



PLANIFICACIÓN PARA EL AUTOAPRENDIZAJE

SEMANA 6 DEL 4 DE MAYO AL 8 DE MAYO 2020

ASIGNATURA /MÓDULO TP	Educación Física y Salud
NOMBRE DEL PROFESOR/A	Marcos Lucero
CONTENIDO	Habilidades motrices básicas, actividades deportivas
OBJETIVO DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD 1 (TEXTUAL)	(OA 1) Demostrar la aplicación de las habilidades motrices básicas adquiridas en una variedad de actividades deportivas.
MOTIVACIÓN	Lanzar, saltar, dominar o equilibrio. Cuatro actividades en las cuales puedes realizar en familia. Puede ser una competencia por grupos o de manera individual. Comencemos el juego y veamos quien gana. ¡SUERTE!
ACTIVIDAD(ES) Y RECURSOS PEDAGÓGICOS	Actividades 1.-Encesta en el blanco 2.-Saltar la cuerda 3.-Dominadas 4.-La bandeja del equilibrio
EVALUACIÓN	Evaluación Formativa
ESTE MÓDULO DEBE SER ENVIADO AL SIGUIENTE CORREO ELECTRÓNICO	Marcos.lucero@colegio-jeanpiaget.cl Recuerda responder las preguntas y sacar fotos o grabar realizando las actividades. Fecha de entrega: 8 de mayo



GUÍA DE EDUCACIÓN FÍSICA		
Nombre:		
Curso: Quinto básico	Fecha:	Profesor : Marcos Lucero
OBJETIVOS DE APRENDIZAJES OA1 Demostrar la aplicación de las habilidades motrices básicas adquiridas en una variedad de actividades deportivas.	CONTENIDOS Usan habilidades de locomoción en juegos deportivos. Aplican habilidades específicas de manipulación en juegos deportivos.	

ACTIVIDADES

ACTIVIDAD 1: ENCESTA EN EL BLANCO

El Reto consiste en que, entre 2 jugadores (papá, mamá, hermanos, tíos, etc.), consigan hacer la mayor cantidad de encestes en una cubeta o cesto, colocada en el piso y a diferentes distancias.

Se trazan las líneas de tiro, con ayuda de una cinta métrica, partiendo de 1 m de la cubeta o cesto, aumentando cada 50 cm, hasta llegar a 3 m.

Se inician los lanzamientos a 1 m de distancia y cada vez que encestes vas avanzando de nivel.

Se contabilizan los encestes y distancia lograda.

Puedes elaborar pelotas de papel.



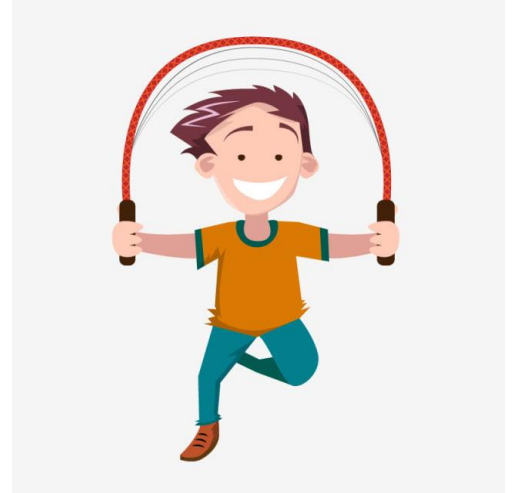
ACTIVIDAD 2: DOMINADAS

El alumno con una pelota de plástico intenta hacer dominadas (mantener equilibrio y controlar el balón) con la parte de su cuerpo más hábil (pie, mano, cabeza, etc..) y debe contabilizar el número de toques seguidos sin que caiga la pelota, al final debe plasmar en su cuaderno cuál fue el número máximo de toques y con qué parte del cuerpo lo hizo. Si no se cuenta con pelota de plástico se puede elaborar una con ropa o calcetas.



ACTIVIDAD 3: NO DEJES DE SALTAR LA CUERDA

El estudiante tomará una cuerda o utiliza algún material que cumpla una función similar. El estudiante intentará dar el mayor número de saltos continuos, puede parar o en su caso ir sumando los saltos para contabilizarlos al final, puede proponer saltar de diversas maneras: con un solo pie, con los pies juntos, separados, etc.



ACTIVIDAD 4: LA BANDEJA DEL EQUILIBRIO

Este reto consiste en transportar en un cartón o algo duro la mayor cantidad de vasos de plástico con agua de un lugar a otro. El estudiante comienza transportando desde el inicio 1 vaso ida y vuelta, luego se debe sumar 1 vaso y nuevamente caminar ida y vuelta, luego sumar 1 vaso más y así sucesivamente se irán sumando vasos hasta llegar a 10. El jugador que cumpla en transportar los 10 vasos ida y vuelta en menos tiempo es el ganador. Si no cuentas con vasos puedes utilizar otro material.



TICKET DE SALIDA:

- 1.- ¿Con que parte del cuerpo se te hizo más difícil dominar? ¿Por qué?**
- 2.- ¿Cuál fue tu estrategia para mantener el equilibrio transportando los vasos?**
- 3.- ¿Cuál fue tu estrategia para saltar la cuerda?**

**JUEGA, DISFRUTA Y
DIVIÉRTETE.**

