



**COLEGIO PABLO GARRIDO VARGAS**  
*Formando líderes sin distinción*

**GUÍA DE APRENDIZAJE**  
**“ED. Física y Salud”**

NOMBRE:		FECHA: Semana 16 13 al 17 de junio 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.
	Habilidades motrices básicas.		
Objetivo de clase: <ul style="list-style-type: none"><li>• Demostrar control en la ejecución de ejercicios de coordinación, manipulación de objetos y lanzamiento.</li></ul>			
Indicadores de Evaluación: <ul style="list-style-type: none"><li>• Observan, y ejecutan su rutina de entrenamiento, actividades físicas que desarrollan la resistencia cardiovascular y habilidades motrices.</li><li>• Lanzan con diferentes niveles y tamaños, conservando el control del cuerpo.</li></ul>			
Instrucciones de la Actividad: <ul style="list-style-type: none"><li>• Observar el video “10° rutina de ejercicios” y seguir las instrucciones de la guía Ed. Física y salud.</li><li>• Resolver las actividades propuestas por el profesor en esta guía.</li><li>• Cómo resolver la guía: Opción 1) En una página de Word escribir el desarrollo de esta guía y enviársela al correo del profesor. Opción 2) En una hoja de cuaderno escribir el desarrollo de esta guía, sacar una fotografía con el celular y enviársela al correo del profesor.</li><li>• Tienes hasta el viernes 17 de julio para desarrollar tú guía.</li><li>• No olvides que cualquier consulta se debe hacer al correo del profesor.</li><li>• Utiliza el video de apoyo para complementar, que se presenta a continuación.</li></ul>			
Sitios webs recomendados: <ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=EED8ORLDsA0&amp;t=10s">https://www.youtube.com/watch?v=EED8ORLDsA0&amp;t=10s</a> (rutina de ejercicios semana 16)</li></ul>			
Docente: Carlos Pérez Luengo	Correo: carlos.perez@colegio-pablogarrido.cl	Horario de Consultas: 9:00 a 14:00 horas	

Bienvenidos queridos estudiantes a la semana 16 de 1° a 4° básico. Esta semana deben observar la nueva rutina de ejercicios preparada para todos ustedes y en la cual incluiremos trabajo de lanzamientos. Luego deberán realizar la tarea propuesta, resolviendo las diversas preguntas.

### Tarea de la semana 16.

Actividades: Leer las instrucciones junto a un adulto o familiar y responder las preguntas.

1. Creación de un juego: Deberás crear tu propio juego de educación física con dos materiales que tengas en tu casa. Para esto tendrás que tener como mínimo:

- Crear nombre del juego
- Grabar unos segundos jugando al juego creado por ti y enviarlo al correo del profesor Carlos.

1. Responde las preguntas del Ticket de salida. Saca una fotografía a tu Ticket y envíalo al correo del profesor Carlos. Correo: [carlos.perez@colegio-pablogarrido.cl](mailto:carlos.perez@colegio-pablogarrido.cl)

	<b>TICKET DE SALIDA</b>
1. ¿Cómo te sentiste realizando los ejercicios?	
2. ¿Qué es lanzar?	
3. ¿Cuál es la diferencia entre calentamiento y elongación?	