

## Guía N° 6 Educación física y salud

### 4° años básicos

Nombre: \_\_\_\_\_ Curso 4º \_\_\_\_\_

#### **Objetivos a trabajar:**

**OA\_1: Demostrar control en la ejecución de las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles.**

#### **Indicadores de Evaluación:**

**1.1 Perfecciona la ejecución para controlar las habilidades motrices en varias secuencias de movimiento para alcanzar un objetivo, lanzan y giran antes de atrapar, corren y saltan, lanzan y atrapan.**  
**1.7 Mantienen el control de su cuerpo en superficies pequeñas.**

#### **Actividad:**

Para hacer esta actividad debes considerar los siguientes materiales:

- Calcetines, dos pares (4 calcetas) para crear una pelotita.
- Un canasto, una olla, una caja o un recipiente (que no sea de vidrio).

#### **Instrucciones de trabajo:**

- Los estudiantes harán varias pelotitas de calcetines, estas se juntan y se envuelven hasta formar una esfera.
- Luego, dejan el recipiente en el patio o en algún lugar de la casa donde se pueda ejecutar la actividad, caminan 6 pasos, para que los estudiantes puedan lanzar las pelotitas.
- Una vez creada las pelotitas e instalado el recipiente en alguna zona de la casa, es momento de jugar.
- Cuando el estudiante lance la pelotita debe alternar los brazos, primero con la derecha deberá encestar 10 veces al recipiente, luego, cambio de brazo y encestar la misma cantidad (10).
- Finalizando con ambos brazos (intercalado), el estudiante se va alejando del recipiente un paso más, para así aumentar la dificultad.

