



## GUÍA DE TRABAJO

Nombre:

Fecha:

Curso: 1° básico

### **Objetivo:**

- Trabajar las habilidades motrices básicas, específicamente de lanzamiento y recepción a través de actividades lúdicas.

### **INSTRUCCIONES:**

- Guía para desarrollar la semana del 22 de junio hasta el 26 de junio.
- **Plazo máximo** para entregar la guía es el **26 de junio hasta las 18 hrs.**
- Cualquier consulta escribir a mi correo personal [nicoefi.profe@gmail.com](mailto:nicoefi.profe@gmail.com) en el horario de 9:00 am hasta las 17 hrs.
- La **ENTREGA** de esta guía será a través de **videos** los cuales deben ser **enviados a mi correo.**

### **Actividad para trabajar en casa:**

- La actividad de esta semana consiste en realizar trabajos enfocados al desarrollo de las habilidades motrices básicas, específicamente de lanzamiento y recepción.
- Primero se deben colocar 3 bolsas en el suelo a una cierta distancia formando un triángulo. Luego deben trotar hasta una de ellas, lanzar la bolsa hacia arriba con una mano y recibirla con dos.
- Segunda actividad, deben lanzar una bolsa hacia arriba y correr a tocar una muralla, silla o lo que tengan en su espacio para volver rápidamente a recepcionar la bolsa.
- Tercera actividad, deben tener una bolsa en cada mano para lanzar y recepcionar.
- Para tener más claridad con respecto a la actividad se les enviará un video para que se guíen y sepan lo que deben hacer.