

## 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 en forma apropiada, escuchar y seguir instrucciones, utilizar de manera adecuada los materiales, asegurarse que el espacio está libre de obstáculos.

**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.

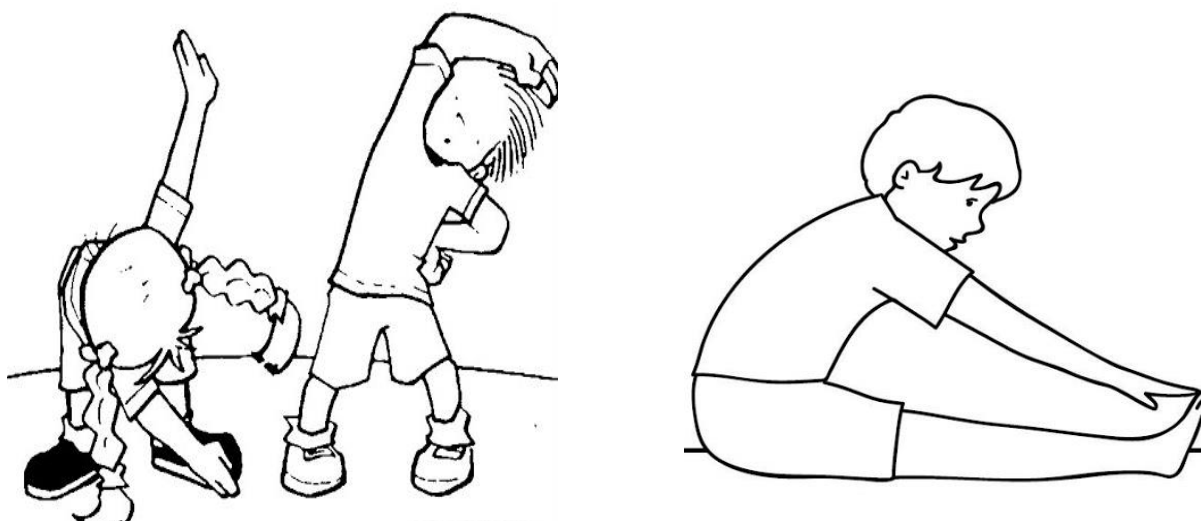
**Objetivo de la clase (OA11):** Valorar la importancia de realizar un calentamiento.

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



**¿Qué es realizar un calentamiento?** Es un conjunto de ejercicios de todos los músculos y articulaciones de manera gradual con la finalidad de preparar al organismo para un mejor rendimiento físico, para evitar contracción muscular.

**Actividad:** Colorea la imagen de los/as niños/as realizando un calentamiento.



- ✓ Busca en Youtube: Ejercicios de calentamiento para niños  
<https://www.youtube.com/watch?v=y8LsWK-2E30>

**Objetivo de la clase (OA11):** Determinar la importancia de comportamientos seguros en clases.

**Comportamiento Seguro:** Es poder llevar a cabo una actividad de manera segura cuidando tu cuerpo, sin caídas, ni accidentes. Para esto es necesario tener una motivación adecuada y suficiente.

**Comportamientos seguros a considerar en clases:**

Realizar ejercicios de calentamiento; escuchar y seguir instrucciones; utilizar espacio sin obstáculos; mantener cordones amarrados; supervisión de un adulto; tomar agua; lavarse al terminar la clase.

**Actividad 1:** Une con una línea los conceptos de "comportamientos seguros", según corresponda.



SUPERVISIÓN DE ADULTO

TOMAR AGUA

LAVARSE AL TERMINAR LA CLASE

CORDONES AMARRADOS

ESCUCHAR Y SEGUIR INSTRUCCIONES

ESPACIO SIN OBSTÁCULOS

EJERCICIOS DE CALENTAMIENTO

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



**EVALUACIÓN FORMATIVA: PRIORIZACIÓN MES NOVIEMBRE Y DICIEMBRE**



NOMBRE COMPLETO: \_\_\_\_\_ P. ideal: 9 pts. P. obtenido: \_\_\_\_\_

**OA Priorizado (OA11):** Practicar actividades físicas, demostrando comportamientos seguros, como: realizar un calentamiento en forma apropiada, escuchar y seguir instrucciones, utilizar de manera adecuada los materiales, asegurarse que el espacio está libre de obstáculos.

**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.- Define con tus palabras que entiendes por actividad física. (1 pto.)

---



---

2.- Escribe la importancia de realizar un calentamiento. (1 pto.)

---



---

3.- Menciona los comportamientos seguros que debemos tener en clases. (7 ptos.)

---



---



---



---



---



---



---