



UTP

SEMANA N° 18 DEL 27 AL 31 JULIO
GUÍA N° 15 DE ED FÍSICA 3° BÁSICO 2020
BOTE O y COORDINACIÓN

Nombres:	Apellidos:	Curso:	Fecha
.....

Tiempo considerado: 45 minutos.

OAs SEGÚN PRIORIZACIÓN

OA 1: Demostrar habilidades motrices manipulación y estabilidad.

OA 11: Practicar actividades físicas, demostrando comportamientos seguros, como:

- utilizar implementos bajo supervisión
- mantener su posición dentro de los límites establecidos para la actividad

Habilidad: Usar diferentes habilidades motrices básicas para practicar diversos juegos recreativos en su vida cotidiana, resolviendo problemas motrices que se originan en éstos.

ACTIVIDAD:

- 1) Seleccionar espacio seguro y liberar de elementos de riesgo.
- 2) Botear balón con mano derecha e izquierda caminando hacia adelante y hacia atrás cinco pasos
- 3) Botear girando como un compás sobre uno de los dos pies, sin levantar del piso el pie “clavado”
- 4) Botear mirando al frente sin perder el reojo de la pelota, pero no mirándola directamente.
- 5) Botar caminan hacia el frente manteniendo la vista en un punto adelante para evitar mirar el balón en forma directa, mínimo 12 boteos sin perder el control del balón
- 6) Saltar la cuerda en el lugar 24 veces sin parar. E inténtalo de nuevo si aún no lo logra.



NOTA: Todo lo anterior es para forzar al cerebro a nuevas conexiones neuronales. Dicho proceso es acumulativo y mejorará su rendimiento académico con el tiempo de práctica.

**Espero se diviertan practicando esta actividad.
Atte. Luis García A.**