



Prueba formativa N°1

Nombre:	Curso: 1° Básico C
Fecha inicio: 15 de julio	Fecha Presentación: 24 de julio

Descripción Priorización Curricular MINEDUC

Unidad	Habilidades Motrices
Objetivo Aprendizaje	Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en una variedad de juegos y actividades físicas.
Habilidades a evaluar	-Se desplazan por medio de saltos en diferentes direcciones: hacia adelante, atrás, izquierda y derecha. -Mantienen el equilibrio con uno o ambos pies, conservando el control del cuerpo.
Contenido	Saltos con dirección, control del cuerpo

Estimados niños/as y apoderados, en esta prueba de educación física veremos los contenidos de las guías anteriores. Sobre las nociones espaciales, lado hábil y saltos.

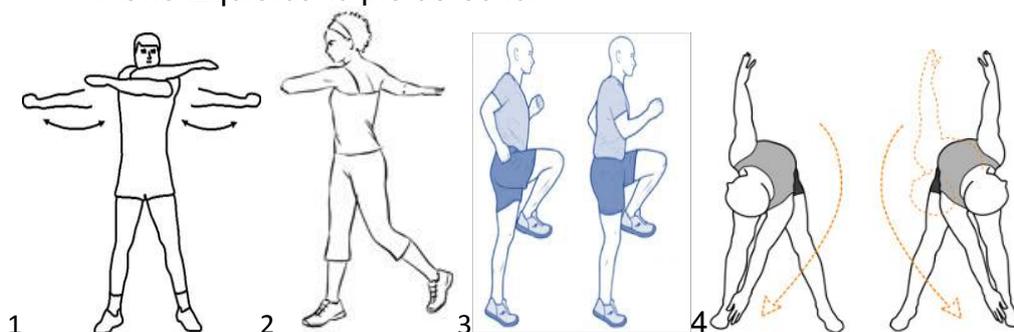
- Enviar fotografía del alumno/a al correo institucional c.valderrama@colegiodomingoeyzaguirre.cl a modo de verificar que está ejecutando la tarea. También, si tienes alguna consulta, no dudes en preguntarme.
- Enviar prueba y guías de trabajo resueltas al colegio, en la fecha indicada, para su revisión.

Actividad N° 1

Primero

Realiza el calentamiento. Cada movimiento repítelo 10 veces.

1. Separa y cruza los brazos
2. Torsión el tronco a un lado y a otro
3. Elevación de rodilla alternada
4. Baja el tronco y trata de tocar con tu mano derecha tu pie izquierdo, y con tu mano izquierda tu pie derecho.



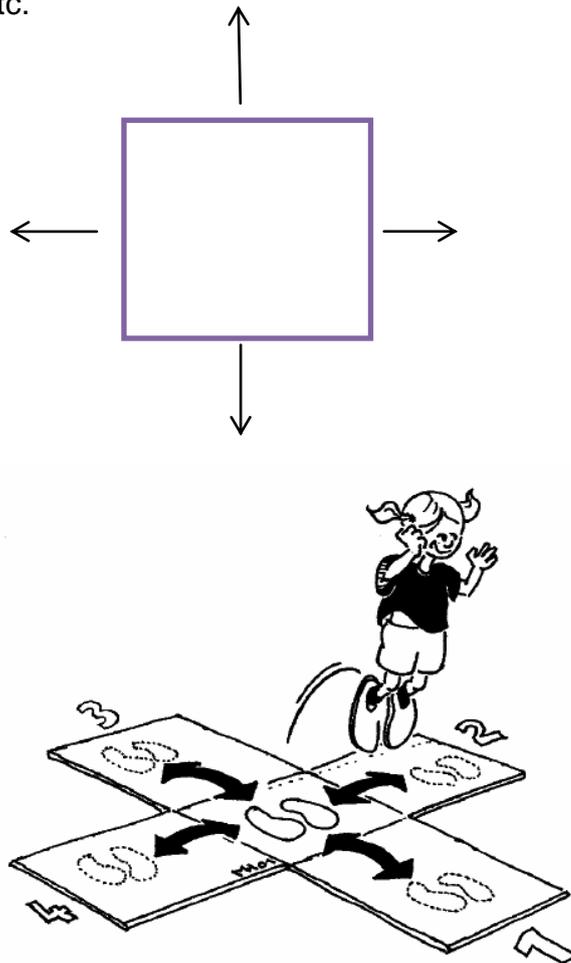
Segundo

Juego del cuadrado.

1. Demarcar en el suelo un cuadrado de 30x30 aproximadamente(puedes marcar con cuerdas, masking, diario, pañuelos etc.)
2. Ubicar al niño/a en el centro del cuadrado.
3. Dar indicaciones de nociones espaciales para que el niño se desplace con un **salto** al sector señalado.Luego de la ejecución, siempre debe regresar al centro del cuadrado.

Por ejemplo, indicar:

- a) Derecha (regresa al centro del cuadrado)
- b) Izquierda (regresa al centro del cuadrado)
- c) Adelante (regresa al centro del cuadrado)
- d) Atrás(regresa al centro del cuadrado)
- e) Derecha con brazos arriba (regresa al centro del cuadrado)
- f) Izquierda con brazos a los lados (regresa al centro del cuadrado)
- g) Adelante agachado (regresa al centro del cuadrado)
- h) Atrás moviendo la cabeza (regresa al centro del cuadrado)
- i) Adelante con salto en pie izquierdo (regresa al centro del cuadrado)
- j) Puede variar las indicaciones combinando: el tipo de salto: en uno o dos pies; la dirección: derecha, izquierda, adelante o atrás; y algún movimiento de cuerpo ej: Brazo derecho arriba, manos en la espalda, mano izquierda en el abdomen, etc.



Tercero

Finaliza con estas posiciones de yoga. Mantén cada posición durante 20 segundos.



Te invito a realizar la clase de educación física que está en este link:

<https://youtu.be/tko3-DSV2O8>

Actividad N°2

Con respecto a la tarea anterior, responde marcando con una cruz.

1. ¿Lograste hacer toda la actividad?

Si	No
----	----

2. ¿Reconoces todas las partes de tu cuerpo?

Si	No
----	----

3. ¿Reconoces tu lado derecho e izquierdo?

Si	No
----	----

4. ¿Cómo te sentiste?

Bien	Regular	Mal
------	---------	-----