

Guía de trabajo Ed. Física
(Semana 26 al 30 de octubre)

Nombre docente:	Angélica Hinojosa angelica.hinojosa@colegio-eduardodegeyter.cl		
Curso:	2 año Básico		
Guía número	Asignatura	Objetivo de Aprendizaje contemplado	Indicador de evaluación
25	Educación física y salud	OA11 Practicar actividades físicas, demostrando comportamientos seguros, como: realizar un calentamiento mediante un juego; escuchar y seguir instrucciones; utilizar implementos bajo supervisión; mantener su posición dentro de los límites establecidos para la actividad.	• Reflexionar acerca del cuidado del cuerpo (articulación con asignatura de Ciencias naturales)

CUADRO DE INSTRUCCIONES

1. Leer toda la guía, **muy atentos a cada detalle.**
2. Luego de leerla, hacer click en el ticket 25 de esta semana
3. Responder el ticket 25
4. ¡Y listo!

GUIÓN METODOLÓGICO

1- ¿Qué aprenderás hoy?

Reflexionar sobre cómo cuidar mi cuerpo en la clase de ed. física

Actividad física y salud



La Coordinación aumenta
Tu coordinación entre tus brazos y piernas y tu cerebro será mucho mayor



Socialización
Educa al niño en una fuerte disciplina y respeto por los demás



Tonificas tus músculos
Hará que estés trabajando constantemente los músculos de la espalda, los brazos y las piernas. Ganarás peso muscular y la tonificación de los mismos.



Flexibilidad
Los músculos de tus piernas serán más elásticos y el grado de movimiento de las articulaciones será mayor.

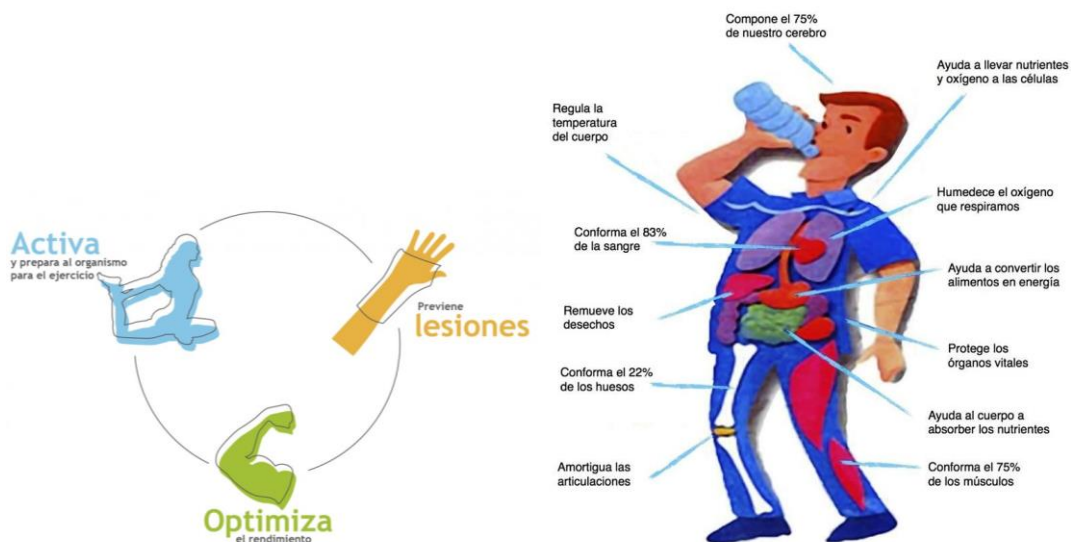


Mejoras tu Concentración
Cada una debe aprender y practicar los diferentes movimientos y deberás concentrarte para saber qué maniobra realizar.



Mejora la Circulación de la sangre
Conseguirá que tengas un corazón más potente que pueda bombear mayores volúmenes de sangre.

La importancia de consumir agua



Videos de apoyo para el contenido:

<https://www.youtube.com/watch?v=3xY9c-zfZl>

<https://www.youtube.com/watch?v=bDVbTXsMBJM&t=102s>

TAREA en el ticket 25: <https://forms.gle/1ovUr3feS5uuane48>

3-

Instagram para ideas, tips y destacados de clases: @profe.angelicahinojosa

CORREO: angelica.hinojosa@colegio-educododegeyter.cl

