



Colegio Jean Piaget
UTP-Rancagua

#YOMEMUEVOENCASA

Mi escuela un lugar para aprender y crecer en un ambiente saludable



PLANIFICACIÓN DE AUTOAPRENDIZAJE
SEMANA 15 DEL 6 AL 10 DE JULIO 2020

TÍTULO	Habilidades Motrices, Manipulación de Objetos, Estabilidad Corporal y Juegos Colectivos
ASIGNATURA /MÓDULO TP	Educación Física y Salud 3° básico
NOMBRE DEL PROFESOR/A	Marcos Lucero
OBJETIVO DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD 2	OA1: Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles, como saltar de forma continua en un pie y luego en el otro, botear un balón mientras camina, mantener el equilibrio sobre una base a una pequeña altura, realizar suspensiones, giros y rodadas o volteos.
MOTIVACIÓN	iiiBuenos días estudiantes!!! Hoy daremos inicio a nuestra clase n° 15 de educación física y salud. Habilidades motrices Básicas. https://www.youtube.com/watch?v=T7fJQZKagnk&t=5s
ACTIVIDAD(ES) Y RECURSOS PEDAGÓGICOS	Actividades: 1.-Definiciones de Conceptos. 2.-Observar imágenes y mencionar qué acciones realizan los niños. 3.-Observar en imágenes la habilidad motriz de equilibrio. 4.-Observar imágenes y completar actividad de los lanzamientos. 5.-Leer cuento mencionar a que habilidad motriz corresponde. 6.-Observar imágenes y responder a que habilidades motrices corresponde. 7.-Responder en el cuaderno ticket de salida. Recursos: Guía ,cuaderno y lápiz.
EVALUACIÓN	Evaluación Formativa: Será el Ticket de Salida
ESTE MÓDULO DEBE SER ENVIADO AL SIGUIENTE CORREO ELECTRÓNICO	Fecha de entrega:10/07/2020 WhatsApp: +56964515300 Recordar sacar una fotografía a la actividad y enviarla al siguiente correo Marcos.lucero@colegio-jeanpiaget.cl

Enviar ticket de salida al siguiente correo: Marcos.lucero@colegio-jeanpiaget.cl

#LAVATELASMANOS



GUÍA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Nombre:

Curso: Segundo básico

Fecha:

Profesor : Marcos Lucero

OBJETIVOS DE APRENDIZAJES: Conocer los conceptos de habilidades motrices básicas locomotrices no locomotrices mediante diferentes ejercicios.

CONTENIDOS: Demostrar disposición a mejorar su condición física e interés por practicar actividad física de forma regular.

¿Qué son las Habilidades motrices básicas?

Se llama habilidad a la capacidad física para hacer una cosa. Las habilidades motoras básicas son aquellos movimientos que se presentan de manera natural en el hombre como desplazamientos, saltos, giros, equilibrio, lanzamientos, recepción, correr, caminar, etc.

