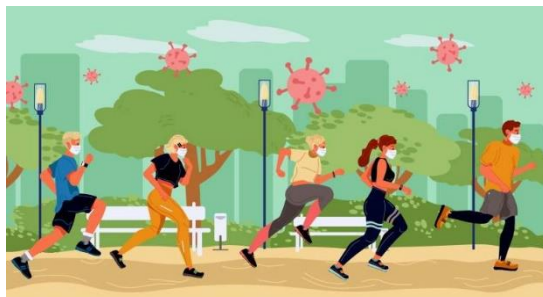


EDUCACIÓN FÍSICA



1° GRADO

ACTIVIDAD 3	"Presentamos nuestro protocolo de Bioseguridad"			
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	"PRESENTAMOS NUESTROS PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD"			
PROPÓSITO	Que los estudiantes presentan "los protocolos de bioseguridad"			
CRITERIO DE EVALUACIÓN	Los estudiantes presentan sus "protocolos de bioseguridad"			
ÁREA:	EDUCACIÓN FÍSICA	Grado	Primero	Fecha: 04 AL 08/04/2022

MOTIVACIÓN

Saludo:

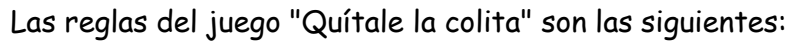
DINÁMICA: "LA SERPIENTE" a ritmo de la canción todos imitamos, la docente canta y todos sentados vamos repitiendo:

Soy una serpiente que anda por el bosque buscando una parte de su cola ¿quiere ser Ud. ¿Una parte de mi cola? Y este pasa por debajo de las piernas y se coloca atrás y siguen desplazándose cantando hasta que todos los estudiantes participen.

ACCIÓN 2 - ACTIVACIÓN CORPORAL



Ahora viene el calentamiento: la activación corporal es importante porque nos ayudará a ser más flexibles, además nos ayuda a evitar dolores musculares y lesiones. Y muy importante tener una botella de agua, para estar hidratados. (antes, durante y después de cada actividad física) Realizar movimientos articulares, pequeños saltos, trotes, etc. y estiramientos en general.



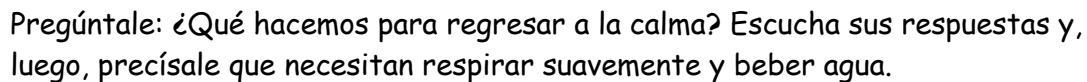
No empujarse

No jalar el polo, ni cabello

Los jugadores deben colocarse 3 cintas o pañuelos en la pretina de la cintura del pantalón, y dejar caer el otro extremo, como si fuera una "colita".

La idea es quitar a los demás sus "colitas", acumular la mayor cantidad de ellas y evitar que les quiten las suyas.

- Repitan el juego las veces que lo deseen.



Al terminar el juego, pídele que coloque sus dos manitos sobre su pecho y pregúntale: ¿Cómo te sientes? Luego, indícale que se toque la cabeza y te cuente cómo la siente. Con este fin, pregúntale: ¿Está caliente?, ¿está húmeda? ¿Por qué crees que sucede eso? Escucha con atención lo que te mencione.

- Explícale que cuando corremos, hacemos ejercicios o jugamos, nuestro corazón late muy rápido y hace que empecemos a sentir calor y sudar; además, que es muy bueno hacer ejercicios para mantenernos fuertes y sanos.

Autoevaluación

Instrumento de Evaluación	Ficha de Cotejo		
Criterios de Evaluación	Lo logré	Lo estoy intentando	Necesito apoyo
Considera dicho entorno como seguro para crear nuevos retos.			
Reconoce la importancia de los acuerdos de bioseguridad.			