



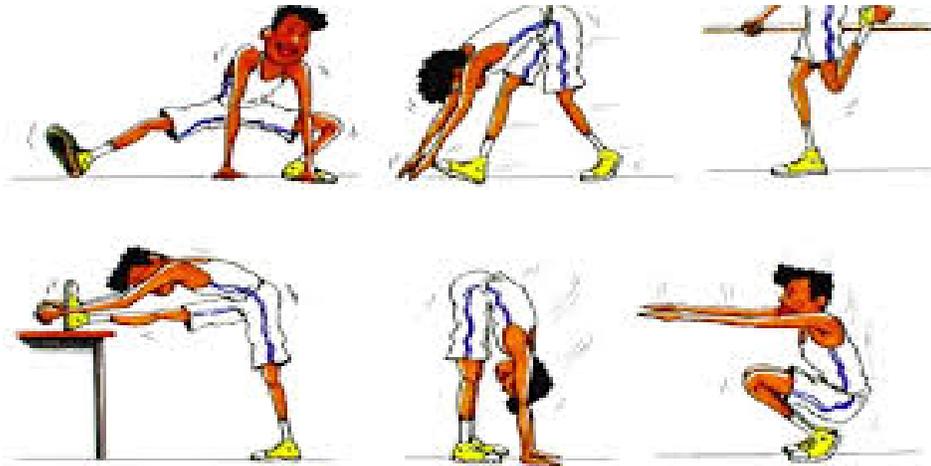
**CLASE POR CONTINGENCIA SANITARIA COVID-19**

<b>Asignatura</b>	<b>Educación física</b>
<b>Curso</b>	<b>3° básico</b>
<b>Docente de Asignatura</b>	<b>Michel Quintanilla Riffo</b>
<b>Semana de cobertura</b>	<b>13 al 17 julio</b>
<b>Objetivo/s de aprendizaje tratados</b>	OAo1: Demostrar control en la ejecución de las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles; por ejemplo: atrapar un objeto con una mano a diferentes alturas, desplazarse botando un objeto en zigzag y saltar, caminar sobre una base a una pequeña altura y realizar un giro de 360° en un solo pie.
<b>Objetivo de la sesión de trabajo</b>	Unidad 2.- Habilidades para atrapar objetos, desplazarse botando un balón en zigzag, saltar y caminar sobre una base a pequeña altura. Medición de la frecuencia cardiaca
<b>Fecha de entrega productos de la sesión</b>	<b>17 de Julio</b>

<b>Descripción de actividades de la sesión</b>		
<b>INTRODUCCIÓN AL TEMA: La actividad física saludable</b>		
<b>FASE</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
<b>INICIO</b>	<b>Inicio:</b> Antes de iniciar la clase se les solicitara a los niños observar el lugar de trabajo y buscaren elementos que puedan lastimar y causar algún accidente durante la actividad.	Espacio físico entorno

Calentamiento previo: Antes de comenzar deberá el estudiante observar el lugar de trabajo, buscando elementos que pueden lastimar y causar un accidente durante la actividad

El estudiante realizara calentamiento de intensidad menor, como desplazamientos lentos y movimientos de las articulaciones según los dibujos no importando el orden a seguir durante 10 minutos.

