Colegio Benjamín Vicuña Mackenna
Constanza 01650, Rancagua
F: (72) 2266214
nororiente@cormun.cl

Eduardo Enrique Farías Román
Educación Física y salud

GUIA DE APRENDIZAJE - ESTABILIDAD			
Nombre:		Fecha: 30/ 03 AL 03/04 DEL 2020	Curso: 2º A
OA 1	Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles, como saltar de forma continua en un pie y luego en el otro, botear un balón mientras camina, mantener el equilibrio sobre una base a una pequeña altura, realizar suspensiones, giros y rodadas o volteos.		
Indicador(es):	Conducen objetos con la mano o con el pie, sorteando obstáculos.		

Con ayuda y apoyo de tu grupo familiar, ejecuta las siguientes acciones motrices:

1.- Al ritmo de una melodia musical y a modo de calentamiento previo, baila y al detenerse la música todos quedan quietos, cada integrante tiene solo dos vidas, a la segunda vez que pierda el equilibrio y no se quede quieto, sera eliminado.
https://www.youtube.com/watch?v=4DMwfB_-1D4

2.- Coloca cuatro botellas de plástico en en suelo en forma de zig-zag, y con el escobillón de aseo en equilibrio en la palma de tu mano trata de llevarlo de un extremo a otro. Si el escobillon cae, debes volver al principio.

Partida: meta:

3.- En el mismo trazado con las botellas, lleva en un pie una moneda y trata de llegar al otro extremo sin que ésta caiga al suelo, si la moneda cae debes volver al inicio. Gana quién lo haga en menos tiempo.

Repite la actividad que más te agrado y explica el por qué en tu cuaderno……