



COMPLEJO EDUCACIONAL MAIPÚ ANEXO RINCONADA
"Educando en valores, construimos futuro"
2021 Año de la Ética



EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD
TERCEROS BÁSICO

GUÍA 1 Nivelación	
EJE: "HABILIDADES MOTRICES"	
Nombre del estudiante:	
Curso:	Fecha:
Evaluación: Formativa	
Objetivo de nivelación: Repasar contenidos trabajados durante el año 2020, enfatizando: alimentación saludable, patrones motrices básicos e higiene personal.	

Objetivo de Aprendizaje (OA1): Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en una variedad de juegos y actividades físicas, como saltar en 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.

Instrucciones

1. Con ayuda de un adulto, lean atentamente cada pregunta.
2. Responde según lo solicitado en cada pregunta.
3. Esta guía debe ser respondida por el estudiante.
4. Esta guía debe ser enviada al correo de la profesora Jocelyne Estay (jestay@soceduc.cl)

1. ALIMENTACIÓN SALUDABLE.

Dibuja y colorea en su respectivo cuadrado un alimento saludable. (Cada dibujo tiene 2 pts.)

--	--	--

2. Encierra en un círculo todos los alimentos NO saludables. (1 pto. Por cada correcta).



3. **PATRON MOTRIZ BÁSICO**

Equilibrio: recuerda que hemos trabajado el equilibrio estático y el equilibrio dinámico. A continuación, observa las siguientes imágenes y escribe en la línea, **ESTÁTICO O DINÁMICO**, dependiendo de lo que observaste y según lo que trabajamos durante el año pasado. (2 ptos. Cada respuesta).





4. HIGIENE PERSONAL

Es el concepto básico del aseo, de la limpieza y del cuidado del cuerpo humano. Según esta definición, observa las siguientes imágenes y ordena con números del 1 al 4, como realizas tú lavado de manos. (1 pto. Cada correcta).



CEPILLADO DENTAL

Completa la frase con las palabras que faltan. (1pto. Por cada palabra correcta).

Es muy importante el _____ dental, por qué de esta manera evitamos las c_____, el mal _____ y otras enfermedades. Debemos cepillarnos los _____ todos días, después de cada _____ o _____ veces al _____. La duración del _____ dental debe ser de _____ minutos.

5. Con respecto a la situación actual que estamos viviendo a nivel mundial (pandemia por COVID 19). ¿Qué medidas consideras relevantes para prevenir esta enfermedad? Encierra en un círculo las letras correspondientes al cuidado personal. (2 ptos. Cada respuesta correcta).



A



B



C



D

6-Responde las siguientes preguntas:

1- ¿Es importante el agua, para nuestro cuerpo? ¿Porque? (2pts. Cada respuesta correcta)

2- Cuánta agua debemos beber a diario? (2pts. Cada respuesta correcta)

3-¿Cuántas son las cominadas necesarias al día? Y ¿cuáles son? (2pts. Cada respuesta correcta)
