



## Guía n°6 Educación Física y Salud

PRIMER SEMESTRE  
Guía N°6/UNIDAD 0  
CURSO 1º Básico  
Prof.: Olga Catenacci Veloz  
Correo: ocatenacci@soceduc.cl

**Importante:** es imprescindible que el estudiante asista a clases virtuales para poder desarrollar las habilidades de la asignatura. Esta guía de aprendizaje, es un apoyo y complemento a las clases.

**Objetivo:** Conocer la definición de golpear y realizar 2 desafíos en casa practicando la acción antes mencionada.

### Indicaciones:

1. Con ayuda de un adulto, lee y conoce la definición de golpear.
2. Con ayuda de un adulto, lee, observa y luego realiza los 2 desafíos que se entregan en la guía.
3. Esta guía **NO DEBE SER ENVIADA A LA PROFESORA.**
4. Las calificaciones obtenidas en la evaluación, ya se encuentran disponibles en Napsis.
5. Recuerda, la profesora Olga Catenacci V. ([ocatenacci@soceduc.cl](mailto:ocatenacci@soceduc.cl)), realiza clases a los cursos: 1º básicos A, B y C, y 2º básicos A y B y la profesora Jocelyn Estay ([jestay@soceduc.cl](mailto:jestay@soceduc.cl)), realiza clases al 2º básico C.

### 1. Definición de golpear:

## GOLPEAR

**Acción de aplicar fuerza muscular de impacto a un objeto con un segmento corporal, o un elemento con el fin de lograr un propósito determinado"**



### 2. A continuación observa las imágenes y realiza estos 2 desafíos en tu casa:

- Golpea con tu cabeza un globo durante 10 segundos, tratando de que este no toque el piso.



- Sentado en el piso golpea el globo con ambas piernas durante 10 segundos, tratando de que el globo no toque el piso.

