



Colegio Jean Piaget
UTP-Rancagua

#YOMEMUEVOENCASA

Mi escuela un lugar para aprender y crecer en un ambiente salud:



**PLANIFICACIÓN DE AUTOAPRENDIZAJE
SEMANA 12 DEL 15 AL 19 DE JUNIO 2020**

TÍTULO	Habilidades Motrices Básicas de Locomoción, Manipulación y Estabilidad
ASIGNATURA /MÓDULO TP	Educación Física y Salud 2° básico
NOMBRE DEL PROFESOR/A	Marcos Lucero
OBJETIVO DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD 2	(OA1) Habilidades Motrices (OA8) Conocimiento del cuerpo y autocontrol (OA9) Vida Activa y Saludable
MOTIVACIÓN	iiiBuenos días estudiantes!!! Hoy daremos inicio a nuestra clase n° 12 de educación física y salud. Te dejaré el siguiente link para comenzar con ánimo esta clase. https://www.youtube.com/watch?v=aSha5_SgHk
ACTIVIDAD(ES) Y RECURSOS PEDAGÓGICOS	Actividades: 1.-JUEGO MATEMATICO N°1 2.-SUMO Y ME DESPLAZO 3.-PENAL MATEMÁTICO 4.-CUENTAN DIFERENTES FORMAS DE DESPLAZARNOS SIN SALTAR Recursos: Balón ,cuaderno, lápiz
EVALUACIÓN	Evaluación Formativa: Será el Ticket de Salida
ESTE MÓDULO DEBE SER ENVIADO AL SIGUIENTE CORREO ELECTRÓNICO	Se sugiere sacar fotografías a las preguntas ya desarrolladas y envíalas con el nombre del estudiante y el curso al cual pertenece al siguiente correo: Marcos.lucero@colegio-jeanpiaget.cl WhatsApp: +56964515300 Plazo de entrega: 15/06/2020

GUÍA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Nombre:

Curso: Segundo básico

Fecha:

Profesor : Marcos Lucero

OBJETIVOS DE APRENDIZAJES: Aplicar cálculos matemáticos en diversos juegos motrices.

CONTENIDOS: Demostrar disposición a mejorar su condición física e interés por practicar actividad física de forma regular. Ejecutar una variedad de movimientos y juegos como actividad de calentamiento

Enviar ticket de salida al siguiente correo: Marcos.lucero@colegio-jeanpiaget.cl

#LAVATELASMANOS



ACTIVIDADES METODOLÓGICAS

Realizan movilidad articular mediante un recorrido desde tobillos al cuello.

Calentamiento: El estudiante se desplaza trotando de manera fluida por toda la casa

EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO



ACTIVIDAD

JUEGO MATEMÁTICO N°1: Sentado en una silla el estudiante debe responder los siguientes ejercicios en su mente o con la ayuda de un papel. Cuando el resultado sea número impar corre a la derecha y si el número es par corren a la izquierda.

SUMO Y ME DESPLAZO: El estudiante se ubica libremente en el espacio. Un familiar dice un problema matemático que puede ser una suma o una resta, el estudiante realiza el ejercicio. Si el resultado es mayor a 10 el estudiante debe correr hacia adelante y hacia atrás. Si el resultado es menor a 10 el estudiante debe realizar 15 saltos en el lugar con los pies juntos.

PENAL MATEMÁTICO: El árbitro de este juego (familiar) debe anotar problemas matemáticos, sumas y restas de uno a dos dígitos. El árbitro debe dar una señal para comenzar el juego, cuando el árbitro da la señal el estudiante tiene 20 segundos para realizar el problema matemático, si el estudiante realizar de buena manera el problema debe patear el balón al arco (imaginario), si el estudiante no logra realizar el problema en los 20 segundos el árbitro patea el balón al arco. El jugador que logre 5 goles es el ganador.

CUELTAN DIFERENTES FORMAS DE DESPLAZARNOS SIN SALTAR. Utilizando primero los pies y posteriormente otras partes del cuerpo.

Ejecutan ejercicios de respiración acompañando el ciclo con movimiento de brazos y manos, realizan ejercicios de flexibilidad.
Hidratarse durante se realizan los ejercicios.

Inhalar: Subir brazos y mantener la respiración
Exhalar: Bajar brazos y dejar salir el aire.



Enviar ticket de salida al siguiente correo: Marcos.lucero@colegio-jeanpiaget.cl



Recomendaciones para realizar esta actividad:

- 1.-Contar con ropa cómoda para realizar los ejercicios (buzo del colegio)
- 2.-Contar con hoja de registro(si no está impresa,la puedes realizar en tu cuaderno de educación física).
- 3.-Utilizar un espacio seguro.
- 4.- Contar con botella con agua para hidratarse.
- 5.-Contar con toalla para secar el sudor.
- 6.-Realizar pausa cada vez que te sientas cansado,lo importante es cumplir con el ejercicio.
- 7.- Lavarse las manos y la cara después de la clase.
- 8.-Recordar completar ticket de salida,fotografiar y enviar al correo del profesor.

ticket de salida: Responde las siguientes preguntas

TICKET DE SALIDA

1.- ¿En qué deporte se debe patear el balón para lograr un gol?

2.- ¿Qué problema matemático te costó realizar? ¿Si fue suma o resta, explica por qué?

3.- ¿Cómo se sintió tu cuerpo antes y después de realizar los ejercicios? Menciona 3 sensaciones.

Invita a tu familia que participe contigo

¡¡ÁNIMO!!



#LAVATELASMANOS