

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

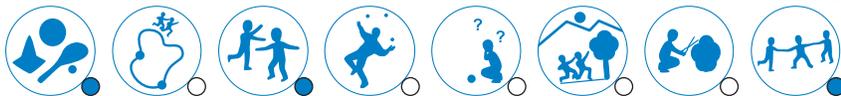
CONTENIDOS

- 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, manteniendo el trote. 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:
