



Unidad Técnica Pedagógica

Dany Jaque Martínez
Ed. Física y Salud

MATERIAL Nº2: Guía práctica de trabajo
Tercero 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:

- OA1 Demostrar capacidad para ejecutar de forma combinada las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles, ejemplo, correr y lanzar un objeto con una mano, caminar sobre una línea y realizar un giro de 180° en un pie.
- OA8 Describir y registrar las respuestas corporales provocadas por la práctica de actividad física, como aumento de la frecuencia cardíaca y respiratoria.

¡Veamos cómo responde nuestro cuerpo!

3°A y 3°B

EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD

PROF. DANY JAQUE



Unidad Técnica Pedagógica

Dany Jaque Martínez
Ed. Física y Salud

¡Veamos cómo responde nuestro cuerpo!

La actividad posee dos bailes que deberás realizar, donde deberás hacer todo lo posible para poder obtener el mayor puntaje posible, para eso puede que requiera que con perseverancia repetir más de una vez la coreografía.

Materiales.

- ✓ Un dispositivo que tenga acceso a internet que permita conectarse a youtube.
- ✓ Un papel y una hoja

Instrucciones

- ✓ En la hoja, deberás registrar la frecuencia respiratoria (cuando ha sucedido una inhalación y una exhalación) en un minuto, para eso pide ayuda a algún adulto que te avise cuando haya transcurrido un minuto desde que iniciaste a contar la cantidad de inhalaciones que has realizado.
- ✓ Esto deberás repetir después del término del primer baile y del segundo.

Ahora a ¡bailar!

Video #1

<https://www.youtube.com/embed/g7P1j1fs3uw?feature=oembed>

NIVEL 1



¡No se te olvide registrar!



Unidad Técnica Pedagógica

Dany Jaque Martínez
Ed. Física y Salud

Video #2

<https://www.youtube.com/watch?v=g7P1j1fs3uw&feature=youtu.be>

NIVEL 2



¡A reflexionar!

¿Cuál ha sido la frecuencia respiratoria antes de los bailes?

¿Cuál ha sido la frecuencia respiratoria después del segundo baile?

¿Cuándo fue mayor tu frecuencia respiratoria? ¿Por qué crees que pudo haber pasado esto?

Colorear el corazón y sus partes

