



CLASE POR CONTINGENCIA SANITARIA COVID-19

Asignatura	Educación física
Curso	4° básico
Docente de Asignatura	Michel Quintanilla Riffo
Semana de cobertura	4 AL 8 de mayo
Objetivo/s de aprendizaje tratados	OAO1 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. .
Objetivo de la sesión de trabajo	Habilidades para atrapar objetos, desplazarse botando un balón en zigzag, saltar y caminar sobre una base a pequeña altura. Medición de la frecuencia cardiaca.
Fecha de entrega productos de la sesión	11 de mayo

Descripción de actividades de la sesión		
INTRODUCCIÓN AL TEMA: La actividad física un aporte a mi salud		
FASE	DESCRIPCIÓN	RECURSOS
INICIO	Inicio: El niño a ejecuta actividades de desplazamientos de distintas formas y direcciones con y sin objetos	Espacio físico entorno



DESARROLLO	<p>Desarrollo: El niño-a se ubica en el patio y realizan actividad asesorado por familiar.</p> <p>En un pie tocando el piso manteniendo el equilibrio: El niño- a distribuido libremente en el espacio caminará y realizará un calentamiento previo con trote suave ya ubicado en patio o dentro de la casa se colocará en posición de pie(parado). Tomará con su mano derecha su empeine (pie derecho) flexionando la pierna hacia atrás e intentar tocar el piso con la mano contraria manteniendo el equilibrio. Luego repite la acción con la otra mano y pie izquierdo</p> <p>Variantes: Con los ojos cerrados. Sin tomar el empeine bajar en un pie</p> <p>Corriendo a un objeto con un balón: Ubicado frente a un objeto en posición de pie; se ubica un cono(objeto) a una distancia aproximada de 6 metros de distancia deberá corre hasta el cono(objeto) con un balón e ir boteándolo con mano derecha, pasa por detrás de éste y retorna corriendo a su posición inicial con balón boteando debe repetir tres veces, luego el mismo ejercicio repetir con mano izquierda pasar gateando entre las piernas de sus compañeros. Variante: Realizar mismo recorrido con balón debe lanzar hacia arriba con mano derecha y reaccionar con ambas manos, luego repetir con mano izquierda.</p> <p>Lanzar el balón hacia arriba con ambas manos tocar el suelo con mano derecha y recibir el balón antes que caiga al suelo y repetir, pero esta vez tocar con mano izquierda.</p> <p>El niño a debe colocar el balón en el suelo y deberá golpear con su pie derecho con dirección al objeto que estará distante a él lo intentará hasta derribar el objeto luego cambia de pie y realizará mismo ejercicio.</p>	Espacio físico Entorno Entorno Balón cono
CIERRE	<p>Cierre: Después de haber realizado actividades el niño a debe comentar lo aprendido a su familiar y debe preocuparse de su higiene e hidratación</p>	Toalla Jabón Botella para agua (beber)
COMPLEMENTO	<p>https://www.youtube.com/watch?v=XWGrLXQ7F4s</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=jvwSlvcV1Hk</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=J-G2LJtv9vQ</p>	Pc Celular