



PRIORIZACIÓN NIVEL 1, MES NOVIEMBRE Y DICIEMBRE: SEGURIDAD, JUEGO LIMPIO Y LIDERAZGO.

OA Priorizado (OA11): Practicar actividades físicas, demostrando comportamientos seguros, como: realizar un calentamiento mediante un juego, escuchar y seguir instrucciones.

OA Priorizado Orientación (OA4): Identificar y practicar, en forma guiada, conductas protectoras y de autocuidado en relación a: rutinas de higiene; actividades de descanso, recreación y actividad física; hábitos de alimentación; resguardo del cuerpo y la intimidad; la entrega de información personal.

Objetivo de la clase (OA11): Reconocer los comportamientos seguros a considerar al momento de realizar actividad física.

¿Recuerdas que es **Actividad Física**? Es cualquier movimiento que realiza nuestro cuerpo, producido por nuestros músculos que exija gasto de energía.



Actividad 1: Recorta y pega las imágenes de comportamientos seguros a considerar al realizar actividad física en casa. Estos son: realizar ejercicios de calentamiento; escuchar y seguir las instrucciones; utilizar espacio sin obstáculos para realizar nuestra clase; mantener cordones amarrados; trabajar bajo la supervisión de un adulto; Enviar tareas a tiempo.

EJERCICIO DE
CALENTAMIENTO

ESPACIO DESPEJADO

ESCUCHAR Y SEGUIR
INSTRUCCIONES

SUPERVISIÓN DE
ADULTO

CORDONES
AMARRADOS

ENTREGAR TAREAS A
TIEMPO

- ✓ Busca en Youtube: Los niños que no respetan las reglas – aprendiendo a ser héroes.
<https://www.youtube.com/watch?v=hH0J8cTaCLQ>

Objetivo de la clase (OA11): Identificar prácticas seguras al momento de realizar actividad física.

Para el buen desempeño de las actividades físicas es importante conocer y aplicar normas de seguridad e higiene con el fin de conservar la salud y evitar accidentes en el desarrollo de las actividades físico deportivas.

Actividad 1: Encierra en un círculo las imágenes donde se practica actividad física de manera segura e higiene personal.



- ✓ Busca en Youtube: Ejercicio físico cuidado del cuerpo
<https://www.youtube.com/watch?v=EM8glByz-VE>



Imágenes para recortar, clase n°1.





EVALUACIÓN FORMATIVA: PRIORIZACIÓN MES NOVIEMBRE Y DICIEMBRE

NOMBRE COMPLETO: _____ P. ideal: 7 pts. P. obtenido: _____

OA Priorizado (OA11): Practicar actividades físicas, demostrando comportamientos seguros, como: realizar un calentamiento mediante un juego, escuchar y seguir instrucciones.

INSTRUCCIONES:

- ✓ Debes responder la evaluación de forma individual. Pero pon atención porque tu apoderado leerá cada pregunta para que puedas responder la evaluación.
- ✓ Escribir tu respuesta con lápiz de color a tu elección, cuando sea necesario.
- ✓ Una vez que finalices la evaluación, debes enviar una foto de ella al WhatsApp.

1.- Escribe en el el concepto que corresponda a la definición. (1 punto)

Es cualquier movimiento que realiza nuestro cuerpo, producido por nuestros músculos que exija gasto de energía.

2.- Recorta y pega las imágenes de comportamientos seguros en clases de educación física. (6 puntos)



Imágenes para recortar, clase n°1.

