



Guía Educación Física y Salud 6° Básico.

Habilidades Motrices básicas.

Nombre: _____

curso: _____


Fecha: _____

OA 01: 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

A través del siguiente recuadro realizar las actividades correspondientes a cada día definido, las explicaciones se encuentran abajo del cuadro.

Educación física para casa

Sexto grado

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><u>23</u></p> <p>Crear un proyecto personal</p> <p>Donde se ejercite diariamente y realizar un diario anecdótico de su práctica. Esta actividad será realizada por los 10 días</p>	<p><u>24</u></p> <p>Diario de alimentación</p> <p>Crear en una hoja, una tabla donde escribas y dibujes los alimentos que consumes en el desayuno, comida, cena y aperitivos que das en el día. Esta actividad será realizada por los 10 días</p>	<p><u>25</u></p> <p>Adivinalo con señas:</p> <p>En el juego harán papelitos de palabras, frases, dichos, etc. Que deberán transmitir y alguien más deberá adivinar mediante gestos y mímica.</p>	<p><u>26</u></p> <p>¿Qué es y que no es saludable?</p> <p>En un hoja dibujar una tabla que servirá para clasificar alimentos. Dibujados o recortes.</p> 	<p><u>27</u></p> <p>Reto de la soga saltarina</p> <p>Durante el periodo actual el niño practicará salto con soga hasta que sea capaz de lograr saltar 100 saltos en 4 intentos.</p>
<p><u>30</u></p> <p>Creando mis propios pasos</p> <p>Crear una secuencia rítmica: realizar secuencia de pasos con su canción favorita.</p> <p>(Si te es posible, invita a tu familia a que juntos inventen muchos pasos de baile)</p>	<p><u>31</u></p> <p>Descubriendo mis talentos</p> <p>Explorar talentos expresivos y motrices: <i>ejemplo. Acrobacias, malabares, trucos, bailes, entre los miembros de la familia.</i></p>	<p><u>1</u></p> <p>Clínica de lanzamientos</p> <p>Diseñar una serie de ejercicios referentes a lanzar y atrapar, ejemplo: al aire, a la pared, a algún familiar, diferentes objetos.</p> <p>Evidencia: dibujar o escribir cada uno de los ejercicios de la serie.</p>	<p><u>2</u></p> <p>Conozco mi sistema óseo</p> <p>Dibujar o imprimir el esqueleto, e investigar como se llaman los huesos que se señalan en el dibujo.</p>	<p><u>3</u></p> <p>Quemados hogareños</p> <p>Lanzarse calcetines y al que sea tocado "quemado" deberán de actuar como cierto animal por toda la casa hasta ser salvados con un lanzamiento de un pañuelo.</p>

Siempre ten en cuenta el realizar las actividades bajo la supervisión de tus padres

- Al finalizar cada una de las actividades por día, deberán realizar un tipo de **"diario de actividades"** ya sea de forma dibujada, escrita o pegar recortes donde expliquen cómo se sintieron en cada una de las actividades y se evidencie lo aprendido por el o la estudiante.
- Al concluir todas las reflexiones al reunir todas las reflexiones se reunirán y serán entregadas como un portafolio de evidencia (**puede ser una carpeta con los trabajos dentro**).

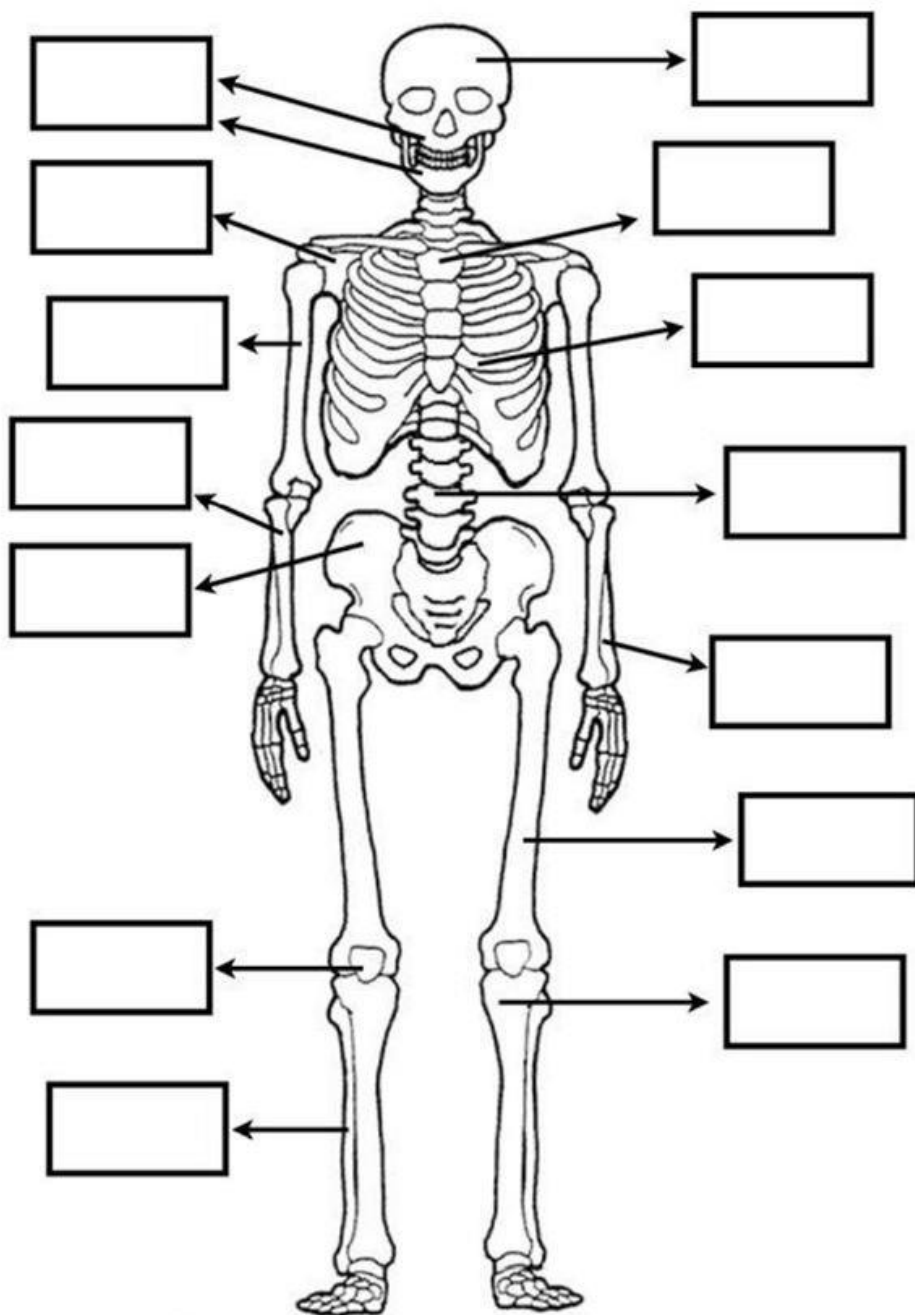
Como entregar mi portafolio de actividades

- Con nombre completo y curso al que pertenece
- Cada hoja de trabajo deberá contener fecha de realización
- Presentar con limpieza y orden

No olvides cuidar tu higiene, alimentarte e hidratarte y lava tus manos constantemente cuida de ti y de tu familia.

Esqueleto de actividad dia 2 de abril

Llena los cuadros con el nombre de cada hueso que corresponda.



Contenidos a evaluar

Realización de las actividades de cada día: (3 puntos)

Carpeta de trabajo: (2 puntos)

Opinión personal: (2 puntos)