

Guía nº7 Educación física y salud

Tercero básico

Nombre: _____ Curso3º _____

Objetivos a trabajar:

OA_1: Demostrar capacidad para ejecutar de forma combinada las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles.

Indicadores de Evaluación:

1.5: Lanzan y reciben avión de papel mientras se desplazan.

1.12: Demuestran diferentes formas de mantener el equilibrio estático y dinámico; separan las piernas para aumentar la base de soporte, se agachan para bajar el centro de gravedad entre otros.

Reseña:

Las habilidades motrices básicas son adquisiciones de determinados patrones motores (trepar, gatear, transportar, arrastrar, nadar, patinar, golpear, rodar...). La habilidad motriz también incluye la mayor eficacia en las habilidades básicas (desplazamientos, giros, lanzamientos, recepciones, saltos).

Actividad:

Para hacer esta actividad debes considerar los siguientes materiales:

- Una hoja de papel
- Lápices de colores
- Algo para delimitar la distancia
- Botellas

Instrucciones de trabajo:

- Los estudiantes crearán un avión de papel.
- Decorarán su avión con lápices de colores.
- Una vez que el avión esté listo, lo lanzarán con la intención de caer pasado la distancia marcada (aproximadamente a unos 7 pasos de la línea o botellas de plástico para que las puedan derribar).
- También puede ser que alguien lance el avión y usted lo trape antes que se caiga al suelo.
- Este trabajo se hará con ambas manos, primero la derecha y luego la izquierda.

<https://www.youtube.com/watch?v=lZYRralg3no&feature=youtu.be> Acá puedes ver cómo hacer un avión de papel.

