



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

PROFESOR (A): Cristian Donaire Cortes	
ASIGNATURA: Educación física	
CURSO : 4to básico	
N° HORAS SEMANALES: 3 horas	
FECHA : Semana del 15 de junio al 26 de junio	
Unidad 2: Mejorar las habilidades motrices	
OA INVOLUCRADOS (en número y palabras):	
OA 1.- Demostrar control en la ejecución de las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles; por ejemplo: atrapar un objeto con una mano a diferentes alturas, desplazarse botando un objeto en zigzag y saltar, caminar sobre una base a una pequeña altura y realizar un giro de 360° en un solo 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>- Utilizan patrones locomotores en su fase madura; por ejemplo: corren en diferentes direcciones y saltan obstáculos con seguridad; lanzan y atrapan en carrera.</li><li>- Se desplazan por medio de la carrera en forma segura y coordinada.</li><li>- Lanzan y reciben un balón que lanza un compañero mientras se desplazan.</li><li>- Lanzan implementos a objetivos más pequeños.</li><li>- Utilizan formas maduras de manipulación para el control de objetos; por ejemplo: lanzan según el objetivo; atrapan con seguridad, amortiguando la recepción; golpean en el aire una pelota con la mano, el pie o un implemento.</li><li>- Perfeccionan sus habilidades motrices de locomoción para obtener mejores resultados; por ejemplo: correr para saltar más alto o más lejos que registros anteriores.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>. - Calentamiento utilizar las propuestas enviadas anteriormente.</li><li>. - Creación de pelota de trapo (video explicativo)</li><li>. – Circuito en casa. (video explicativo)</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>