

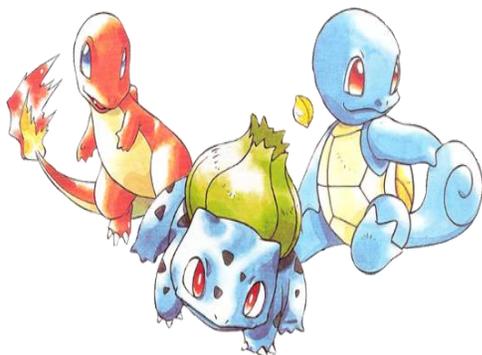
Guía de trabajo

Asignatura: Educación física. **Curso:** 6° básico_____ **Profesor:** Christopher Rubilar

Nombre: _____

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

OA 1- Demostrar la aplicación de las habilidades motrices básicas adquiridas, en una variedad de actividades deportivas; por ejemplo: realizar un giro sobre una viga de equilibrio, lanzar un balón hacia la portería y correr una distancia determinada.



ACTIVIDAD: Es momento de desarrollar estas habilidades, para eso debes realizar en tu hogar una serie de acciones motrices, las cuales deberás registrar en una fotografía. **(Solo si no cuenta con un dispositivo a mano para dejar registro, puede dibujar los ejercicios)**

5 Ejercicios de locomoción

5 Ejercicios de manipulación

3 Equilibrio

Es momento de conocer las **habilidades motrices combinadas**, estas son todas las acciones que contemplan 2 o más H.M.B. **Por ejemplo:** caminar sobre una cuerda, sería un ejercicio de habilidades combinadas ya que caminar sería de (locomoción) y mantener el equilibrio de (estabilidad o equilibrio) otro ejemplo sería correr y lanzar un balón, correr (locomoción) y lanzar (manipulación)

Completar con ejercicios de habilidades motrices básicas combinadas.

3 Ejercicios de locomoción y manipulación:

- 1- _____
- 2- _____
- 3- _____

3 ejercicios de locomoción y equilibrio:

- 1- _____
- 2- _____
- 3- _____

3 Ejercicios de manipulación y equilibrio:

- 1- _____
- 2- _____
- 3- _____



Que tengas una buena semana

Cuídate mucho

-
- Recuerda sacar fotografías de la actividad y mandarla directamente al correo del profesor

Profesor Christopher Rubilar: christopher.rubilar@colegio-educardodegeyter.cl