



EVALUACIÓN
Semana N° 3

Asignatura: Educación física
Curso: 3° básico
Semana: 30 de marzo al 3 de abril
Profesor: Michel Quintanilla Riffo

Unidad 1: La práctica regular de actividad física desarrollará habilidades motrices y actitudes proclives al juego limpio, el liderazgo y el autocuidado. Dándoles la posibilidad de adquirir un estilo de vida activo y saludable, asociado a múltiples beneficios individuales y sociales.

OA: Demostrar capacidad para ejecutar de forma combinada las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles, ejemplo, correr y lanzar un objeto con una mano, caminar sobre una línea y realizar un giro de 180° en un pie.

Indicadores de evaluación:

- Combinan y usan el máximo de habilidades de desplazamiento, como reptar y correr de forma coordinada, trepar y saltar, caminar, correr y saltar, deslizar y saltar en un pie, saltar con un pie y luego con el otro.
- Ejecutan distintas combinaciones para iniciar y terminar el salto; por ejemplo: saltar con un pie y aterrizar con los pies juntos, saltar a pies juntos y aterrizar con el pie derecho.
- Lanzan y reciben un balón mientras se desplazan.
- Reciben un balón que fue lanzado contra el piso.
- Ruedan un balón entremedio de botellas con las manos o los pies.
- Conducen un balón con el pie en zigzag.
- Patean un balón que es lanzado por un familiar
- Ejecutan actividades de equilibrio en superficies estables como sobre una banca o tarro.
- Saltos es en mismo lugar sin implementos
- Utilizan balón para actividades

Plazo de entrega: viernes 3 de abril de 2020, enviar video a WhatsApp del profesor jefe o al correo michelqr@hotmail.com.

INSTRUCCIONES

-Un familiar como guía solicitara al niño-a realice actividades destinadas para estimular el desarrollo de sus habilidades motrices en su hogar, recuerda que antes de comenzar debes contar con un espacio adaptado y libre de obstáculos que pongan en riesgo tu seguridad.



**EVALUACIÓN
Semana N° 3**

Actividades a realizar:

1. Saltar con pie derecho 3 veces
2. Saltar con pie izquierdo 3 veces
3. Saltar con pies juntos 3 veces
4. Se desplace caminando hacia atrás sin dificultad
5. Mantener equilibrio 15 -10 segundos (3),9-5 segundos 2 y 4 -1 segundos 1
6. Lanzar balón hacia arriba y atrapar con ambas manos 3 veces
7. Lanzar balón hacia arriba y atrapar con mano derecha 3 veces
8. Lanzar balón hacia arriba y atrapar con mano izquierda 3 veces
9. Lanzar balón hacia arriba y gira y atrapa con ambas manos 3 veces
10. Lanzar el balón apuntando a una botella a una distancia de 4 metros aproximado

Lista de cotejo

| Indicadores | | 3 | 2 | 1 | 0 |
|-------------|--|---|---|---|---|
| 1 | Realice saltos con pie derecho | | | | |
| 2 | Realice saltos con pie izquierdo | | | | |
| 3 | Realice saltos con ambos pies juntos | | | | |
| 4 | Se desplace caminando hacia atrás | | | | |
| 5 | Mantener equilibrio a un pie | | | | |
| 6 | Lanza balón hacia arriba y atrapa con ambas manos | | | | |
| 7 | Lanza el balón hacia arriba y atrapa con mano derecha | | | | |
| 8 | Lanza el balón hacia arriba y atrapa con mano izquierda | | | | |
| 9 | Lanza el balón hacia arriba gira y atrapa con manos el balón | | | | |
| 10 | Lanza el balón apuntando a un objeto y golpear | | | | |

Puntaje ideal:...

Puntaje obtenido:.....

Puntaje máximo:30 puntos

+Si no lograste todos los indicadores esfuérazate por lograr todos los indicadores con el apoyo de tus padres