



Guía de educación Física y Salud Tercero Básico

Nombre y Apellido	Curso	Fecha
	3° ____	____/____/ 2020

Objetivos de Aprendizaje:

OA 11 Practicar actividades físicas, demostrando comportamientos seguros como: › participar en actividades de calentamiento en forma apropiada › escuchar y seguir instrucciones › mantener su posición dentro de los límites establecidos para la actividad › asegurar de que el espacio está libre de obstáculos.

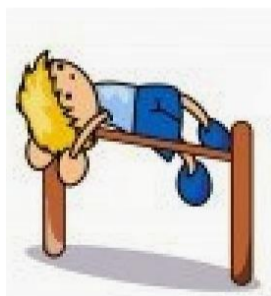
OA 1 Demostrar capacidad para ejecutar de forma combinada las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles, como correr y lanzar un objeto con una mano, caminar sobre una línea y realizar un giro de 180° en un pie.

OA 6 Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que desarrollen la condición física por medio de la práctica de ejercicios de resistencia cardiovascular, fuerza, flexibilidad y velocidad, mejorando sus resultados personales.

a) Actividad Nº 1. Responde las siguientes preguntas según lo trabajado en guías anteriores.

¿Qué habilidades motrices recuerdas de las guías anteriores?

¿Qué son las habilidades motrices?



¿Qué tipos de habilidades motrices están realizando los niños de las imágenes?

¿Cuál (es) de ellas son habilidades motrices combinadas? ¿Por qué?

Recordemos... Las habilidades Motrices combinadas son la realización sucesiva de dos o más acciones motoras de forma combinada, estas surgen una vez desarrolladas y perfeccionadas las Habilidades Motrices Básicas, en la medida que se practican estas habilidades se van desarrollando y perfeccionando.



b) Actividad Nº 2. Pensando en las guías prácticas que hemos realizado durante este tiempo, escoge un circuito donde hayamos trabajado las habilidades motrices combinadas y grafícalo estación por estación en el recuadro que encontrarás a continuación.

--

Nota: Recuerde colorear todas las imágenes de la guía y escribir en su cuaderno todas aquellas palabras que desconoce y luego buscar su significado en el diccionario y escribirlo.