



Sebastian's College  
Camino Fundo Santa Julia N°150, Graneros  
Departamento de Educación Física y Salud  
Miss Cecilia Fuentes C  
 +56968288131

### MES DE Noviembre 1° AÑO BÁSICO

#### Movimiento en diferentes ambientes

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:

Durante el presente mes, debemos seguir trabajando a distancia, es por esta razón que sugiero realizar al menos 15 minutos de actividad práctica de manera semanal considerando los objetivos antes mencionados. Idealmente repetirlos dos veces por semana, a fin de que los estudiantes puedan ir adquiriendo mejoras en el trabajo motor que nos encontramos potenciando.

#### TEMA CENTRAL MES

#### Movimiento en diferentes ambientes.

De manera semanal, la familia en conjunto con el estudiante deberán completar la tabla que observan a continuación (puede ser en digital o transcribirla de manera manual). Se sugiere complementar con algún vídeo semanal, a fin de encausar el trabajo a distancia.

El objetivo del mes, espera que los estudiantes practiquen actividades físicas que desarrollen las cualidades físicas básicas, como resistencia, fuerza, flexibilidad y velocidad, y que reconozcan las sensaciones corporales provocadas por el ejercicio físico.

Adjunto tabla de trabajo asignatura Educación Física y Salud

FECHA	Habilidades motora	Vida activa y saludable.	Seguridad, juego limpio y liderazgo.	Adquisición de hábitos de higiene
Semana 1 02 al 06 Nov				
Semana 2 09 al 13 Nov				
Semana 3 16 al 20 Nov				
Semana 4 23 al 27 Nov <b>EVALUACIÓN</b>				

#### Palabras claves

**Habilidades motrices básicas, como lanzar, patear, recibir, girar, suspenderse, rodar, voltear, lanzar, actividades en entorno natural.**

Se solicita poder compartir las actividades de manera semanal al siguiente correo: [efisebastianscollege@gmail.com](mailto:efisebastianscollege@gmail.com),

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.

## **Pauta evaluativa sumativa.**

### **Acciones motrices**

**O.A: Practicar una amplia gama de habilidades motrices básicas en diferentes actividades.**

<b>INDICADORES</b>
Realizar un calentamiento mediante un juego.
Ejecutan actividades individuales.
Ejecutan juegos con los implementos no tradicionales solicitados para la sesión
Ejecutan habilidades motrices de manera independiente y/o combinadas.
Utilizan el terreno de juego y se desplazan en todas las direcciones.