Plan de trabajo

***1° Básico Educación Física***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Martes 28 de abril** | **Miércoles 29 de abril** | **Martes 05 de mayo**  | **Miércoles 06 de mayo**  |
| **Trabajo en casa**Realizar circuito en casa con video sugerido | **Trabajo en casa**Dibujar una estación del circuito realizado en casa. | **Trabajo en casa** Actividades de relación del uso de las partes cuerpo humano con la actividad física.  | **Trabajo en casa**Juguemos en casa, con la ayuda de un adulto.  |

***ACTIVIDAD para la casa***

***EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD 1º BÁSICO***

|  |
| --- |
| ***Unidad 1*** : ***HABILIDADES MOTRICES BASICAS*** |
| **Objetivo:** Realizar y valorar la actividad física desde el hogar. |

* **ACTIVIDAD Mira el video (martes 28 de abril)**

*Indicaciones: En casa debes observar el video que se encuentra en la página del colegio de educación física y realízalo en casa con ayuda de un adulto. (Video, circuito de papel de diario)*

* **ACTIVIDAD Dibuja (miércoles 29 de abril)**

*Indicaciones: Debes dibujar la estación del circuito que más te gusto, recuerda que ayer tú lo hiciste en tu casa. En esta actividad te puede ayudar un adulto.*

|  |
| --- |
|  |

* **ACTIVIDAD Pinta (martes 05 de mayo)**

|  |
| --- |
| HACEMOS DEPORTE |

1.- Colorea estos dibujos y con la ayuda de un adulto escribe el nombre de las partes del cuerpo que más utilizan los niños.

2.- Recorta estos objetos y viste a este niño. Coloréalo.



* **ACTIVIDAD A jugar en casa (miércoles 06 de mayo)**

|  |
| --- |
| *Juego: Haz lo que yo hago.* |



Indicaciones: Lanza un globo al aire; realizando diversas acciones originales y creativas, intentando que ésta no toque el suelo.

Con algún adulto que se encuentre en casa pídele que imite la misma acción que realizas, después el tendrá que imitarte.

\*Realizar pases con algún familiar y uno al centro intenta quitárselas

¿Lograste poner a prueba tus habilidades motrices?

(Pinta el cuadrado con el emoticón que te represente)