**Educación física**

**3° BÁSICO**

**Objetivo de Aprendizaje (O.A)**

OA 1: Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción y estabilidad a través de una variedad de juegos y actividades deportivas demostrando disposición a mejorar du condición física.

**Indicadores:**

* Realizaran actividades físicas que permitan mantener el cuerpo sano.
* Reconocen partes de su cuerpo.
* Completan guía de conocimiento

Instrucciones para trabajar en casa:

Alumnas supervisadas por su cuidador o cuidadora realizarán la siguiente actividad:

* Se trazará una línea en el piso con cuerda, lana, elástico o una toalla en donde las alumnas deberán saltar hacia la izquierda o derecha según instrucción.



* Se ubicará un palo de escoba entre 2 sillas y la alumna deberá pasar por debajo de está rodando de guatita y de espalda 3 repeticiones cada vez.

<https://www.youtube.com/watch?v=M-ci0h0PkWo>

* Se ubicarán frente un cojín donde estará de pie:

Pie derecho atrás y brazos extendidos hacia el frente, luego con el pie izquierdo. (10 repeticiones)

Elevar mano derecha al cielo simultáneamente levanto rodilla derecha, luego con la izquierda. (10 repeticiones)

<https://www.youtube.com/watch?v=g0VlXEzwA_Q>