



Módulo 5

Centro Educacional San Andrés
AV. Pajaritos #4198, Maipú
José Lara Quintero
Educación Física y Salud

Unidad N°2

**Continuar con el desarrollo de las habilidades motrices básicas.
2° Básico**

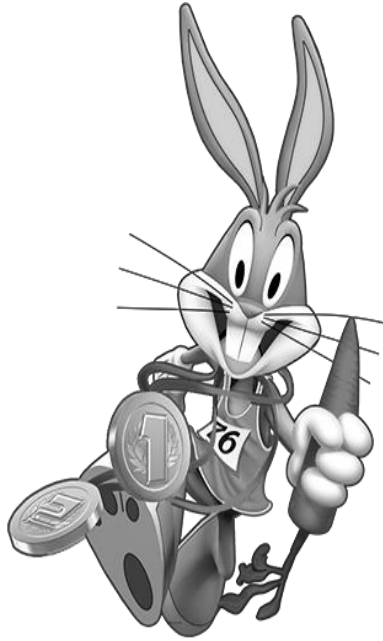
Nombre: _____ **Curso:** _____

OA01 Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles, como saltar de forma continua en un pie y luego en el otro, botear un balón mientras camina, mantener el equilibrio sobre una base a una pequeña altura, realizar suspensiones, giros y rodadas o volteos.

Habilidades:

- Ejecutar habilidades motrices básicas de locomoción (correr, saltar, caminar, entre otros) en diferentes juegos y actividades físicas lúdicas.
- Ejecutar habilidades motrices básicas de manipulación (lanzar, recibir, patear, entre otros) en diferentes situaciones por medio de variadas actividades físicas y juegos.
- Ejecutar habilidades motrices básicas de equilibrio (levantar, inclinarse, estirarse, girar, empujar, colgarse) en diferentes situaciones por medio de variadas actividades físicas y juegos.





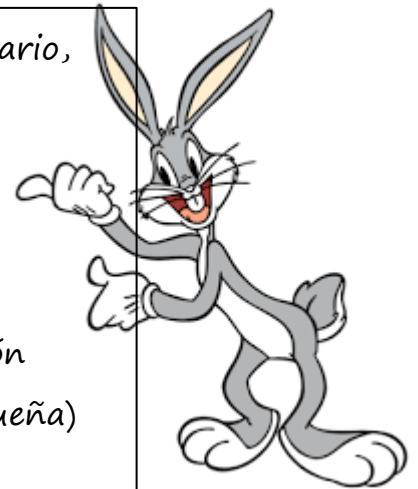
Recuerda que las habilidades motrices básicas son

Locomoción: Nos permite trasladarnos de un lugar a otro, caminando, corriendo, saltando o reptando.

Manipulación: Utilización de implementos que se pueden dar en juegos o deporte Ej: Basquetbol

Necesitaras los siguientes materiales.

- 1) Papel (puede ser de cualquier tipo, ejemplo: diario, cartulina etc....)
- 2) Pegamento.
- 3) Scotch.
- 4) 3 botellas (plásticas)
- 5) Una caja de cartón pequeña (si no tienes cartón puedes remplazarla con cualquier canasta pequeña)



Pasos de la creación de tus materiales.

- 1) Con el papel y scotch vas a formar pelotas del tamaño de tu mano, como te mostrare en la siguiente imagen.

(Necesitaras 6 pelotitas)



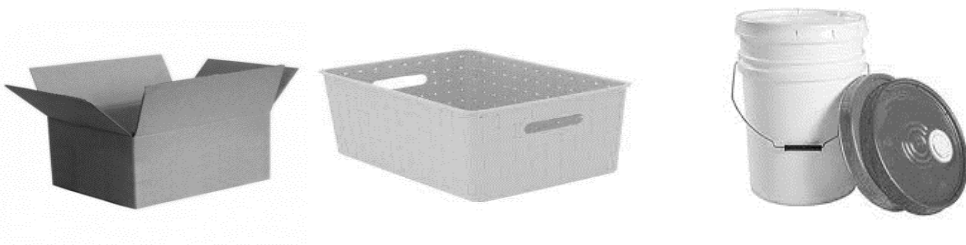
- 2) Con el mismo papel formarás 6 aros de papel y los unirás con el scotch o pegamento.

