**Colegio San Manuel**

**Asignatura:EDUCACION FISICA.**

**Profesor:CRISTIAN MELO MORENO.**

**Curso:\_1 ° año básico**

**GUIA N°4 DE EDUCACION FISICA VARONES.**

**Fecha de Inicio**: 8JUNIO **Fecha de Término** 30 JUNIO

|  |  |
| --- | --- |
| **OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:**  DEMOSTRAR HABILIDADES MOTORAS BASICAS. | **HABILIDADES / DESTREZAS:**  DEMOSTRAR HABILIDADES MOTRICES  BASICAS DE MANIPULACION Y ESTABI-  LIDAD A TRAVES DEL JUEGO Y ACTIVI-  DADES FISICAS COMBINADAS. |
| **INDICACIONES GENERALES:**  -Pide ayuda a un adulto para realizar este trabajo.  -Busca un lugar tranquilo y seguro para trabajar.  -Una vez finalizada la actividad debes enviar video o fotos del trabajo realizado. (EVALUACION). | |

-EL ALUMNO REALIZARA UN TRABAJO DE CIRCUITO CON LOS EJERSICIOS DADOS POR EL PROFESOR, LOS CUALES LOS DEBE PRACTICAR Y REALIZAR BAJO LA SUPERVICION DE UN ADULTO.

ELEMENTOS:

1. EL ALUMNO SALTARA UN BASTON EN EL SUELO ADELANTE Y ATRÁS. (3 VECES).

2. EL ALUMNO LANZARA UN BALON A UNA PARED Y LO ATRAPARA. (3 VECES).

3. EL ALUMNO CAMINARA ATRÁS SOBRE UNA LINEA JUNTANDO TALON PUNTA.

4. EL ALUMNO DE PIE GIRARA CON PIERNA IZQUIERDA Y DERECHA EN EQUILIBRIO.

5. EL ALUMNO DE PIE Y MANOS TRAS LA NUCA FLEXIONARA SUS RODILLAS. (6 VECES)

EL ALUMNO PRACTICARA Y LOGRARA LA REALIZACION DE LOS EJERCICIOS, LOS CUALES DEBERA ENVIAR COMO EVIDENCIA A TRAVES DE VIDEO DE TODOS LOS ELEMENTOS EN SU CONJUNTO O FOTOS DE CADA UNO DE ELLOS,

CORREO ES: [CRISTIANXMELO@GMAIL.COM](mailto:CRISTIANXMELO@GMAIL.COM)

GRACIAS.