



Unidad Técnico
Pedagógica



RED CONTENIDOS PRIMER SEMESTRE

Asignatura: Educación Física y Salud.

Nivel: 3º Básico.

Profesora: Consuelo Gaete.

Mes	Contenido
Marzo, Abril	<p>Unidad 1: Control de habilidades de locomoción, manipulación y estabilidad. Acciones motrices que presenten solución de problemas en juegos colectivos.</p> <ul style="list-style-type: none">- Coordinación óculo podal (salto con cuerda, salto de obstáculos)- Voltereta adelante y atrás.- Invertida con ayudas.- Lanzar y atrapar balones de diferentes maneras.- Botes del balón con una mano en diferentes direcciones.- Secuencias de coordinación con balón.- Calentamiento en forma apropiada.- Saltos a pies juntos (90 cm.)- - Juegos de persecución, de colaboración y oposición.(pintas, quemaditas, béisbol)
Mayo, Junio	<p>Unidad 2: Control de habilidades motrices de locomoción, manipulación y estabilidad. Resolución de problemas en juegos colectivos.</p> <ul style="list-style-type: none">- Voltereta adelante con impulso, atrás, invertida y rueda.- Mini hándbol: fundamentos técnicos (botear, lanzar, atrapar, pases,), realidad de juego, reglas adaptadas.- Calentamiento apropiado.