



CLASE POR CONTINGENCIA SANITARIA COVID-19

Asignatura	Educación física
Curso	4° básico
Docente de Asignatura	Michel Quintanilla Riffo
Semana de cobertura	17 al 21 agosto
Objetivo/s de aprendizaje tratados	OAo11.- Practicar actividades físicas, demostrando comportamientos seguros, como: participar en actividades de calentamiento en forma apropiada; escuchar y seguir instrucciones; mantener su posición dentro de los límites establecidos para la actividad; asegurar que el espacio está libre de obstáculos.
Objetivo de la sesión de trabajo	Unidad 3.- Práctica de juegos predeportivos y actividades rítmicas y lúdicas. Dar regularidad a la actividad física de los alumnos con guía del docente.
Fecha de entrega productos de la sesión	21 agosto

Descripción de actividades de la sesión		
INTRODUCCIÓN AL TEMA: La actividad física saludable		
FASE	DESCRIPCIÓN	RECURSOS
INICIO	Inicio: Los niños as ejecutaran actividades de desplazamientos de distintas formas y direcciones a través del baile La Mazamorra	Espacio físico entorno

DESARROLLO	<p style="text-align: center;">Desarrollo de la clase</p> <p>Inicio: Los niños as ejecutarán actividades de desplazamientos de distintas formas y direcciones a través del baile La Mazamorra</p> <p>Desarrollo: Este baile se desarrolla para las damas con la mano en la cintura y para los varones con la mano en la espalda, consiste en que el varón debe conquistar a la mujer que hace el papel de "paloma". El paso principal es levantar periódicamente un pie y luego el otro dando pequeños saltos, luego se gira en un pie mientras el otro pie se levanta a medida que el giro avanza, posteriormente se forma un ocho con las respectivas parejas, se repite el paso principal, se agregan pasos de polca y para finalizar se repite lo bailado en la primera estrofa.</p> <p>Vestimenta: Para el baile como la mazamorra se ocupa una vestimenta muy común para los bailes folclóricos aquí en Chile, la vestimenta femenina de este baile consiste de un vestido colorido o con un estampado de flores que en la mayoría de los casos llega hasta la rodilla y con unos zapatos negro de tacón y charol y en los hombres pudimos observar mayoritariamente el uso de un pantalón de tela negra en algunas ocasiones, ellos también utilizan una chaqueta de tela blanco o negra y en otras ocasiones usan ponchos con camisas blancas y zapatos negros.</p> 	Espacio físico Radio, pc o celular.
CIERRE	<p>Cierre: El alumno debe comentar a su familia lo aprendido o practicar con ellos. Mantener buenos hábitos de higiene, posturales y vida saludable. Uso de mascarilla y lavarse las manos</p> <p>Correo: michel.quintanilla@colegio-manuelrodriguez</p>	Toalla Jabón



complemento	https://www.youtube.com/watch?v=MloPCBsU6wU https://www.youtube.com/watch?v=HLMEZF4qij8 https://www.youtube.com/watch?time_continue=3&v=HHKaPS5XxOE&feature=emb_title	Pc celular
-------------	---	---------------