



Unidad Técnica Pedagógica

Dany Jaque Martínez
Ed. Física y Salud

MATERIAL Nº2: Guía práctica de trabajo
Primero básico A y B / 1er ciclo básico
Fecha de entrega de la actividad a los estudiantes

Nombre Estudiante: _____

Curso y letra: _____ Fecha: _____

P. total _____ % exigencia 60% P. obtenido _____

Objetivo o Habilidad a desarrollar mediante la actividad propuesta:

- OA7 practicar en su vida cotidiana de forma guiada actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa por medio de juegos tradicionales y actividades lúdicas.
- OA8 Reconocer las sensaciones y respuestas corporales provocadas por la práctica de actividad física, como cambios de color de piel, sudor, agitación, ritmo de respiración, cansancio y dificultad al hablar.

¡Juguemos a movernos!
1ºA y 1ºB

EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD
PROF. DANY JAQUE



Unidad Técnica Pedagógica

Dany Jaque Martínez
Ed. Física y Salud

¡Juguemos a movernos!

- 1. 1. Cierra los ojos y siente cómo se comporta tu corazón.
- 2. 2. Con ayuda y compañía de un adulto realiza los bailes que contienen los siguientes videos.

Video #1

<https://www.youtube.com/watch?v=pgzXRKtg6ik&feature=youtu.be>



Video #2

<https://www.youtube.com/watch?v=j8Bj0hg2pc4&feature=youtu.be>



Después de haber realizado el baile

- 2. 1. ¿El corazón se comporta de forma distinta después de haber bailado?



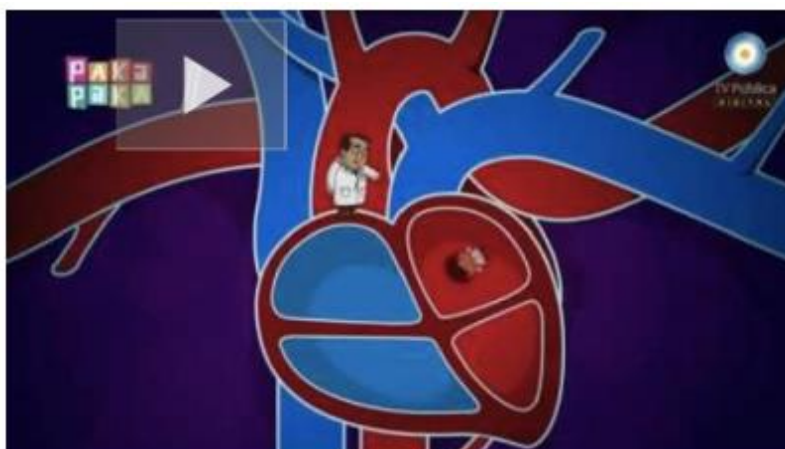


Unidad Técnica Pedagógica

Dany Jaque Martínez
Ed. Física y Salud

Video #3

<https://www.youtube.com/watch?v=zO0gj6cCtE8&feature=youtu.be>



2. Después de haber visto el video explicativo de cuál es la función del corazón, habla con algún adulto sobre porqué el corazón se comporta distinto cuando se hace ejercicio.
2. 3. Propone actividad que en tu hogar se puedan realizar que también provoquen una alteración en el ritmo del corazón.

3. Colorear el corazón y sus partes

