

Unidad N°1

Objetivo OA 1: Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles,

Profesor: Diego Navarro Oyarce

Asignatura: Educación física

Curso 2° básico

Fecha 22/06

Actividad

1. Ubica un espacio en tu casa que esté libre de obstáculos para que puedas desplazarte de buena forma. Con un globo o algún objeto similar los cuales pueden ser pelota de calcetines, pelota de playa, bolsa de plástico con aire amarrada el cual tendrás que golpearlo utilizando diferentes partes del cuerpo como los pie, las manos o la cabeza, entre otras partes de nuestro cuerpo, el objetivo es ser capaz de golpear el objeto que tengamos para esta actividad 5 veces con cada parte de nuestro cuerpo.

2. Te ubicaras libremente en un espacio determinado con un balón. A su señal, deben lanzar la pelota hacia arriba, hacer un giro en 360° y tomarla sin que se caiga al suelo. Para variar la actividad, se puede girar en distintos sentidos (derecha/izquierda) o realizar desplazamientos hacia adelante o atrás.

Página del texto

Recursos de apoyo

Materiales o apoyos.

Actividad 1:
Globo u objeto a elección

Persona adulta o familiar

Actividad 2:
Pelotita de papel.
Persona adulta o familiar

Forma de revisión

Video de la actividad de máximo 30 segundos, enviar solo un video donde se muestren ambas actividades.