñados. Marca con una X la respuesta correcta.

1.- ¿Para qué nos sirve realizar un calentamiento general?

- A Jugar con mi familia y prevenir lesiones.
- B Prevenir lesiones y preparar nuestro cuerpo.
- C Preparar nuestro cuerpo para ver televisión.

2.- ¿Cuáles son habilidades motrices?

- A Sentarse, tomar el celular, comer.
- B Correr, comer, cambiar la tele.
- C Correr, saltar, lanzar.

3.- El objetivo principal de nuestras rutinas de ejercicios fue:

- A Demostrar control en ejercicios difíciles.
- B Demostrar control en ejercicios de locomoción, manipulación y estabilidad.
- C Demostrar control en ejercicios de locomoción y velocidad.

4.- ¿Cómo se llama nuestra ayudante virtual de la semana 12?

- A Carolina
- B Claudia
- C Celia

2. Verdadero o Falso: Marca con una V en caso de que la oración sea correcta, o con una F en caso de que ésta sea falsa.

- 1) _____ El calentamiento no sirve para prevenir lesiones.
- 2) _____ La elongación nos permite volver a la calma después de haber realizado ejercicios.
- 3) _____ La motricidad se divide en motricidad fina y motricidad gruesa cuando trabajamos en educación física.
- 4) _____ Dentro de las semanas de ejercicios, realizamos una ruleta de animales.
- 5) _____ La función de un juego es que el participante no lo pase bien y se enoje.
- 6) _____ Nuestras clases de Ed. Física han sido mediante videos y guías de estudio.

