**Guía de Educación Física**

**PREKINDER-KINDER**

Nombre Alumno(a): \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Rut: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ curso: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ fecha: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |
| --- | --- |
| **OA** | OA 01: Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en una variedad de juegos y actividades físicas, como saltar con dos pies consecutivamente en una dirección, lanzar un balón hacia un compañero, caminar y correr consecutivamente, lanzar y recoger un balón, caminar sobre una línea manteniendo el control del cuerpo, realizar suspensiones, giros y rodadas o volteos. |
| **Objetivo Guía** | Aplicar habilidades motrices básicas, mediante ejercicios simples de desplazamientos, adaptados en un espacio seguro. |
| **Habilidades** | 1.- Adquirir y perfeccionar las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y equilibrio.  2.- Resolver problemas por medio de una acción motriz. |
| **Para recordar** | **HABILIDADES MOTORAS BASICAS**  Las habilidades motoras básicas (HMB)son las actividades motoras, las habilidades generales, que asientan las bases de actividades motoras más avanzadas y específicas, como son las deportivas. Correr, saltar, lanzar, coger, dar patadas a un balón, escalar, saltar a la cuerda y correr a gran velocidad son ejemplos típicos de las consideradas actividades motoras generales, incluidas en la categoría de habilidades básicas.  Podemos separar las HMB en tres grandes grupos:  1. Locomoción: Correr, saltar, escalar, rodar, caminar.  2. Manipulación: coger, golpear, recibir, lanzar.  3. Equilibrio: dinámico y estático. |

**ACTIVIDADES**









