



Educación Física y Salud

1° y 2° Básico - JULIO 2020

Número de Clases	Objetivo de aprendizaje priorizado	Presentación de la información	Práctica guiada	Práctica independiente	Recursos
1	OA 6: Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que incrementen la <u>condición física</u> , por medio de juegos y <u>circuitos</u> .	<ul style="list-style-type: none"> • Ver video demostrativo orientado en el que se explica la actividad y la importancia de la condición física. • Las actividades estarán orientadas dentro de un circuito de trabajo. • Actividad 1“Carreras laterales”: El niño o niña debe hacer desplazamientos laterales con velocidad, tocando una botella por cada lado sin detenerse. • Actividad 2“zigzag y saltos”: El niño o niña deberá desplazarse en zigzag en una hilera de botellas (4) ubicadas en el suelo, y regresar saltando a pies juntos cada una sin detenerse. 	<ul style="list-style-type: none"> • Los alumnos y alumnas volverán a observar el video y desarrollarán las 2 actividades del circuito de condición física. 	<ul style="list-style-type: none"> • El o la estudiante tendrá que llegar a desarrollar, sin apoyo de video, las 2 actividades que conforman el circuito de condición física. • Deberá grabarse en cada actividad ejecutándola por 30 segundos sin detenerse, y así completar 1 minuto de grabación continua de ambas actividades. • Posteriormente enviar la evidencia a la profesora Alejandra de la asignatura de ed. Física y salud por vía wasap, para poder así desarrollar la evaluación del estudiante. <p>Contacto: +569 34918137</p>	4 botellas plásticas (desechables).