



Colegio Jean Piaget
UTP-Rancagua

#YOMEMUEVOENCASA

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



PLANIFICACIÓN DE AUTOAPRENDIZAJE
SEMANA 19 DEL 3 AL 7 DE AGOSTO 2020

TÍTULO	Habilidades de locomoción, manipulación y estabilidad. Juegos colectivos:
ASIGNATURA /MÓDULO TP	Educación Física y Salud 5° básico
NOMBRE DEL PROFESOR/A	Marcos Lucero
OBJETIVO DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD	(OA1) Demostrar la aplicación de las habilidades motrices básicas adquiridas, en una variedad de actividades deportivas.
INDICADORES DE EVALUACIÓN PARA OA	Aplican habilidades específicas de manipulación en juegos deportivos; por ejemplo: reciben eficazmente implementos en situaciones de juego, lanzan oportunamente de acuerdo a la situación, golpean un objeto utilizando el cuerpo o un implemento.
ACTIVIDAD(ES) Y RECURSOS PEDAGÓGICOS	Actividades: 1.-Definiciones de Habilidades Motrices Básicas de manipulación. 2.- Mencionar como crees que se llaman los tipos de lanzamientos de las imagenes 3.-Actividades 4.-Responder en el cuaderno ticket de salida. Recursos: Guía ,cuaderno, lápiz, botellas de bebidas, pelotitas de papel
EVALUACIÓN	Evaluación Formativa: Será el Ticket de Salida
ESTE MÓDULO DEBE SER ENVIADO AL SIGUIENTE CORREO ELECTRÓNICO	Fecha de entrega:7/08/2020 WhatsApp: +56964515300 Recordar sacar una fotografia a la actividad y enviarla al siguiente correo Marcos.lucero@colegio-jeanpiaget.cl

GUÍA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Nombre:		
Curso: Quinto Básico	Fecha:	Profesor : Marcos Lucero
OBJETIVOS DE APRENDIZAJES: Aplicar habilidades específicas de manipulación en juegos deportivos		CONTENIDOS: Demostrar disposición al esfuerzo personal, superación y perseverancia.

¡¡¡Buenos días estudiantes!!! Hoy daremos inicio a nuestra clase n° 19 de educación física y salud sobre las Habilidades Motrices Básicas. A continuación, te dejo el siguiente link para recordar que son las habilidades motrices básicas.

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

#LAVATELASMANOS



Colegio Jean Piaget
UTP-Rancagua

#YOMEMUEVOENCASA

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

<https://www.youtube.com/watch?v=T7fJQZKagnk&t=5s>

Observa las siguientes imágenes y escribe cómo crees que se llaman los deportes.



¿Que 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.

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



Recomendaciones para realizar esta actividad:

- 1.-Contar con ropa cómoda para realizar los ejercicios (buzo del colegio)
- 2.-Utilizar un espacio seguro.
- 3.- Contar con botella con agua para hidratarse.
- 4.-Contar con toalla para secar el sudor.
- 5.-Realizar pausa cada vez que te sientas cansado, lo importante es cumplir con el ejercicio.
- 6.- Lavarse las manos y la cara después de la clase.
- 7.-Recordar completar ticket de salida, fotografiar y enviar al correo del profesor

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

#LAVATELASMANOS



Actividades: Las siguientes actividades las puedes realizar en compañía de tu familia.

1.-Los estudiantes con cinco pelotitas de papel estarán sentados y frente a una pared o puerta. Las pelotitas estarán en el suelo frente a los estudiantes, a la señal de un familiar los estudiantes lanzan la pelotita a la pared o puerta, recepciona el rebote, toman la pelotita, se acuestan de espalda y dejan la pelotita. Realizar el mismo ejercicio con las pelotitas restantes. Repetir el ejercicio 4 veces.

2. Realizar la misma secuencia del ejercicio anterior con la diferencia que ahora se comienza acostado. Toman la pelotita y se sientan, lanzan la pelotita a la pared o puerta, recepciona la pelotita y la dejan al frente suyo. Realizar el mismo ejercicio con las pelotitas restantes. Repetir el ejercicio 4 veces.

3.- Los estudiantes con cinco pelotitas de papel y cinco botellas de bebidas vacías realizaran el siguiente ejercicio. Se realiza 3 veces cada ejercicio.

Las botellas y las pelotitas de papel se distribuirán igual que en las imágenes.

Los estudiantes botaran las botellas pateando las pelotitas una por una. Primero con el pie derecho y luego con el pie izquierdo.

Posteriormente se realizará la misma secuencia lanzando las pelotitas hacia las botellas de bebidas.



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

#LAVATELASMANOS



Colegio Jean Piaget
UTP-Rancagua

#YOMEMUEVOENCASA

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

TICKET DE SALIDA SEMANA 19

NOMBRE: _____ **CURSO:** 5° AÑO

1.-¿Cómo podrias poner a prueba tus lanzamientos?

2.- ¿Se te ocurre un modo original para realizar una actividad de manipulación con lanzamientos?

3.- ¿Puedes elaborar actividades para mejorar tus habilidades de manipulación a través de lanzamientos y recepción?

4.- ¿La resistencia corresponde a la habilidad motriz de manipulación? Justifica tu respuesta.

a) Si

b) No

¿Por qué?

Fundamenta _____

¡¡QUE TE VAYA EXCELENTE!!

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

#LAVATELASMANOS