



CLASE POR CONTINGENCIA SANITARIA COVID-19

Asignatura	Educación física
Curso	6°básico
Docente de Asignatura	Michel Quintanilla Riffo
Semana de cobertura	04 al 08 de mayo
Objetivo/s de aprendizaje tratados	<p>·</p> <p>OAo2: Ejecutar juegos colectivos y deportes, creando tácticas y estrategias y demostrando formas para resolver un problema en relación con el espacio, el objeto y los adversarios; por ejemplo: dar tres pases en cinco segundos o dar tres pasos y dar un pase a un compañero.</p>
Objetivo de la sesión de trabajo	Práctica de juegos y deportes individuales y colectivos, donde apliquen reglas, principios, estrategias y las orientaciones del entrenador.
Fecha de entrega productos de la sesión	11 de mayo

Descripción de actividades de la sesión		
INTRODUCCIÓN AL TEMA: La práctica de deportes es saludable		
FASE	DESCRIPCIÓN	RECURSOS
INICIO	<p>Inicio: Juegos pre deportivos y deportes: Balonmano</p> <p>Antes de comenzar este juego se realiza un precalentamiento con balón en patio de su casa para la movilidad articular</p>	<p>Espacio físico</p> <p>Balones</p>



DESARROLLO	<p>Desarrollo: El estudiante se ubicará en patio de su casa o ante jardín o espacio donde pueda realizar actividad junto a un familiar quien colaborará en sus ejercicios</p> <p>Luego el estudiante se ubica con un balón en sus manos y realizara círculos alrededor de la cintura inicialmente lentos durante un minuto, es práctica no es necesario rápido lo importante es que el balón no toque el cuerpo, luego se juntan los pies y se realizan círculos alrededor de piernas o a la altura de las rodillas.</p> <p>Tijeras se pasa el balón entre las piernas a la cuenta de 3, se comienza a saltar contando en tres tiempos 1,2 y3 un pie adelante y otro atrás y así sucesivamente se pasa balón intercambiando recepción de manos es importante que su espalda este recto mirando al frente no mirar balón.</p> <p>Luego pasar balón entre piernas uno a la vez balón en manos sin que caiga al suelo y repetir unas tres veces caminado en patio en línea recta y después el mismo ejercicio aplicando más velocidad.</p> <p>En una pared lanzar el balón con ambas manos y recibir de manera de un auto pase con y sin botes puedes seleccionar el lado que más te acomode, pero igual no debes dejar de ocupar el lado menos hábil.</p> <p>Se pone el niño- a en cierta distancia y delante de él un balde y lo ocupara de cesto tendrá las veces que el desee para poder encestar el balón. Cada balón que ingrese en el cesto representará 5 puntos.</p>	<p>Espacio físico Balón de basquetbol Balón de fútbol Balón plástico 1 balde</p>
CIERRE	<p>Cierre: El estudiante deberá analizar y comentar las actividades utilizadas por él y si han sido buenas un aporte o deberá modificarlas para la próxima vez que practique. Debe hidratarse y aseo e higiene personal y cambio de ropa después de actividad y no olvidarse lavarse las manos</p>	<p>Toalla Jabón Shampoo Botella con agua(beber)</p>
COMPLEMENTO	<p>https://www.youtube.com/watch?v=78EFAFYfs9U https://www.youtube.com/watch?v=zuU_fw4TdK0 https://www.youtube.com/watch?v=pyBahhoU4EA https://www.youtube.com/watch?v=udDJEPWEHok https://www.youtube.com/watch?v=WObNwGZ6KDs</p>	<p>PC CELULAR</p>