



GUÍA Nº2 EDUCACIÓN FÍSICA 1º BÁSICO ABRIL 2021

Nombre: _____ Curso: _____ Fecha: _____

OBJETIVO DE APRENDIZAJE:

OA 11 Practicar actividades físicas, demostrando comportamientos seguros, como realizar un calentamiento mediante un juego, escuchar y seguir instrucciones, etc.

OA 02 Ejecutar acciones motrices con relación a sí mismo, a un objeto o un compañero, usando diferentes categorías de ubicación espacial y temporal, como derecha, izquierda, adelante, atrás, arriba, abajo, adentro, afuera, al lado, antes, durante, después, rápido y lento.

CONTENIDOS: Nociones espaciales – Acciones motrices.

ACTIVIDADES: Junto a un adulto lee el siguiente texto y posteriormente desarrolla la actividad que se indica.

NOCIONES ESPACIALES

Cuando realizamos actividad física es muy importante que realicemos los ejercicios como se nos indica y en el orden solicitado, para que los efectos en nuestro cuerpo sean los que se buscan con la actividad que estamos realizando de manera de evitar lesiones y accidentes, más ahora que trabajamos de manera online.

Para que nuestras clases las realicemos sin dificultad lo primero que debemos conocer son las nociones espaciales, te estarás preguntando ¿Qué son las nociones espaciales? Bueno la verdad es algo que ya conoces y es muy sencillo; son conceptos, palabras que utilizamos para expresar dónde se encuentran las cosas, donde estamos nosotros o donde debemos mover alguna parte de nuestro cuerpo o todo nuestro cuerpo. Algunas palabras que vamos a utilizar son: arriba, abajo, derecha, izquierda, adelante, atrás, adentro, afuera, etc.

Te invito a observar el siguiente video que nos mostrara ejemplos de lo que hemos visto sobre las nociones espaciales, espero lo disfrutes.

<https://www.youtube.com/watch?v=KAVQtWeZ0t4>



GUÍA Nº2 EDUCACIÓN FÍSICA 1º BÁSICO ABRIL 2021

Nombre: _____ Curso: _____ Fecha: _____

Instrucciones: Observa las imágenes y encierra en un círculo la instrucción que se indica.

1.- Manos arriba



2.- Manos adelante



3.- Manos abajo



Recuerda archivar la guía en una carpeta.