**Colegio San Manuel**

 **Asignatura:EDUCACION FISICA.**

 **Profesor:CRISTIAN MELO MORENO.**

 **Curso:\_4 ° año básico**

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

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

|  |  |
| --- | --- |
| **OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:**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 EJERCICIOS DADOS POR EL PROFESOR, LOS CUALES LOS DEBE PRACTICAR, REALIZAR

ELEMENTOS:

 1. EL ALUMNO SALTARA UN BASTON EN EL SUELO ADELANTE Y ATRÁS. (10 VESES).

 2. EL ALUMNO LANZARA UN BALON A UNA PARED Y LO ATRAPARA ANTES DE CAER.

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

 4. EL ALUMNO SALTARA YGIRARA A LA DERECHA E IZQUIERDA EN EQUILIBRIO.

 5. EL ALUMNO CUERPO EXTENDIDO SOPORTARA EL PESO DE SU CUERPO.(PUENTE).

NOTA: TODO LO REALIZARA EN FORMA DE CIRCUITO.(UN EJERCICIO TRAS OTRO SIN PAUSA NI FALTAS.).

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 A MI CORREO : CRISTIANXMELO@GMAIL.COM

 GRACIAS.