**Guía Formativa N° 1 Ed. Física y Salud 1 º 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 item. * Si tienes alguna consulta en el Texto de la asignatura o digital en [www.curriculum](http://www.curriculum) línea.cl. * Continúa revisando la página del Colegio para que continúes desarrollando nuevas actividades y revises tus avances. |

**Item I:** Colorea los dibujos y encierra en un círculo de color rojo **sólo** en las que se encuentren haciendo deporte (2 puntos cada una)

|  |
| --- |
|  |

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

Ejemplo: Te puedes dibujar saltando la cuerda, jugando fútbol, jugando el luche, entre otros.

**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**

|  |  |
| --- | --- |
| 1.- Equilibrio estático: Mantén durante 10 segundos la posición paloma. | **22298738547.jpg** |
| 2.- Manipulación: Lanza hacia arriba una pelota de goma y atrápala sin que caiga al suelo. Repite 10 veces | **índice 11.jpg** |
| 3.- Locomoción y equilibrio: Camina por tu casa con un libro pequeño sobre tu cabeza sin que se caiga. | **images.png** |

.