

Guía Formativa N° 1 Ed. Física y Salud 3º 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: Conocer las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y equilibrio.

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.

Item I Resuelve la sopa de letras y luego realiza las actividades que se te proponen. (1 punto cada una)

L	Y	E	U	V	R	U	I	W	O	U	M
O	U	S	I	F	D	J	U	S	R	I	A
C	I	T	D	E	P	O	R	T	E	A	N
O	K	A	Q	Q	D	Y	O	Q	P	W	I
M	R	B	W	U	F	R	D	S	T	I	P
O	F	I	S	I	B	T	A	F	A	O	U
C	H	L	D	L	Ñ	D	R	H	R	L	L
I	A	I	F	I	P	F	V	K	K	K	A
Ó	T	D	I	B	O	G	G	S	U	H	C
N	R	A	J	R	I	B	H	A	H	J	I
R	A	D	H	I	I	N	J	L	Y	K	Ó
T	P	H	H	O	U	J	U	T	T	I	N
L	A	N	Z	A	R	K	Y	A	G	P	T
U	R	W	D	F	G	L	T	R	H	J	K
E	J	E	R	C	I	C	I	O	H	G	H

- | | | |
|------------------|---------------|-----------------|
| 1. Locomoción. | 6. Lanzar | 11. Estabilidad |
| 2. Deporte. | 7. Atrapar | |
| 3. Equilibrio. | 8. Rodar | |
| 4. Manipulación. | 9. Ejercicio. | |
| 5. Saltar | 10. Reptar | |

Item II Escoge 5 palabras de la sopa de letras y crea una oración para cada una de ellas. (2 puntos cada una).

1.

2.

3.

4.

5.

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 la pelota y antes de atraparla realiza un aplauso con tus manos.</p> <p>Lanza hacia arriba la pelota y antes de atraparla toca el suelo con una mano.</p>	
<p>3.- Locomoción y equilibrio:</p> <p>Camina por tu casa con un libro pequeño sobre tu cabeza sin que se caiga.</p> <p>Con el libro en la cabeza, realiza 5 pasos hacia el frente, luego siéntate en el piso y ponte de pie, sin que el libro se caiga.</p>	

Colegio Polivalente
Profesor Ildelfonso Calderón
Profesor (a):

Región: Metropolitana
Provincia : Cordillera
RBD : 10501-5
