

FICHA N° 25 PRIMERO BASICO




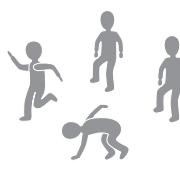

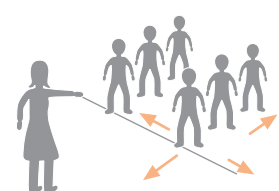



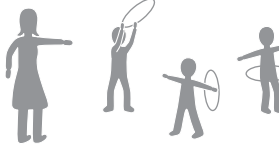

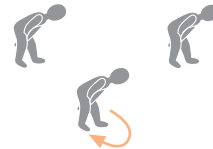
OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA2)

Ejecutar acciones motrices en relación a sí mismo, a un objeto o un compañero, usando diferentes categorías de ubicación espacial y temporal, como derecha, izquierda, adelante, atrás, arriba, abajo, adentro, afuera, entre, al lado, antes, durante, después, rápido y lento.

CONTENIDOS

Nociones topológicas.
Superación personal.
Limpieza del espacio de trabajo.

★★★
★★
★

| | | Descripción de la actividad | Descripción gráfica | Variaciones | |
|---|---|---|--|---|--|
| FASE DE INICIO FASE DE DESARROLLO FASE FINAL | Capacidad física abordada  | INICIO DE CLASES 7 minutos Asistencia. Preparación de los estudiantes para la ejecución de las diversas actividades. Explicación del docente de los objetivos de la clase. |  | | |
| |  | Materiales: No requiere. Entorno: Espacio libre. Duración: 5 minutos. | Equilibrándose con distintos segmentos del cuerpo. Se distribuye al grupo libremente por el espacio. A la señal del docente, los estudiantes intentan equilibrar su cuerpo en diferentes segmentos. Por ejemplo: en la punta de los pies, en dos pies y una mano, en una mano y un pie, manteniendo la posición durante 10 segundos. |  | - Mantener la posición 12 segundos. - Mantener el equilibrio en parejas. |
| |  | Materiales: No requiere. Entorno: Espacio libre. Duración: 10 minutos. | Galopando por el espacio. Los estudiantes se distribuyen en hileras de 6. Todas las hileras detrás de una línea. El docente se ubica frente a ellos. Con el movimiento de sus brazos señala la dirección obligada en que deben desplazarse en galopa. Por ejemplo: lateralmente hacia la derecha y hacia la izquierda. |  | - Desplazarse a pies juntos. - Desplazarse adelante y atrás. |
| |  | Materiales: No requiere. Entorno: Espacio libre. Duración: 5 minutos. | Elevando el cuerpo. Cada estudiante distribuido por el espacio. En el suelo, en posición decúbito abdominal, con los brazos extendidos hacia el frente y las piernas extendidas hacia atrás. Tienen que elevar la cabeza y los brazos, manteniendo la posición por 12 segundos. |  | - Mantener la posición por 15 segundos. - En posición decúbito abdominal. |
| |  | Materiales: - 1 aro por estudiante. Entorno: Espacio libre. Duración: 10 minutos. | Moviendo el aro por el cuerpo. Distribuidos por el espacio. Cada estudiante trota con un aro, moviéndolo de diferentes formas. A la señal de docente, tienen que ubicar el aro en relación a su cuerpo. Por ejemplo: el aro arriba de su cuerpo, el aro debajo de cuerpo. |  | - Desplazarse hacia atrás. - Desplazar en un pie. |
| |  | Materiales: No requiere. Entorno: Espacio libre. Duración: 5 minutos. | Apoyando las manos hacia atrás. Distribuidos libremente por el espacio. De pie, con las piernas entreabiertas y el tronco flexionado hacia abajo. A la señal del docente, deben llevar los brazos por entre las piernas hacia atrás, sin flexionar las rodillas y mantener la posición por 10 segundos. |  | - Mantener por 12 segundos. - En parejas. |
| FINALIZACION DE LA CLASE 3 minutos | | Disposición del grupo para el término de las diversas actividades. Evaluación de la clase, higiene e hidratación para la continuación de los estudiantes en su jornada. | | | |

Componentes de la Educación Física abordados:



Observaciones del profesor:
