

FICHA N° 31
CUARTO BASICO

OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA4)

Ejecutar actividades físicas y/o lúdicas en diferentes entornos, aplicando medidas para conservar limpios y ordenados los espacios, como:

- jugar en plazas activas
- jugar un partido en la plaza o la playa
- realizar caminatas en el entorno natural
- andar en bicicleta en un parque o en un camino rural

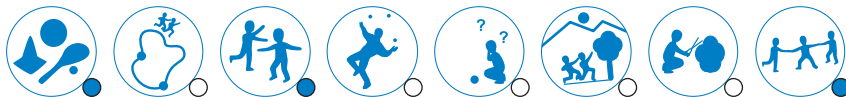
CONTENIDOS

- Acciones de cuidado del medio ambiente.
- Adaptación a grupos de trabajo.
- Conductas de colaboración y apoyo hacia sus pares.



	Descripción de la actividad	Descripción gráfica	Variaciones	
<p>FASE DE INICIO</p> <p>FASE DE DESARROLLO</p> <p>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 hoja de árbol o papel por estudiante.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 5 minutos.</p>	<p>Equilibrando una hoja en cuatro apoyos.</p> <p>Distribuidos libremente en el espacio, ubicados en el suelo en posición decúbito dorsal apoyados con manos y pies. Cada estudiante debe colocarse una hoja de árbol o de papel sobre la cabeza intentando desplazarse sin que se caiga la hoja.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Posición decúbito abdominal. - Colocar la hoja de árbol en el abdomen.
	<p>Materiales: - Trozos de papel.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 10 minutos.</p>	<p>Desplazándose sin tocar los papeles.</p> <p>Distribuidos individualmente en el entorno, en posición de pie, trotando en el lugar. A la señal del docente, deben desplazarse hasta el lugar del entorno que sea señalado, sin pisar los papeles que están en el piso. El docente indica 1 o 2; cuando el docente lo indique, todos los estudiantes vuelven a su lugar a la espera de una nueva señal.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Desplazarse a pies juntos. - En parejas tomados de las manos.
	<p>Materiales: - Trozos de papel.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 5 minutos.</p>	<p>Subiendo a la espalda del compañero.</p> <p>Distribuidos libremente en el espacio, ubicados en parejas, se enumeran en 1 y 2. Trotando libremente por el entorno sin pisar los papeles que están en el piso. El docente indica 1 o 2; quien sea mencionado, debe subirse en la espalda de su pareja durante 30 segundos, permaneciendo en el lugar.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Correr libremente. - Desplazarse caminando con el compañero en la espalda.
	<p>Materiales: No requiere.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 10 minutos.</p>	<p>Atrapando a los compañeros para descontaminar.</p> <p>Los estudiantes distribuidos libremente en el espacio. Uno de ellos es el purificador de aire. A la señal del docente, todos los estudiantes arrancan del purificador; el que es atrapado, se convierte y pasa a perseguir al resto.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Desplazarse en un pie. - En parejas.
	<p>Materiales: No requiere.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 5 minutos.</p>	<p>Alcanzando la punta de los pies.</p> <p>Los estudiantes ubicados libremente en el espacio, sentados en el suelo con las piernas juntas y extendidas, llevan sus manos hacia la punta de los pies manteniendo esa posición durante 30 segundos. Alternan trabajo y descanso.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Con extremidades separadas. - De pie.
<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 del estudiante en su jornada.</p>				

Componentes de la Educación Física abordados:



Observaciones del profesor:
