



**Guía de Aprendizaje (Educación física)**  
**1° Año Básico**  
**Docente de Asignatura: Michel Quintanilla Riffo**

<b>Objetivo de la Clase</b>	Vida saludable (Alimentación) Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en una variedad de juegos y actividades físicas, como saltar con dos pies consecutivamente en una dirección, lanzar un balón hacia un compañero, caminar y correr consecutivamente, lanzar y recoger un balón, caminar sobre una línea manteniendo el control del cuerpo, realizar suspensiones, giros y rodadas o volteos.
<b>Fecha</b>	24/25 marzo 2020

¿Que son las habilidades motrices básicas?

<https://www.youtube.com/watch?v=XnorYZwezgM>

**Vida saludable y Practicar actividades físicas**, demostrando comportamientos seguros como: realizar un calentamiento mediante un juego; escuchar y seguir instrucciones; utilizar implementos bajo supervisión; mantener su posición dentro de los límites establecidos para la actividad

**-La alimentación saludable y actividad física que debes realizar en tu casa y sus beneficios**

<https://www.youtube.com/watch?v=jsqONxiLcYM>

**-Actividades intramuros: conociendo tu cuerpo a través del movimiento**

<https://www.youtube.com/watch?v=71hiB8Z-03k>

**-Confeciona materiales para realizar educación física**

<https://www.youtube.com/watch?v=wWSrSX7RYN8>

**- Desarrolla tu Psicomotricidad fina a través del juego en casa junto a tu familia**

<https://www.youtube.com/watch?v=9oHq-joy22w>

Si presenta alguna duda o consulta, por favor informar a:  
[utp@colegio-manuelrodriguez.cl](mailto:utp@colegio-manuelrodriguez.cl)  
[pie@colegio-manuelrodriguez.cl](mailto:pie@colegio-manuelrodriguez.cl)