



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

PROFESOR (A): Cristian Donaire Cortes	
ASIGNATURA: Educación Física	
CURSO : 7mo básico	
N° HORAS SEMANALES: 2 horas	
FECHA : Semana del 10 de agosto al 21 de agosto	
Unidad 2: Mejorar las habilidades motrices	
OA INVOLUCRADOS (en número y palabras):	
OA 1.- Aplicar, combinar y ajustar las habilidades motrices específicas de locomoción, manipulación y estabilidad en, al menos: Un deporte individual.	
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, combinan y ajustan una variedad de habilidades motrices específicas durante juegos duales y de equipo; por ejemplo: corren para alcanzar y golpear un implemento móvil; corren para interceptar la trayectoria de un rival o implemento.</li><li>- Aplican y combinan las habilidades motrices específicas de locomoción en deportes de colaboración y oposición/colaboración.</li><li>- Aplican habilidades específicas de manipulación en deportes de colaboración y oposición/colaboración.</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>