



EDA 3-Actividad 2	"Rehusando materiales cuidamos el medio ambiente"
Fecha	Del 09 de mayo al 13 de mayo
EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE	"EXPLORAMOS Y CUIDAMOS EL ESPACIO NATURAL Y SOCIAL DONDE VIVIMOS"
Propósito	Que las(los) estudiantes identifiquen su frecuencia cardiaca al realizar el juego lúdico, y la diferencia en estado de reposo y al realizar actividad física.
Criterio de Evaluación	Selecciona y propone ejercicios de calentamientos antes de realizar los ejercicio físicos propuestos.

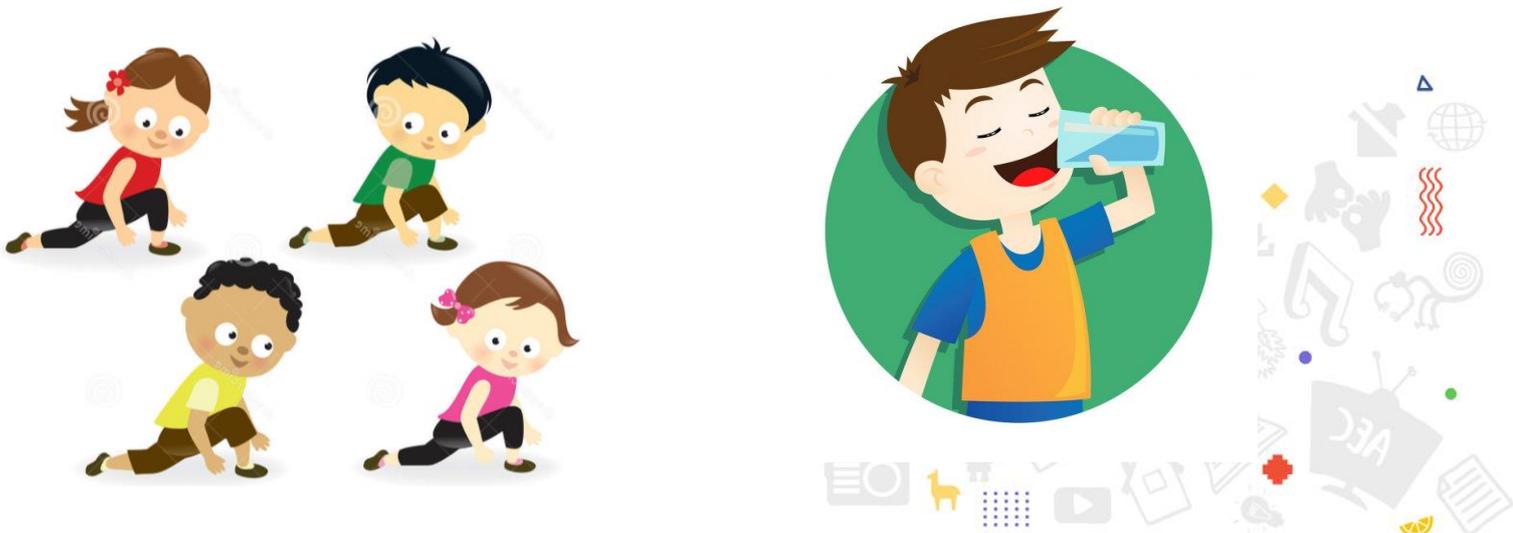


Materiales:

- Tomatodo con agua (hidratarse)
- Cuerdas, conos, platillos, aros, balones.

Acción 1: Calentamientos e hidratación

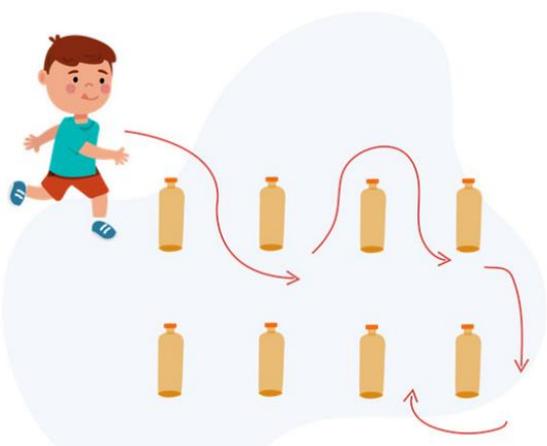
En esta primera actividad realizaremos los ejercicios de calentamiento, tales como saltos, trotes, estiramientos, etc. A fin de preparar nuestro cuerpo para la actividad física, luego realizaremos una breve hidratación para estar en óptimas condiciones físicas al realizar nuestras actividades.



Acción 2: Rehusando materiales cuidamos el medio ambiente

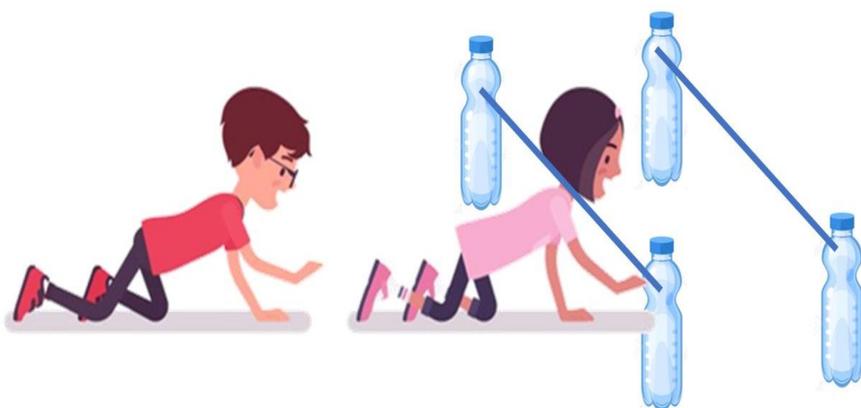
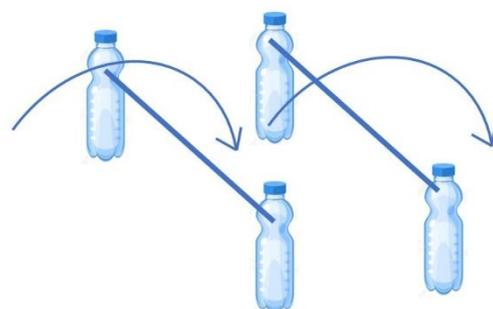
Luego de realizar los ejercicios de calentamientos, realizamos los siguientes circuitos motrices con material reciclado, para ello realizamos los siguientes pasos:

- ✓ Recogemos los materiales solicitados (botella de plástico con hueco y palos de escobas)
- ✓ Ubicamos un espacio adecuado en el patio, de preferencia amplio.
- ✓ Dividimos a los estudiantes en un grupo.
- ✓ Organizamos circuitos motrices como se muestran en la imagen:



Se colocan las botellas en forma de Zigzag, los estudiantes deberán de esquivar todas las botellas.

Se colocan las botellas con los palos de escobas, los estudiantes deberán de saltar cada obstáculo



Se colocan las botellas con los palos de escobas, los estudiantes deberán arrastrarse por debajo sin tocar el palo de escoba



