



## EDUCACIÓN FÍSICA 6° BÁSICO

### SOLUCIONARIO GUÍA DE APRENDIZAJE REMOTO N°1

#### I Instrucciones:

1. Estimados estudiantes, la guía N°1 de educación física no considera respuestas, correctas o incorrectas, pero este solucionario te servirá para que puedas verificar si comprendiste como completar la guía. Las respuestas son solo un ejemplo.
2. Revisa el trabajo que has realizado para saber cómo vas en tu proceso de aprendizaje
3. Si tienes dudas puedes escribirme a [profesoragladysguzman@gmail.com](mailto:profesoragladysguzman@gmail.com)

1. COMPLETA LA PLANILLA QUE ENCONTRARÁS A CONTINUACIÓN, DEBES ELEGIR ALGUNA ACTIVIDAD FÍSICA DE TU AGRADO Y QUE SEA POSIBLE REALIZAR EN TU HOGAR (DE ACUERDO A LA CONDICIONES EN QUE NOS ENCONTRAMOS), DESDE EL JUEVES 2 AL MIÉRCOLES 8 DE ABRIL.

Habilidad motriz	Jueves 2 abril	Viernes 3 abril	Sábado 4 abril	Domingo 5 abril	Lunes 6 abril	Martes 7 abril	Miérc 8 abril
Locomoción (15 minutos)	Bailar	Saltar la cuerda	Rutinas de youtube	Bailar videos just dance	Gimnasia aeróbica	Burpees	Trotar
Manipulación (15 minutos)	Botear balón	Conducción del balón	Bowling casero	Ula ula	Lanzamiento de balón	Jugar futbol	Jugar voleyball
Estabilidad (15 minutos)	Pilates	Yoga	Tabla	Gimnasia artística	Acrosport	Yoga	Sentadillas

2. ¿PORQUÉ CREES QUE ES IMPORTANTE DESARROLLAR LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS?

“por que las habilidades motrices nos ayudarán a desenvolvemos de una manera más eficaz en nuestra vida diaria, con esto tendremos un mayor bagaje motriz”

#### DESAFÍO “EL DIEZ” HABILIDADES MOTRICES COMBINADAS

SI LO DESEAS, GRABA UN VIDEO CON TU DESAFÍO Y ME LO ENVÍAS AL CORREO QUE APARECE AL COMIENZO DE ESTE SOLUCIONARIO.