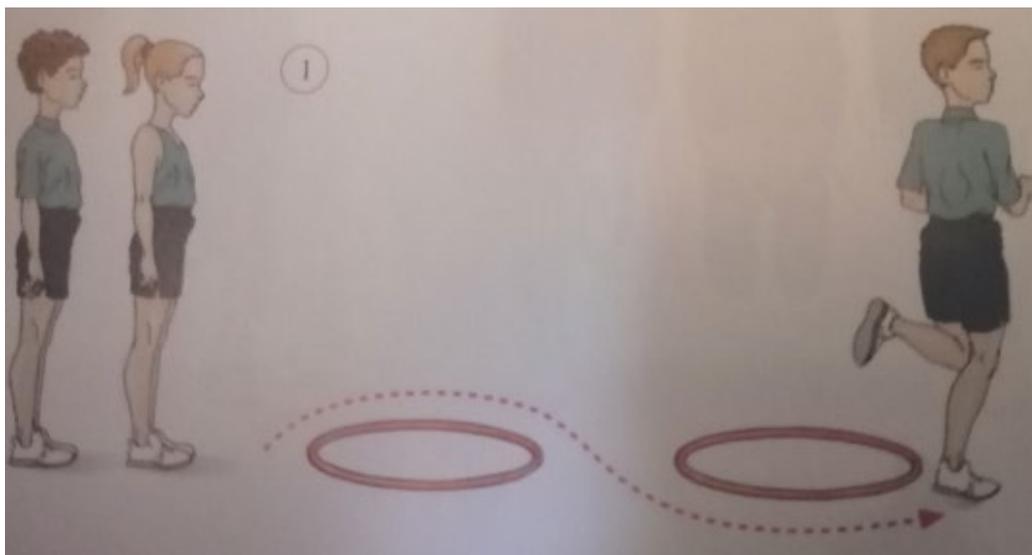


DESARROLLO

### Desarrollo

Habilidades motrices:

-Se ubican frente a una línea y frente a ellos círculos dibujados en el piso del tamaño de un aro distantes uno del otro unos 50 centímetros aproximado. Los estudiantes realizaran recorrido en zig - zag por entre los aros y regresan por el costado y repetirán ejercicio 5 veces.



Espacio físico

Entorno

Cinta o tiza  
(círculos de aros)

-Realizan una variedad de saltos a comenzaran pisando dentro de los aros en carrera hasta el final.



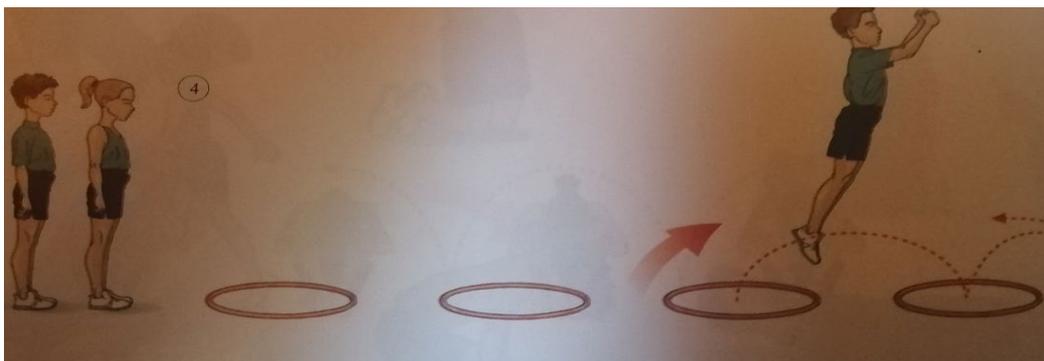
Pasan sobre los aros pisando solamente con el pie izquierdo hasta el final.



Luego pasaran con el pie derecho hasta el final.



-Realizaran ejercicios saltando con ambos pies juntos dando pequeños golpes de mano.





	<p><b>Variante:</b> Realizan salto a pies juntos con giro a la derecha avanzando de un aro al siguiente hasta llegar al final repetir 5 veces y después cambiar con giro hacia la izquierda mismo recorrido hasta el final y repetir 5 veces.</p>	
CIERRE	<p><b>Cierre:</b> Mantener buenos hábitos de higiene, posturales y vida saludable. Se recuerda la importancia de practicar hábitos de higiene, como lavarse las manos, la cara, peinarse y cambiarse de ropa ® relación con matemáticas.</p> <p><b>IMPORTANTE:</b></p> <p><b>Debes tener Hábitos de lavarse las manos mantener distancia y uso de mascarilla de manera habitual.</b></p> <p><b>Correo o mail a: <a href="mailto:michel.quintanilla@colegiomanuelrodriguez.cl">michel.quintanilla@colegiomanuelrodriguez.cl</a></b></p>	<p>Toalla</p> <p>Jabón</p>
complemento	<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=pTUo12DuUT8">https://www.youtube.com/watch?v=pTUo12DuUT8</a></p>	<p>Pc</p> <p>celular</p>