**GUÍA DE EDUCACION FISICA**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Curso: 8°B** | **Fecha:** | **Calificación:** | **Puntaje Ideal: 30 pts.**  | **Puntaje Obtenido:** |

**Nombre del estudiante:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de aprendizaje** | **Indicadores de Evaluación** |
| **Demostrar capacidad para ejecutar de forma combinada habilidades motrices, de locomoción, manipulación y estabilidad.** | **Ejecutan y diseñan secuencias de movimiento, utilizando las destrezas aprendidas.****Identifican las posturas correctas que deben adoptar en actividades de la vida diaria y el ejercicio físico.** |

|  |
| --- |
| **Instrucciones:*** Escribe tu nombre en el casillero indicado. Se enviará el día 31 de marzo, plazo máximo de entrega 07 abril.
* Si tienes alguna duda sobre cómo contestar, escribe al correo profesora.edfisica88@gmail.com,
 |

**Ítem 1: El estudiante se grabará realizando lo descrito a continuación. (24pts.)**

Estación Nº1: El estudiante manteniendo una botella en la mano sin apretarla con los dedos, deberá sentarse y pararse, evitando que esta caiga al suelo. (alternar ambos lados 5 veces c/u)

Estación Nº 2: El estudiante desplazándose de lado a lado, golpea con el pie del lado correspondiente el objeto, sin fallar ningún golpe. (alternar ambos lados 5 veces c/u)

 Estación Nº 3: El estudiante en posición plancha o cuatro apoyos, intercambia los objetos de un lado a otro, evitando perder la estabilidad y caer al suelo.

Nº 4: El estudiante camina de ida y vuelta, sosteniendo sobre su mano un palo, evitando que este toque el suelo. (alternar ambos lados 5 veces c/u)

 Nº 5: El estudiante salta a pies juntos hacia adelante, toma un objeto con las manos y lanza hacia su objetivo, logrando acertar. (usted pone el objetivo donde debe caer el obj)

Nº 6: El estudiante parado en un pie, golpea con su pie un objeto lanzado, evitando perder la estabilidad. (alternar ambos lados 5 veces c/u)

**Ítem 2: Pon en práctica tu imaginación y diseña 2 tareas motrices donde**

**se combinen Habilidades de Locomoción, Manipulación y Estabilidad. (6pts)**