

FICHA N° 36 SEGUNDO BASICO

OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA4)

Ejecutar habilidades motrices básicas en diferentes entornos, como plazas activas, patio del colegio, playa, entre otros, utilizando referencias (rutas, mapas, símbolos, etc.) guiados por el profesor.

CONTENIDOS

Juegos y actividades de adaptación motriz en la naturaleza. ★★★
Responsabilidad con el entorno y medio natural. ★★
Cuidado personal y grupal durante actividades. ★

	Descripción de la actividad	Descripción gráfica	Variaciones	
FASE DE INICIO	Capacidad física abordada INICIO DE CLASES 10 minutos Control de Asistencia . Preparación de los estudiantes para la ejecución de las diversas actividades. Explicación del docente de los objetivos de la clase.			
	Materiales: - 1 cuerda por estudiante. Entorno: Espacio libre. Duración: 10 minutos.	Caminando por la cuerda. Distribuidos libres por el espacio. Cada estudiante extiende una cuerda en el suelo. A la señal del docente, debe avanzar de frente pisando la cuerda con la vista al frente sin perder el equilibrio.		- Pasar marcha atrás. - Pasar de lado.
	Materiales: No requiere. Entorno: Espacio libre. Duración: 10 minutos.	Atrapando compañeros y librándose en los árboles. Los estudiantes se distribuyen libres en el entorno; tres estudiantes son distinguidos con una pañoleta en el brazo, los que a la señal del docente deben atrapar a los demás integrantes. Quien es pintado, se reintegra al juego luego que abrace un árbol durante 5 segundos. Al cabo de 3 minutos se cambian los 3 integrantes que llevan la pinta.		- Librarse abrazando un pilar de arco. - Desplazarse en un pie.
FASE DE DESARROLLO	Materiales: No requiere. Entorno: Espacio libre. Duración: 10 minutos.	Pararse sin la ayuda de las manos. Los estudiantes distribuidos individualmente, sentados en el suelo con las piernas cruzadas como indio, intentan pararse sin la ayuda de las manos.		- Pararse sin cruzar las piernas. - Pararse en un pie.
	Materiales: No requiere. Entorno: Espacio libre. Duración: 15 minutos.	Imitando a los animales. Cada estudiante corre en cuadrupedia por el espacio imitando a un animal propuesto por el docente, reproduciendo su sonido. Por ejemplo: imitar a un perro ladrando, un cóndor cazando.		- Imitar animales de la selva. - Imitar aves.
	5 minutos Pausa: hidratación y descanso.			
FASE FINAL	Materiales: No requiere. Entorno: Espacio libre. Duración: 15 minutos.	Transportando al compañero. Los estudiantes forman tríos; dos de ellos deben transportar por un trayecto de 10 metros al tercer integrante, el cual es transportado como si fuera en una silla. Se va rotando al estudiante transportado.		- En grupos de 4 integrantes. - Realizar un giro completo al llegar.
	Materiales: No requiere. Entorno: Espacio libre. Duración: 5 minutos.	Estirando el brazo tomándose la muñeca. Los estudiantes se distribuyen en el espacio de forma individual, de pie con las piernas separadas el ancho de los hombros. A la señal del docente levantan su brazo derecho llevándolo por sobre su cabeza y con la mano izquierda toman la muñeca de la mano derecha y traccionan hacia el lado izquierdo manteniendo por 10 segundos. Luego cambian de brazo.		- Mantener 15 segundos. - Cruzar el brazo por el frente.
FINALIZACION DE LA CLASE 10 minutos Disposición del grupo para el término de las diversas actividades. Evaluación de la clase, higiene e hidratación para la continuación de los estudiantes en su jornada.				

Componentes de la Educación Física abordados:

