



ESCUELA BÁSICA MUNICIPAL N° 1369  
COLEGIO ALCÁZAR  
Av. Parque Central Poniente N°500 - Maipú  
Fono: 22 585 23 05 – email: contacto@colegioalcazar.cl

## Guía de: Educación Física y Salud

**Nivel:** SegundosBásicos

**Unidad:** 1

**Clase:** 3

**N° de la Guía:** 3

**Objetivo:** OA 01: Demostrar habilidades motrices básicas de estabilidad.

**Presentación:** Con esta guía aprenderemos sobre las habilidades básicas de estabilidad.

### **Actividades:**

¿Qué son las habilidades motrices básicas?

Las habilidades motrices básicas son aquellas habilidades motoras que aparecen de manera natural conforme a la evolución humana. Se trata de aquellas habilidades innatas, que surgen como consecuencia del desarrollo, tales como caminar, correr, saltar, girar, lanzar, etc.

### **Actividad 1**

Recorta o dibuja 7 acciones de equilibrio con el cuerpo humano. Pégalo en tu cuaderno y escribe debajo de cada imagen o dibujo la acción que se está realizando.

**Recursos:** Trabajar en el cuaderno de educación física, recortes, lápices de colores, pegamento.

**Evaluación:** Cuéntale a tu apoderado que se sintió realizar esta actividad.

**Mi opinión:** Dile a tu apoderado que escriba un breve resumen en el recuadro de lo que aprendiste hoy y para que te sirve en el día a día.