

## Guía Formativa N° 1 Ed. Física y Salud 2º Año Básico

**\*Esta guía tiene un 60% de exigencia\***  
L : 60 a 100% de logro  
NL: menos del 60% de logro

| Puntaje Obtenido | L | NL |
|------------------|---|----|
|                  |   |    |

Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: de del 2020

**Objetivo de Aprendizaje:** Reconocer y ejecutar patrones motores de locomoción, manipulación y estabilidad en una variedad de juegos y actividades físicas, relacionadas a los hábitos deportivos en niños.

### Instrucciones para los/las estudiantes:

- Sigue las instrucciones de cada ítem.
- Si tienes alguna consulta en el Texto de la asignatura o digital en [www.curriculum línea.cl](http://www.curriculum.línea.cl).
- Continúa revisando la página del Colegio para que continúes desarrollando nuevas actividades y revises tus avances.

**Ítem I** Escribe la actividad que realizan los siguientes niños. (2 puntos cada una)



**Item II** Dibújate haciendo tu deporte o actividad física favorita, luego colorea. (5 puntos)

**Item III** Realiza en casa los siguientes ejercicios.

**Materiales:**

- \*Pelota de goma u otro material liviano.
- \*Libro o cuaderno pequeño
- \*Reloj para controlar tiempo.

**Ejercicios**

|   |   |
|---|---|
| <p>1.- Equilibrio estático: Mantén durante 10 segundos la posición paloma.</p>  |  |
| <p>2.- Manipulación:</p> <p>Lanza hacia arriba una pelota de goma y atrápala sin que caiga al suelo. Repite 10 veces</p> <p>Lanza hacia arriba la pelota y antes de atraparla realiza un aplauso con tus manos.</p> |  |
| <p>3.- Locomoción y equilibrio:</p> <p>Camina por tu casa con un libro pequeño sobre tu cabeza sin que se caiga.</p>  |  |

Colegio Polivalente  
Profesor Ildelfonso Calderón  
Profesor (a):

Región: Metropolitana  
Provincia : Cordillera  
RBD : 10501-5

---