

### INSTRUCCIONES DE TRABAJO

PROFESOR(A)	M. Alejandra La Paz
ASIGNATURA	Ed Física
NIVEL	3ros Básicos
NOMBRE DEL TEXTO A TRABAJAR	
FECHA	Lunes 12 octubre de 2020
OBJETIVO PRIORIZADO	OA 1: Demostrar capacidad para ejecutar de forma combinada las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles, como correr y lanzar un objeto con una mano, caminar sobre una línea y realizar un giro de 180° en un pie.  OA 6: Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa, que desarrollen la condición física por medio de la práctica de ejercicios de resistencia cardiovascular, fuerza, flexibilidad y velocidad, mejorando sus resultados personales.
OBJETIVO ESPECÍFICO DEL CICLO	Ejecutar actividades de coordinación general, logrando control de cada segmento corporal.

#### INSTRUCCIONES (Indicar actividades, las de página en que se encuentran u otro detalle relevante)

Observar video y seguir instrucciones.  
Buscar materiales y prepararlos para la actividad.  
Ejecutar las actividades propuestas siguiendo el orden de cada una, puedes realizar una actividad por día si lo deseas, pero lo importante es que realices todas.

#### MATERIAL DE APOYO (Incluya link de videos, páginas web u otros recursos que ayuden a trabajar este contenido)

Cinta adhesiva (tipo masking tape)  
Un palo de escoba.  
Canción de la **"Rayuela africana"** puedes encontrarlo en youtube <https://www.youtube.com/watch?v=mwJulqG7nbE>  
o tb en spotify.  
Video de clase: <https://youtu.be/q0DB9uHIKik>