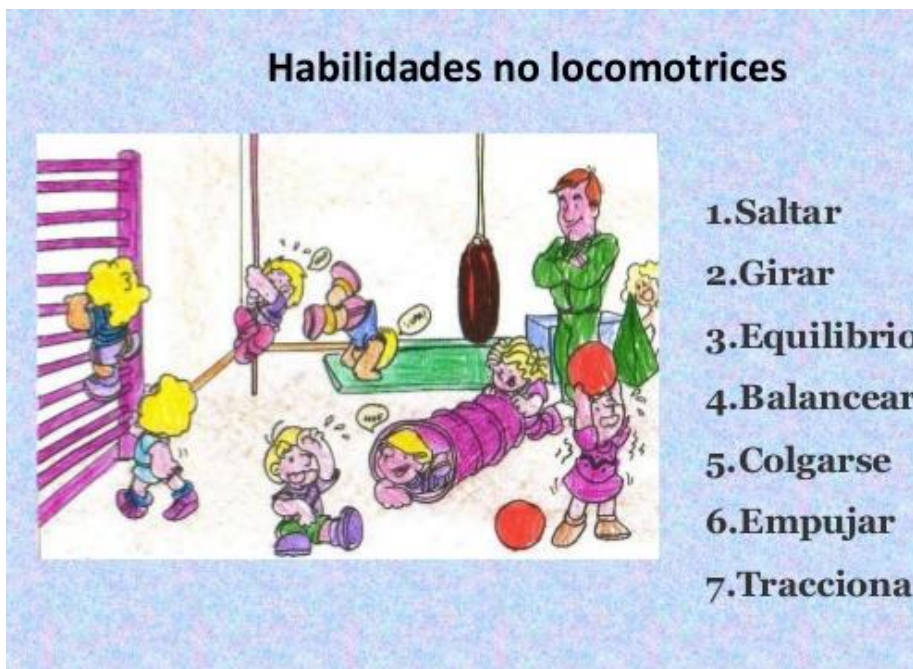
Habilidades Motrices de Locomoción

Habilidades locomotrices

- 1.Andar
- 2.Correr
- 3.Reptar
- 4.Nadar
- 5.Trepar
- 6.Gatear
- 7.Rodar
- 8.Saltar
- 9.Equilibrio dinámico



Habilidades Motrices No Locomotrices



Las Habilidades Motrices Básicas de esta unidad son parte de nuestra vida, siempre la estamos aplicando y son 3.

- LOCOMOCIÓN
- MANIPULACIÓN
- ESTABILIDAD

Locomoción Es trasladarse de un lugar a otro de cualquier forma, caminando, trotando, gateando, rodando, etc.



Manipulación: Manipular objetos puede ser con cualquier parte de tu cuerpo, manos, pies, cabeza, muslos, como dominar un balón

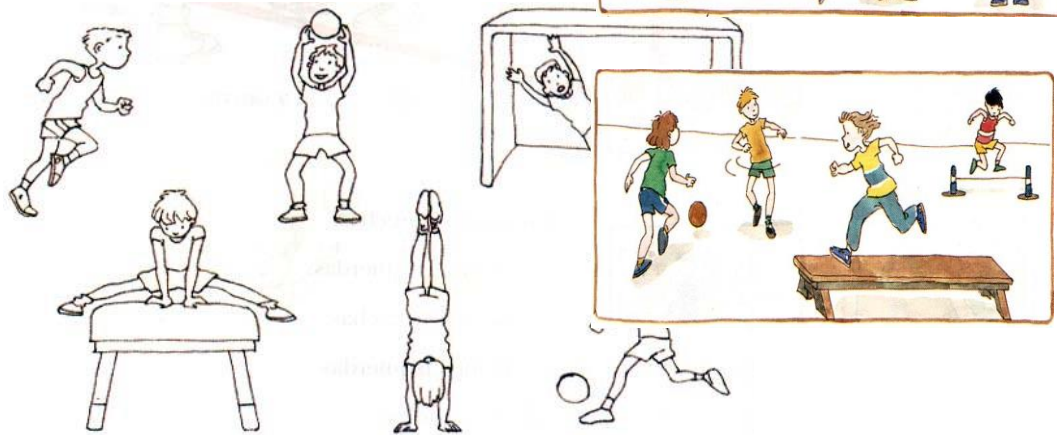
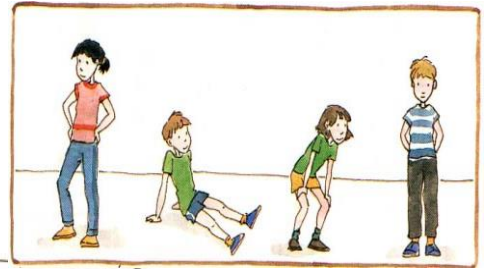
Estabilidad: Se refiere a mantenerse estable en un lugar o incluso estando en movimiento. Estabilidad esta relacionado directamente con el equilibrio.

Enviar ticket de salida al siguiente correo: Marcos.lucero@colegio-jeanpiaget.cl

#LAVATELASMANOS



1.- Escribe las acciones que realizan los niños en cada imagen.



1.- _____ 2.- _____ 3.- _____ 4.- _____ 5.- _____ 6.-

Lee atentamente y observa las viñetas:

EL EQUILIBRIO ESTÁTICO es el que utilizamos para mantenernos cuando estamos parados.

EL EQUILIBRIO DINÁMICO es el que utilizamos para desplazarnos, saltar, girar, lanzar, etc., sin caernos.

¿SABÍAS QUE...?

- La superficie que tengamos en contacto con el suelo será nuestra base de sustentación.
- Cuantos más apoyos tengas en contacto con el suelo, más fácil será estar equilibrado.

Enviar ticket de salida al siguiente correo: Marcos.lucero@colegio-jeanpiaget.cl

#LAVATELASMANOS



2.- Observa a estos niños. Todos necesitan mantener el equilibrio para hacer sus actividades.

