

EDUCACIÓN FÍSICA



1° GRADO

ACTIVIDAD 1	" Congelados"		
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	"DESCUBRIMOS LA IMPORTANCIA DE LOS ACUERDOS MEDIANTE UN JUEGO"		
PROPÓSITO	Que los estudiantes mediante el juego descubran la importancia de los acuerdos y como estos impactan positivamente.		
CRITERIO DE EVALUACIÓN	El estudiante mediante un juego lúdico comprende la importancia de los acuerdos		
ÁREA:	EDUCACIÓN FÍSICA	Grado	Primero
		Fecha:	28 AL 01/04/2022

ACCIÓN 1 - MOTIVACIÓN

Saludo:

DINÁMICA: "EL SOLDADITO" a ritmo de la canción todos imitamos, la docente canta y todos repiten:

Este es el baile del calentamiento, vamos a hacer lo que diga el sargento, jinetes a la carga una mano, (repetimos) la otra (repetimos) el pie, otro pie la cabeza, todo el cuerpo.

ACCIÓN 2 - ACTIVACIÓN CORPORAL



Ahora viene el calentamiento: deben saber que La Activación corporal, es muy importante porque te ayudará a ser más flexible y el entrenamiento resulte más eficiente, también nos ayuda a evitar dolores musculares y lesiones. Y muy importante tener una botella de agua, para hidratarnos.

Realizar movimientos articulares, pequeños saltos, trotes, etc. y estiramientos en general.

ACCIÓN 3 - juego "CONGELADOS"

Las reglas del juego "congeladas" son las siguientes:

Los jugadores deben elegir de entre ellos a dos compañeros que serán el que "congelará" a los demás.

Estando los jugadores reunidos, a la señal del docente (contar hasta tres, sonar un silbato) todos empezarán a correr en cualquier dirección.

los jugadores designados para congelar al resto irán detrás de los jugadores, quienes deberán evitar ser tocados por ellos.

En cuanto el jugador designado para congelar al resto toque a algún jugador, este quedará "congelado": deberá detenerse y permanecer en la posición en la que estaba cuando fue tocado.

Un jugador puede descongelar a otro que ha sido congelado tocándolo.

El juego termina cuando todos los jugadores han sido congelados. El último jugador en ser congelado pasa a ser el encargado de congelar al resto.

Al ritmo de la canción "congelados" nos movemos y nos desplazamos por todo el espacio que tenemos a nuestro alrededor. La docente dará las indicaciones: y así las y los niños eligen la postura que más les guste y se quedarán muy quietos, si se mueven perdieron y se tendrán que retirar.



Respondemos las siguientes interrogantes:

¿Cómo se han sentido?

¿te desplazaste con facilidad?

¿Qué dificultades tienes al desplazarte?

¿Qué variantes podemos utilizar en este juego?

Autoevaluación

Instrumento de Evaluación	Ficha de Cotejo		
Criterios de Evaluación	Lo logré	Lo estoy intentando	Necesito apoyo
Identifico mi lado izquierdo y derecho			
Comprende la importancia de los acuerdos			