**GUIA DE APRENDIZAJE UNIDAD 1 N° DE GUÍA: 6**

**RECURSO: cuaderno, tijeras, lápices color, cinta adhesiva, ropa liviana, escoba, rollo confort.**  PAGINAS:

ASIGNATURA: Educación Física y Salud.

NOMBRE ESTUDIANTE: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

CURSO: 2° LETRA: A/B/C FECHA: 06/05/2020

Unidad 1: Desarrollo de las habilidades motrices básicas, juegos y ejercicios guiados, siguiendo las instrucciones básicas de la clase.

O.A: Desarrollar e identificar las habilidades y capacidades motrices básicas mediante actividades y situaciones dirigidas por el profesor a través de video web.

**Inicio de la clase:**

Alumnos y alumnas, el objetivo de la clase de hoy es: Desarrollar las habilidades motrices básicas y las capacidades físicas en casa. Todo esto se realizará siguiendo las indicaciones del material de apoyo y luego realizar la tarea que demuestra el profesor en el video. No olvides que al finalizar las actividades prácticas debes desarrollar la guía. Y la evaluación final.

**----🡪Debes tener el material de apoyo, leerlo y comprenderlo, y seguir con el desarrollo de la clase🡨--------**

**Desarrollo de la clase:**

**Según las actividades realizadas por el video web, ahora podrás responder:**

1. **Escribe la lateralidad de mano con la que recortaste y pintaste los círculos de papel:**

Yo utilicé la lateralidad de mano: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. **Según los saltos que realizaste al avanzar sobre los círculos de colores:**

**¿Cometió errores de avance o confundió la lateralidad de pie o tabla del ?**

Si: \_\_\_\_ No: \_\_\_\_

1. **Identifique la acción motriz de “Saltar” ¿Qué habilidad motriz básica es?**
2. Habilidades Locomotrices
3. Habilidades Manipulativas
4. Habilidades No Locomotrices
5. **Identifique la acción motriz de “Equilibrar” ¿Qué habilidad motriz básica es?**

a) Habilidad Locomotriz

b) Habilidad Manipulativa

c) Habilidad de Estabilidad

1. **Identifique la mejor manera para definir la palabra “Capacidad”**
2. La capacidad es la posibilidad que tiene la persona de realizar una acción motriz (movimiento), es el potencial de reunir las cualidades propias en hacer algo.
3. La capacidad es la fuerza, resistencia, agilidad, flexibilidad entre otras capacidades
4. La capacidad es igual a habilidad.

**Cierre de la clase:**

Ahora que has finalizado la guía 6, quedan parcialmente comprendidas las habilidades motrices básicas. Recordar que los tres tipos, sean; locomotrices (y no locomotrices), manipulativas y de estabilidad, las utilizamos en el diario vivir y que sin ellas el ser humano no podría evolucionar. Recordemos también que estas habilidades se conocen también como capacidades, pero el significado de cada concepto es diferente. La habilidad, es la astucia para llevar a cabo una actividad. Mientras que la capacidad, son las posibilidades o cualidades que tiene una persona para realizar una acción motriz.

Finaliza la actividad respondiendo la evaluación.