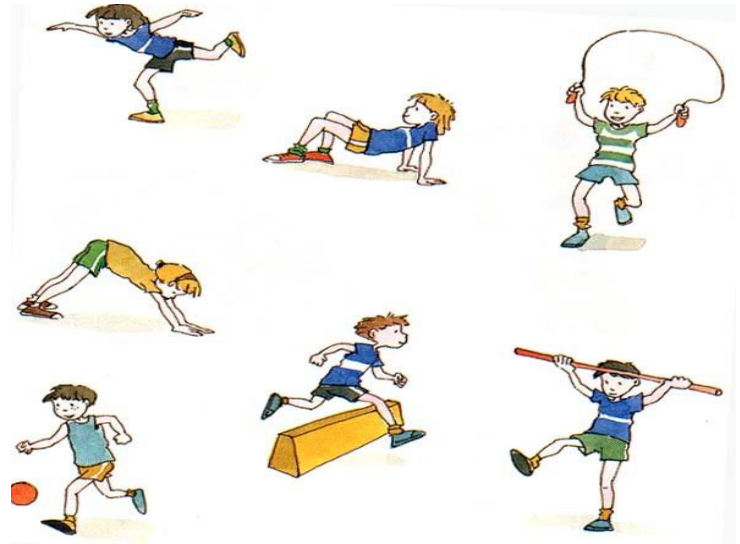
1.- Rodea con un círculo rojo los niños que están en equilibrio dinámico y con un círculo azul los que están en equilibrio estático.

2.- Rodea con un círculo verde las bases de sustentación.

3.- Escribe debajo el número de apoyos que tiene cada niño.

4.- Colorea de rojo todos los niños que están en equilibrio dinámico y de azul todos los que están en equilibrio estático.

5.- Expresa detrás de esta página, con tus palabras, qué es el equilibrio estático y qué es equilibrio dinámico. Invéntate un dibujo de cada uno.



3.- LOS LANZAMIENTOS.

Cuando arrojo un objeto que tenía agarrado con las manos, estoy realizando un LANZAMIENTO. Puedo lanzar con un brazo o con los dos.

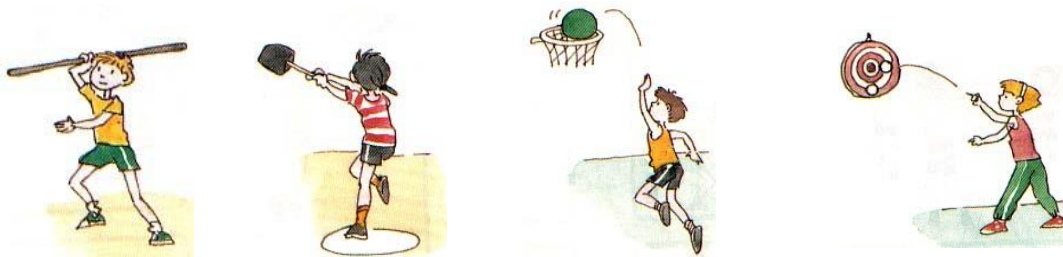
Puedo lanzar: muy lejos, muy alto, con puntería como en baloncesto o lanzar para combinar a un compañero.

Cuando hacemos deportes, normalmente combinamos lanzamientos con formas de desplazamientos.

Escribe cinco deportes en los que sea importante saber lanzar.

_____ , _____ , _____ , _____ , _____

Escribe debajo de cada dibujo si el lanzamiento que se realiza es A DISTANCIA, EN ALTURA O DE PRECISIÓN.





4- Indique a qué habilidad motriz corresponde la siguiente situación.

Franco se va caminando a su colegio durante las mañanas. Cuando toca el timbre para salir al recreo corre para jugar con sus compañeros. Por las tardes el practica Natación en una piscina cerca a su hogar.

- a) Locomoción b) Manipulación c) Equilibrio

5.- ¿Cuál es el movimiento y habilidad motriz que realizan los superhéroes de Marvel en la imagen?

- a) Corre y corresponde a locomoción b) Caminar y corresponde a locomoción
c) Saltar y corresponde a equilibrio

Ticket de salida: Responde las siguientes preguntas en tu cuaderno.

1.-De acuerdo a la guía¿Qué habilidades motrices se trabajaron en la guía?

2.- La Flexibilidad es una habilidad motriz.

- a)Si b)No

3.- Sofia solía jugar con sus amigas a matener por mas tiempo la postura del cuerpo en el lugar¿A qué habilidad motriz corresponde este juego?