**Guía N°6 segundo semestre 2020**

**Conociendo nuestras habilidades motrices básicas**

**Nombre:**

**Curso:** 1° Básico **Fecha:** 2 al 13 de nov. 2020

**Objetivo de la guía:** Reforzar de forma general las habilidades motrices básicas, y los hábitos de vida saludable.

**OA de unidad:** OA1 OA6 OA11

**Asignatura:** Educación Física y salud. **Profesor**: Jorge Felipe Muñoz Salazar

**WhatsApp:** +56954353102 **Correo:** [jmunoz@pedrodevaldivia-temuco.cl](mailto:jmunoz@pedrodevaldivia-temuco.cl)

1.- **Ejecuta estas actividades en tu casa con un integrante de tu familia.**

**Materiales:**

* 3 tarros de café, una botella, una pelota de calcetines.

**Equilibrio sobre tarros:**

* Mide un espacio de 10 pasos, colocando al inicio y al final una marca. Luego coloca 3 tarros de café en el suelo. Luego ubícate sobre los dos primeros tarros para dar un paso hacia el tercer tarro, el tarro que esta solo lo recoges y lo ubicas delante de tuyo. Esto lo tienes que repetir hasta llegar a la linea de meta. Desafía a algún integrante de tu familia.

**Desafío de equilibrio y puntería**:

* Utilizando las mismas instrucciones del juego anterior, agregaremos la dificultad de derribar la botella con una pelota de calcetines. La botella estará ubicada al final del recorrido. Vuelve a desafiar a algún integrante de tu familia.

**Nota: Pide a un adulto que te grabe o tome una foto por día realizando esta actividad. Enviar la evidencia al número WhatsApp o al correo electrónico.**

**Ahora responde:**

**¿Qué habilidades motrices están presentes en el juego?**

**¿En qué otros juegos están presentes estas habilidades?**

