



PUNTAJE TOTAL	PUNTAJE OBTENIDO	DESCUENTO ATRASOS

NOTA:

COLEGIO DREYSE BELSER

Guía de Educación Física y Salud
Profesora: Karen Barra
Vida activa y saludable
6° Básico

NOMBRE: _____ CURSO: _____ FECHA: _____

OBJETIVO:

OA 01 Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en una variedad de juegos y actividades físicas, escritas y prácticas.

OA 02 Ejecutar acciones motrices que presenten una solución a un problema.

INSTRUCCIONES GENERALES:

Lee atentamente las instrucciones y responde.

- Busca algún elemento de tu hogar (silla, banco, cama, escalera, etc.) y realiza ejercicios. Realiza 3 repeticiones de 60 segundos cada una. Luego anótalos.

➤ Sesión1:

➤ Sesión2:

➤ Sesión 3:

➤ Sesión 4:

- Inventa un juego o un deporte:

<i>Nombre de tu juego o deporte</i>	<i>Reglas</i>
<i>Espacio físico</i>	<i>Materiales</i>
<i>Número de jugadores</i>	<i>En que deportes te has basado</i>
<i>COMO SE JUEGA/ EXPLICACIÓN</i>	