**Guía de aprendizaje: Habilidades Motrices. Curso: 4° básico A, B y C**

Unidad N° 1¨Habilidades Motrices Básicas¨

**Nombre: Curso: Fecha: Puntos obt: Puntos total:** 30 pts.

Capacidades: Comprender - Analizar

Destrezas: Reconocer, ejemplificar

Contenido: Velocidad, Fuerza, Resistencia, Saltar, Patear, Coordinar.

**Objetivo:** 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.

**Instrucciones:** Lee atentamente las instrucciones y responde de acuerdo a lo que se te solicita. Recuerda que puedes utilizar apuntes como cuaderno, libros u otros objetos tecnológicos. Utiliza el lápiz grafito para responder. Cuida la ortografía y caligrafía y redacción.

1. Recordando que algunas de las habilidades motrices básicas trabajadas en clases son los desplazamientos, saltos, equilibrios, lanzamientos y recepciones, completa el cuadro describiendo un ejercicio diferente en donde trabajes la habilidad motriz que se te pide y luego, dibújalo.
2. Una vez terminado tú cuadro, y con supervisión de un adulto, realiza cada una de las estaciones que creaste, con el cuidado correspondiente para no tener accidentes.
3. Recuerda hidratarte constantemente y utilizar ropa apropiada.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| HABILIDAD MOTRIZ | DESCRIPCION DEL EJERCICIO | DIBUJO DEL EJERCICIO |
| DESPLAZAMIENTO CON VELOCIDAD |  |  |
| DESPLAZAMIENTO CON OTRA PARTE DEL CUERPO |  |  |
| DESPLAZAMIENTOS CON CAMBIO DE DIRECCIONES |  |  |
| DESPLAZAMIENTO SALTANDO OBSTACULOS O IMPLEMENTOS |  |  |
| LANZAR Y RECIBIR UN OBJETO EN MOVIMIENTO |  |  |