



## EDUCACION FISICA Y SALUD TERCERO BASICO

FELICIDADES, hoy nos encontramos un peldaño más arriba en nuestra escalera del conocimiento, cada vez estamos más cerca de llegar a la cima donde podremos dar por superados todos los objetivos de aprendizaje que debíamos alcanzar este año.

El objetivo de aprendizaje que comenzaremos a trabajar desde hoy, nos ayudará a crecer como estudiantes, nos ayudará a trabajar en equipo, a seguir instrucciones y finalmente nos enseñará una serie de reglas de convivencia que tenemos que tener presente para poder llevar a cabo esta hermosa, entretenida, lúdica y acogedora asignatura de EDUCACIÓN FISICA Y SALUD. Para poder desarrollar las actividades, circuitos motores, juegos y evaluaciones de manera armónica, de la mejor forma para adquirir nuestros aprendizajes, de tal manera que se conviertan en aprendizajes significativos que podamos poner en práctica en nuestra vida cotidiana.



Finalmente, los invito a seguir descubriendo nuestro mundo, seguir avanzando y demostrar que todo lo que nos propongamos lo podremos llevar adelante con optimismo y dedicación, no existirán barreras que nos impidan conseguir nuestras metas. Recuerden que quizás nuestra mochila a veces puede ser pesada pero si aceptamos ayuda y trabajamos en equipo, nuestra mochila se volverá cada vez más liviana y todos juntos podremos celebrar cuando lleguemos a la meta.

### Objetivos de Aprendizaje:

**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.

**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.

### ACTIVIDAD:

1. Menciona 5 reglas que tu consideres que son importantes para la buena convivencia en la clase de educación física.

#### REGLAS DE LA CLASE DE EDUCACION FISICA

1. \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

2.

---

---

---

3.

---

---

---

4.

---

---

---

5.

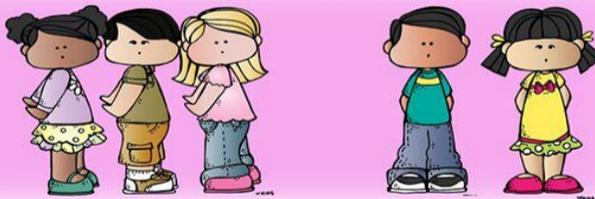
---

---

---



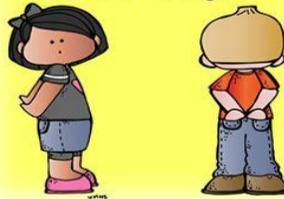
“Participan todos”



“No vale hacer trampa”



“El que pierde no se enoja”



“Y gana el que se divierte”



2. ¿Crees tú que es importante seguir las reglas de la clase de educación física? ¿Por qué?


3. Encierra en un círculo las imágenes con las reglas que tu consideres que podemos utilizar en la clase de educación física.



4. ¿Por qué, crees tu que es importante, que el lugar donde yo realice mis actividades de la clase de educacion física debe estar limpio, ordenado y libre de obstáculos?
