



Sebastian's College
Camino Fundo Santa Julia N°150, Graneros
Departamento de Educación Física y Salud
Miss Cecilia Fuentes C

+56968288131

MES DE DICIEMBRE 1° AÑO BÁSICO

Motricidad

OA11: Seguridad, juego limpio y liderazgo.

OA6: Vida activa y saludable.

OA9: Adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable.

Estimados padres y apoderados:

Desde el día lunes 30 al día viernes de noviembre hasta el día lunes 07 de diciembre, nos enfocaremos a potenciar el eje central de asignatura durante este proceso de educación a distancia. Para esto, las actividades prácticas realizadas centrarán su enfoque en potenciar el trabajo de acciones motrices, de manera independiente o combinadas,

TEMA CENTRAL MES

Motricidad.

Locomoción: Son movimientos que tienen como objetivo fundamental el llevar el cuerpo de un lado al otro del espacio.

Manipulación: Tareas motrices que involucren el trabajo específico de tren superior o inferior.

Estabilidad: Son movimientos que requieren control corporal en su ejecución.

Palabras claves

andar, correr, saltar, variaciones del salto, galopar, deslizarse, rodar, pararse, botar, caer, esquivar, trepar, bajar, lanzar, recoger, golpear, batear y recortar, levantar, inclinarse, estirarse, colgarse, equilibrarse, etc.

El trabajo realizado en casa es complementario a las sesiones prácticas, por lo que no se solicita el envío de evidencias del trabajo realizado.

Recordar mantener hábitos de higiene personal antes, durante y después de la práctica de actividad física y una alimentación balanceada.

Les invito a visitar nuestro canal de YouTube Institucional y suscribirse, para estar al pendiente de los videos, que nosotros sus profesores preparamos para orientar las actividades.

Esperando se encuentren a resguardo.

Saluda de manera afectuosa.

Miss Cecilia F.

NOTA: DESDE EL DÍA LUNES 14 AL DÍA VIERNES 18 DE DICIEMBRE NOS ENCONTRAREMOS EN PERIODO DE RECEPCIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES.

