

FICHA N° 15
PRIMERO BASICO

OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA5)

Ejecutar movimientos corporales, expresando sensaciones, ideas, estados de ánimo y emociones en variados espacios y a diferentes ritmos.

CONTENIDOS

Comunicación corporal.
Imitación de movimientos.
Participación activa.

★★★
★★
★

		Descripción de la actividad	Descripción gráfica	Variaciones	
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">FASE DE INICIO</p> <p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">FASE DE DESARROLLO</p> <p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">FASE FINAL</p>	<p>Capacidad física abordada</p>	<p>INICIO DE CLASES 7 minutos</p> <p>Control de Asistencia. Preparación de los estudiantes para la ejecución de las diversas actividades. Explicación del docente de los objetivos de la clase.</p>			
		<p>Materiales: - 1 radio. - 1 Cd.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 5 minutos.</p>	<p>Bailando y deteniéndose en un pie.</p> <p>Distribuidos libremente por el espacio los estudiantes bailan al ritmo de la música; al momento en que el docente detiene la canción, los estudiantes mantienen el equilibrio sobre un pie hasta que se reanuda la música.</p>		<p>- En parejas.</p> <p>- Bailar en un pie y detenerse en dos pies.</p>
		<p>Materiales: - 1 radio. - 1 Cd.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 10 minutos.</p>	<p>Trotando con la música y agrupándose.</p> <p>Los estudiantes corren libremente por el espacio escuchando un tema musical. El docente detiene la música y todos deben agruparse en la cantidad de estudiantes que indique el docente y permanecer saltando a pies juntos todo el grupo hasta que se reanuda la música. Luego se separan y esperan la nueva instrucción. Por ejemplo: grupos de a cinco, ocho, diez.</p>		<p>- Trotar hacia atrás.</p> <p>- Saltar en un pie todo el grupo.</p>
		<p>Materiales: No requiere.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 5 minutos.</p>	<p>Sentados empujando hacia un lado.</p> <p>Distribuidos en parejas, sentados con las piernas abiertas, espalda con espalda y con los brazos entrelazados. A la señal del docente, cada estudiante empuja hacia su derecha, intentando llevar a su pareja hacia su lado hasta que toque el suelo con el codo. Cuando el docente lo indique cambian de roles.</p>		<p>- Empujar hacia la izquierda.</p> <p>- Empujar hacia atrás.</p>
		<p>Materiales: - 1 aro por estudiante.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 10 minutos.</p>	<p>Imitando un automóvil con un aro.</p> <p>El docente entrega un aro a cada estudiante. Éste menciona que el aro se convierte en un automóvil, donde deben conducir responsablemente, sin chocar. Para ello deben correr por todo el entorno, realizar el sonido del automóvil creado y simular acciones que se hacen al manejar como: pasar cambios, bajar ventanas, frenar, señalizar, entre otras.</p>		<p>- En parejas en un aro.</p> <p>- Marcha atrás.</p>
		<p>Materiales: No requiere.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 5 minutos.</p>	<p>Inclinando el tronco hacia un lado.</p> <p>Distribuidos libremente por el espacio. En posición de pie, con las piernas extendidas y separadas al ancho de hombros. A la señal del docente, inclinan el tronco hacia el lado derecho con la mano derecha apoyada en la cintura y la extremidad superior izquierda extendida hacia arriba. Mantienen la posición durante 10 segundos, luego cambian de lado.</p>		<p>- Mantener por 15 segundos.</p> <p>- Extender hacia arriba las 2 extremidades superiores.</p>
<p>FINALIZACION DE LA CLASE 3 minutos</p>		<p>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.</p>			

Componentes de la Educación Física abordados:



Observaciones del profesor:
