

Unidad N°1

Objetivo OA 1: Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en una variedad de juegos y actividades físicas.

Profesor: Diego Navarro Oyarce

Asignatura: Educación física

Curso 1° Básico

Fecha 08/06

Actividad

1. En parejas con ayuda de un familiar, se reúnen detrás de un trayecto de cinco a diez metros según el espacio de tu hogar. Se ubican espalda con espalda y colocan una pelotita de papel entre ellos. Deben trasladarla hacia el otro extremo, evitando que caiga durante el trayecto. Para variar el ejercicio, se puede pedir que la trasladen pecho con pecho o cabeza con cabeza. Realizaremos la actividad hasta utilizar 4 partes del cuerpo.
2. En parejas con ayuda de un familiar y una pelota de papel se ubicaran una distancia de tres metros. Uno lanza la pelota y el otro salta para recibirla en el aire. Para variar la actividad, se puede permitir la recepción de la pelota solo con una mano, con las dos, o realizar los saltos en un pie o con ambos.

Página del texto

Recursos de apoyo

Materiales o apoyos.
Actividad 1:
Pelotita de papel.
Persona adulta o familiar

Forma de revisión

Fotografía de la actividad o video.

Actividad 2:
Pelotita de papel.
Persona adulta o familiar

Fotografía de la actividad o video.