** Colegio República Argentina**

**O’Carrol # 850- Fono 72- 2230332**

**Rancagua**

***GUÍA 4 DE EDUCACION FISICA Y SALUD 4°* SEMANA 4**

|  |
| --- |
| Nombre: |
| Curso: Fecha : 6 de Abril al 9 de Abril |
| **UNIDAD** : MEJORANDO MI CONDICION FISICA  **OA1** Demostrar control en la ejecución de las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles; por ejemplo: atrapar un objeto con una mano a diferentes alturas, desplazarse botando un objeto en zigzag y saltar, caminar sobre una base a una pequeña altura y realizar un giro de 360° en un solo pie.  ACTITUDES Y HABILIDAD  **EF04 OAA B** Demostrar disposición a mejorar su condición física e interés por practicar actividad física de forma regular |

***INSTRUCCIONES:***

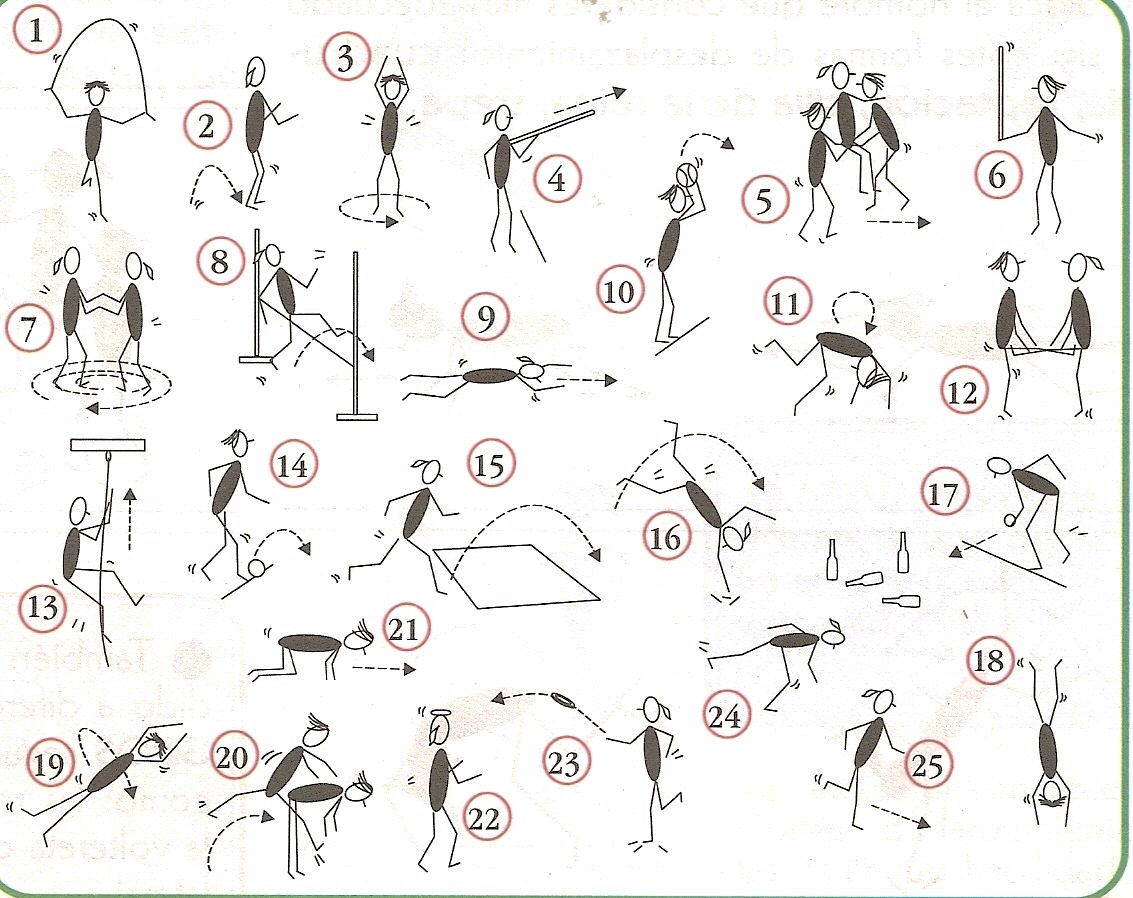
1.-Lea atentamente el siguiente texto , en el caso de no poder contar con impresora, puede leer directamente del computador y copiar en su cuaderno sólo la información correspondiente a las actividades 1 y 2 para su posterior revisión.

Habilidades de Desplazamientos

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Habilidad** | **Definición** | **Dibujo** |
| **Andar** | Es una acción alternativa y progresiva de las piernas y el contacto continuo con la superficie de apoyo | Ilustraciones, imágenes y vectores de stock sobre Personas ... |
| **Correr** | Es una ampliación de la habilidad de andar, que  se diferencia en la llamada “fase aérea”. | Ejecución Silueta Vectores - Descargar Vectores Gratis ... |
| **Reptar** | Desplazarse arrastrándose por el suelo como los reptiles | **[https://sites.google.com/site/hydbasicas/_/rsrc/1285254343267/habilidades-motrices-basicas-desplazamientos/reptar.jpeg?height=117&width=200](https://sites.google.com/site/hydbasicas/habilidades-motrices-basicas-desplazamientos/reptar.jpeg?attredirects=0)** |
| **Nadar** | Trasladarse dentro del agua una persona o un animal haciendo los movimientos necesarios y sin tocar el suelo. | Nadar para dibujar - Imagui |
| **Trepar** | Cuando trepamos, realizamos los mismos movimientos que al gatear, solo que nos desplazamos por una superficie vertical | **[https://sites.google.com/site/hydbasicas/_/rsrc/1285254367648/habilidades-motrices-basicas-desplazamientos/trepar.png](https://sites.google.com/site/hydbasicas/habilidades-motrices-basicas-desplazamientos/trepar.png?attredirects=0)** |
| **Gatear** | Andar una persona apoyando las manos y las rodillas en el suelo. Es un movimiento en un superficie horizontal y es la fase previa al andar. | crawling baby silhouette by etsy $0 | Arte, Bebe, Gateo |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Girar** | Mover a una persona o cosa haciendo que dé vueltas sobre sí misma o alrededor de otra cosa | **[https://sites.google.com/site/hydbasicas/_/rsrc/1285254395803/habilidades-motrices-basicas-desplazamientos/rodar.png](https://sites.google.com/site/hydbasicas/habilidades-motrices-basicas-desplazamientos/rodar.png?attredirects=0)** |
| **Saltar** | Levantarse de una superficie (suelo) con un impulso para caer en el mismo lugar o en otro. | [https://sites.google.com/site/hydbasicas/_/rsrc/1285254449948/habilidades-motrices-basicas-desplazamientos/straddle.gif](https://sites.google.com/site/hydbasicas/habilidades-motrices-basicas-desplazamientos/straddle.gif?attredirects=0) |

Observa la siguiente lámina e identifica al menos 10 habilidades motrices de locomoción o desplazamiento. Anótalas en la tabla que está a continuación de la lámina , colocando el número que la representa.



|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| DESPLAZAMIENTOS |  |  |  |  |  |
| SALTOS |  |  |  |  |  |
| GIROS |  |  |  |  |  |
| LANZAMIENTOS |  |  |  |  |  |
| EQUILIBRIOS |  |  |  |  |  |

PROFESORA EDUCACION FISICA

MIRIAM PIZARRO CASTILLO

Habilidades de locomoción o desplazamiento.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |