COLEGIO DOMINGO EYZAGUIRRE
SEDE EL BOSQUE
ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA
PROFESORA: CLAUDIA VALDERRAMA

Guía Pedagógica N°8
(Evaluación formativa)

Nombre:	Curso: 1° Básico C
Fecha inicio: -07-2020	Fecha Presentación: -08 - 2020

Descripción Priorización Curricular MINEDUC

Unidad	Vida Activa y Saludable
Objetivo Aprendizaje	Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en una variedad de juegos y actividades físicas.
Habilidades a evaluar	Desplazamientos, equilibrio, giros.
Contenido	Habilidades motrices

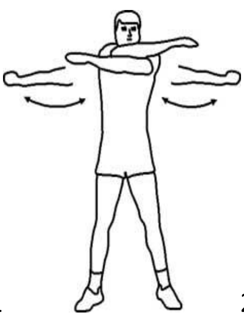
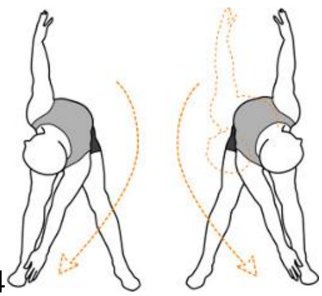
Estimados niños/as, en esta guía práctica, de educación física encontrarás distintos tipos de desplazamientos, realízalos según la indicación.
El material que necesitarás es:
- ✓ Una pelota
- ✓ Un cuaderno o libro

Enviar fotografía del alumno al correo: c.valderrama@colegiodomingoeyzaguirre.cl a modo de verificar que está ejecutando la tarea. También, si tienes alguna consulta, no dudes en preguntarme.
Enviar guías de trabajo resueltas al colegio, 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. Inclina el tronco y trata de tocar con tu mano derecha tu pie izquierdo, y con tu mano izquierda tu pie derecho.

1  2 3 4 

Segundo

- ✓ En un espacio de aproximadamente de 4 metros, ubicar en el inicio los objetos: pelota, y cuaderno.
- ✓ Realizar los desplazamientos de ida y vuelta como indica la tabla.
- ✓ En los desplazamientos 1, 2, 3, 4, 5 y 6 se trasladan los objetos.
- ✓ En los desplazamientos 7, 8 y 9 no se trasladan objetos.

1. Caminar, con pelota entre las piernas	2. Gatear, con cuaderno sobre la espalda	3. Cuadrupedia supino, con cuaderno sobre el abdomen
4. Salto a pie junto, con pelota entre las piernas	5. Cuadrupedia prono, con cuaderno sobre la espalda	6. Reptar, empujando la pelota con la cabeza
7. Salto en un pie	8. Retroceder	9. Girar

Tercero

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

Actividad N°2

Con respecto a la tarea anterior, responde:

1. ¿Lograste hacer toda la actividad? _____
2. ¿Cuál desplazamiento encontraste más difícil?_____
3. ¿Cuál desplazamiento fue el que más te gusto hacer?_____