(Necesitas 6 aros de papel) (tus pies tienen que caber dentro del aro lo que te recomienda juntar dos hojas de diario)



- 3) Caja de cartón pequeña de (De 20cm x 40) si no tienes una caja, puedes remplazarla con algo similar a estas cosas.

(Necesitaras solo 1)



- 4) 3 Botellas plásticas (Puedes decorarla, pintándolas o forrándolas con cartulina. Solo si tú quieres)



Muy bien ahora prepárate para el siguiente desafío, donde aplicarás algunas de las habilidades motrices básicas.

- 1) Ubica las tres botellas alejándolas de ti unos 4 metros de distancia, y con pelotitas de papel intentarás derribarlas. (Habilidad motriz de manipulación) patrón motor de lanzamiento con precisión con la mano)



(Puedes jugar con algún integrante de tu familia y practicarás este lanzamiento con precisión)

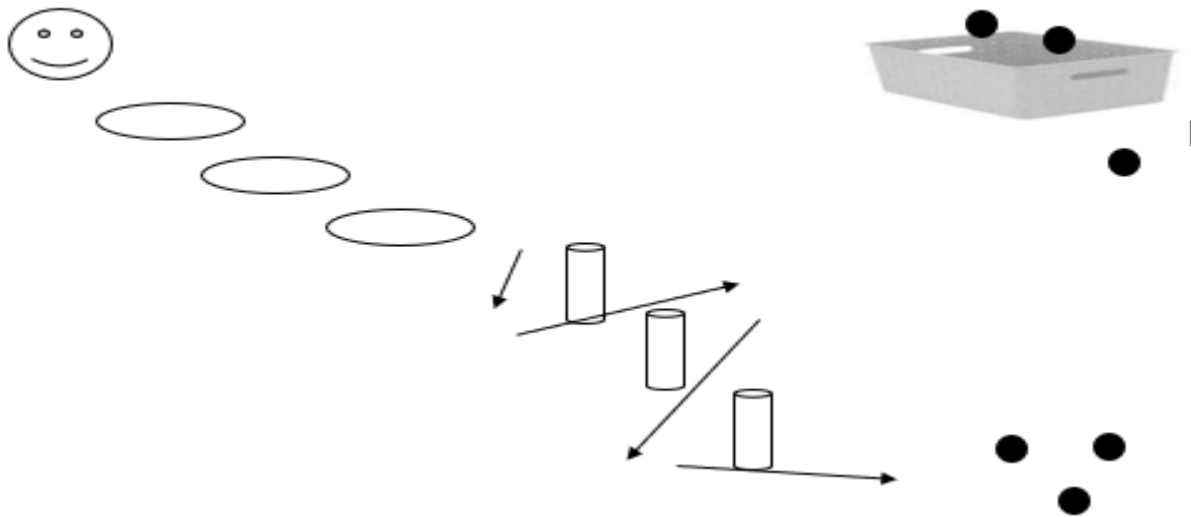
- 2) Ubica la caja o canasto a una distancia de 3 metros y realizarás lanzamiento intentando que las pelotitas queden dentro de la caja (lanzamiento con la mano)



- 3) Ubicarás las tres botellas a una distancia de 3 metros lanzando los aros de papel con el objetivo que queden dentro de las botellas.



- 4) Circuito: Saltaras a pies juntos por los aros que creaste, pasaras trotando en ziz-zac entre medio las botellas y realizaras un lanzamiento con la pelota de papel en dirección al canasto que tendrás delante de ti.



Ahora te invito a que sigas jugando y creando circuitos con los materiales que tu lograste confeccionar.