



## PLAN DE TRABAJO (REMOTO) PARA LA CONTINGENCIA NACIONAL (“CORONAVIRUS”)

PROFESOR (A): Cristian Donaire Cortes	
ASIGNATURA: Educación Física	
CURSO : 3ro básico	
N° HORAS SEMANALES: 3 horas	
FECHA : Semana del 10 de agosto al 21 de agosto.	
Unidad 2: Continuar con el desarrollo de las habilidades motrices básicas.	
OA INVOLUCRADOS (en número y palabras):	
OA 1.- Demostrar capacidad para ejecutar de forma combinada las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles, ejemplo, correr y lanzar un objeto con una mano, caminar sobre una línea y realizar un giro de 180° en un pie.	
RECURSOS PEDAGÓGICOS UTILIZADOS: Calcetas o calcetines que no ocupe, 1 pelota (cualquier medida), 5 botellas de plástico, 1 canasto (caja grande)	
CONTENIDOS	ACTIVIDADES
<ul style="list-style-type: none"><li>- Se desplazan con una carrera fluida, ejecutando un movimiento cíclico y continuo de los brazos.</li><li>- Mantiene el equilibrio de un balón en una mano mientras se desplazan sobre una viga.</li><li>- Reciben un balón en el aire que fue lanzado por un compañero desde una posición estática.</li><li>- Hacen rodar un balón con precisión hacia un punto determinado.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>. - Calentamiento utilizar las propuestas enviadas anteriormente.</li><li>. – Circuito en casa con pelota de trapo. (video explicativo número 2 en YouTube).</li><li>. - Vuelta a la calma utilizar las propuestas enviadas anteriormente.</li><li>. - una vez finalizado el plan de trabajo, enviar fotos o videos al correo <a href="mailto:cr.donaire11@gmail.com">cr.donaire11@gmail.com</a></li></ul>