



COLEGIO DOMINGO EYZAGUIRRE  
SAN BERNARDO // EL BOSQUE  
EDUCACION FISICA Y SALUD  
FELIPE GRABUZ

## **Guía Pedagógica N°10**

<b>Nombre:</b>	<b>Curso: 6to A-B</b>
<b>Fecha inicio: Agosto</b>	<b>Fecha Término: Septiembre</b>

### **Descripción Curricular de la Evaluación**

<b>Nivel</b>	N° 1
<b>EJE</b>	Habilidades Motrices
<b>Objetivos</b>	1
<b>Habilidades a evaluar</b>	demostrar disposición al esfuerzo personal, superación y perseverancia.

### **Instrucciones**

Con lo que ha aprendido con los dos trabajos anteriores (guía N°8 y n°9) esta vez llevaremos a la practica la ejecución del ejercicio. Se deberá realizar un video donde usted ejecute el paso a paso de la voltereta hacia adelante y explique la ejecución de la voltereta hacia atrás.

### **Trabajo**

Deberá realizar un video explicativo de como realizar la voltereta hacia adelante y la posición invertida. Deberá explicar el paso a paso de cada ejercicio con sus propias palabras, tratando de enseñar la correcta ejecución a quien pudiera ver el video. además, deberá realizar la ejecución de la voltereta hacia adelante, por temas de seguridad y al no poder estar allí para corregirlos, dejaremos la ejecución de la posición invertida para otra ocasión. (Puede realizarlo sobre almohadas, cojines o un colchón para evitar lesiones)

### Rubrica para evaluación.

- El estudiante deberá estar con la polera de educación física o la polera del colegio.
- El video debe tener una presentación donde se debe decir el nombre y curso del estudiante.
- Como mínimo el video debe durar un minuto, no existirá máximo de duración.
- Puede recibir ayuda de un familiar para la ejecución de la voltereta hacia adelante.
- Debe explicar el paso a paso de la voltereta hacia adelante y la posición invertida. Pero solo deberá demostrar la voltereta hacia adelante en el video.

**Cualquier duda puedes consultar al siguiente correo electrónico:**  
[F.GRABUZ@COLEGIODOMINGOEYZAGUIRRE.CL](mailto:F.GRABUZ@COLEGIODOMINGOEYZAGUIRRE.CL)

¡Cúidense para  
no contagiarse  
siuuu!

