**GUÍA DE AUTOAPRENDIZAJE Nº9 ED. FÍSICA Y SALUD**

**4° BÁSICO**

**Nombre\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Curso: \_\_\_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_\_\_**

**Objetivo de Aprendizaje:**

- **OA 1:** demostrar control en la ejecución de la Habilidades Motoras Básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles, por ejemplo: atrapar, saltar, girar.

**Objetivo de la guía:**

**“Identificar el concepto de Velocidad como condición física”**

Correo electrónico: [efis.4.smm@gmail.com](mailto:efis.4.smm@gmail.com)

**Instrucciones:**

1. Registrar el objetivo de la clase y la fecha en tu cuaderno.
2. Resuelve la guía de autoaprendizaje utilizando los contenidos y el material audiovisual que estará disponible en los links.
3. En el Items de ejercitación deberás trabajarlo en tu cuaderno

Ingresa a este link:

* Clase del Prof. Valeria Adriazola, sobre la guía N°9: <https://www.youtube.com/watch?v=-Qk1E17KSv0>

**Ejercitación de contenidos**

Según lo visto en la clase escribe y responde en tu **cuaderno.**

Dibuja y nombra 2 ejemplos de Equilibrio. (Estático –Dinámico)

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

1. En el primer ejercicio de la clase, ¿qué tipo de Habilidad motriz se trabajó?, dibuje el ejercicio y nómbrelo según corresponda.
2. Responda con una (x) la alternativa correcta según corresponda; En el ejercicio número 5 de la clase, se trabajaron 2 tipos de habilidades motrices. Estas son:
3. Correr y jugar
4. **Girar y saltar**
5. Trepar y gatear
6. Saltar y lanzar
7. ¿Qué habilidad motriz se trabajó en el ejercicio número 3 de la clase?
8. Trepar
9. Gatear y saltar
10. **Saltar y Rodar**
11. Correr
12. Caminar
13. C y D
14. Todas las anteriores
15. Señale con una flecha, el nombre de la habilidad motriz que corresponda a cada imagen.



**LANZAMIENTO**



**SALTO**



**EQUILIBRIO ESTÁTICO**



**EQUILIBRIO DINÁMICO**



**TREPAR**



**RODAR**

5 - Pinta las siguientes imágenes y nombra qué habilidad motora es cada una.



**TREPAR**



**RODAR**



**CAMINAR**



**EMPUJAR**

6- Nombre 6 ejemplos de las habilidades motrices no locomotoras.

1- Girar

2 - Equilibrio estático

3 – Balancearse

4–Colgarse

5 – Empujar

6 – Traccionar.

7- nombre y dibuje en su cuaderno 3 ejemplos de las habilidades manipulativas.

1. Empujar
2. Traccionar
3. lanzar