



CLASE POR CONTINGENCIA SANITARIA COVID-19

Asignatura	Educación física
Curso	1° básico
Docente de Asignatura	Michel Quintanilla Riffo
Semana de cobertura	19 al 23 octubre
Objetivo/s de aprendizaje tratados	OAo1.- Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en una variedad de juegos y actividades físicas, como saltar con dos pies consecutivamente en una dirección, lanzar un balón hacia un compañero, caminar y correr consecutivamente, lanzar y recoger un balón, caminar sobre una línea manteniendo el control del cuerpo, realizar suspensiones, giros y rodadas o volteos.
Objetivo de la sesión de trabajo	Unidad 3 Expresión de ideas, estados de ánimo y emociones, por medio de movimientos corporales. Práctica de juegos tradicionales y diversas actividades lúdicas

Descripción de actividades de la sesión		
FASE	DESCRIPCIÓN	RECURSOS
INICIO	Inicio: Los estudiantes ejecutarán el baile La Cueca . Se evaluará con video u/o en clases online. Comenzarán con calentamiento antes de realizar la actividad con movimientos de cuerpo y sus articulaciones.	Espacio físico

Desarrollo: Desarrollo: Se explica una breve reseña de la **cueca**, se postula que ésta provenía de la zamacueca, baile peruano derivado de la samba, de influencia africana y criolla, y que había llegado a **Chile** en el siglo XIX, precisamente hacia el año 1824, adquiriendo características propias. Mientras que en la cultura rural se relaciona con el coloquio de un gallo con una gallina con el afán de conquistarla.



El docente muestra algunos pasos básicos de la cueca. Luego los invita a hacer la siguiente secuencia:

- **Se explica el movimiento del pañuelo.** El varón lo mueve como si fuese un lazo y la dama hace un ocho con el pañuelo.

DESARROLLO

Los pasos de la cueca que nunca debes olvidar

- 1- Invitación:** el varón invita a la dama a bailar un pie de cueca.
- 2- Paseo:** Al ritmo de la música, la pareja da un breve paseo por la pista de baile.
- 3- De frente:** "Una vez terminado el paseo, la pareja se coloca frente a frente y **ambos aplauden al ritmo de la música y comienza el baile sólo cuando empieza el canto**"
- 4- Inicio y vuelta:** **El comienzo es una gran vuelta completa. La más común es la redonda** (24 tiempos), regresando al punto de partida (ambos se mueven hacia el lado derecho, haciendo un círculo uno frente al otro hasta llegar al punto de partida, donde deben hacer un contra giro en el puesto hacia el lado derecho).
- 5- (Movimiento en forma de medias lunas de un lado al otro, sin pasar el eje central** en 22 tiempos musicales). El varón sigue a la dama de acuerdo al costado que ella escoge para iniciar.
- 6- Cuando en el canto se grita "vuelta", Cambio de lado en forma de "S"** por el lado derecho para terminar en el lugar que ocupaba el otro".
- 7- Después de la vuelta** el movimiento es el **Cepillado o escobillado**, uno frente al otro (16 tiempos)
- 8- Al grito de "vuelta" Nuevamente cambio de lado en forma de "S"** (8 tiempos) vuelven a ocupar su sitio original.
- 9- Zapateo** (ocho tiempos) En medialuna el hombre golpea fuertemente el piso con el taco mientras, en la dama, el zapateo es más suave.
- 10- Vuelta de acercamiento o remate:** Al grito de "vuelta" o "última", la pareja deja de zapatear y realizan un movimiento circular hacia el centro de la pista, hasta quedar juntos. **dibujando una pequeña "S" por la derecha, para finalmente tomarse del brazo.**
- 11- Final:** La pareja queda junta en medio de la pista. Esto debe coincidir con el fin de la música.

Espacio físico

Radio, pc y/o celular.

	<p>Confección de una ratonera para desarrollar su coordinación fina a través de actividad óculo-manual.</p>  <p>Materiales: Una (1) caja de cartón de preferencia de zapatos o similar en tamaño. Una (1) tijera Plumón o lápiz punta gruesa Tener entre 6 a 10 bolitas de cristal</p> <p>Este juego permite socializar con familia, practicar las sumas y restas y desarrollar la tolerancia. Además, no se requiere un gran espacio para realizar actividad solo ganas de jugar y pasarlo bien.</p>	
<p>CIERRE</p>	<p>Cierre: después de haber realizado actividades el curso debe comentar lo aprendido y deben preocuparse de su higiene e hidratación. Comentar la relación con asignatura de Música, artes, matemáticas y otros. -Muestra pasos básicos de la cueca.</p> <p>Correo o mail a: michel.quintanilla@colegiomanuelrodriguez.cl</p>	<p>Jabón mascarilla</p>
<p>complemento</p>	<p>https://www.youtube.com/watch?v=YMJTrK-s-Hg https://www.youtube.com/watch?v=l3ae9VYxgGc</p>	<p>Celular pc</p>