**GUÍA DE EDUCACIÓN FÍSICA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Nombre: | Curso: 3°A 4°A  | Fecha: semana N°23 |
| **¿QUÉ APRENDEREMOS?** |
| **Objetivos de Aprendizajes:** 09, 07,05 |
| **Contenidos:**OA 09: Reconocen el cuidado del agua como algo cotidiano OA 07: Incorporan una variedad de actividades y juegos tradicionales de su vida diariaOA 05:Ejecutan movimientos en respuesta a diferentes ritmos y músicas  |

**¿Qué necesito saber?**

En esta guía veremos qué tan lejos han llegado para seguir adelante.

¡¡Intenta hacer lo mejor posible!!



La siguiente guía está adaptada para escribir las actividades en un cuaderno y luego enviar una foto al WhatsApp de la profesora Mabel +56941046620, donde se debe ver el nombre y curso del alumno o alumna.



**I.- Colorea sólo los alimentos saludables y regístralos en la tabla N°1**

|  |
| --- |
| Nombres de los alimentos saludables |
| 1.- |
| 2.- |
| 3.- |
| 4.- |
| 5.- |
| 6.- |
| 7.- |
| 8.- |

**II.- Une con una línea el dibujo con el nombre del juego tradicional**



SALTAR A LA CUERDA



 YOYO



LUCHE



 EL GATO

TROMPO

BOLITAS

ELEVAR VOLANTÍN

III.- Partes de cueca según la música

**Realiza un video** de una coreografía individual de cueca solo con los pasos básicos y realizando los siguientes pasos que se enumeran a continuación:

1. Paseo⇒ ⇒ Se inicia cuando todos los instrumentos están sonando en la introducción musical. El varón va a buscar a la dama, generalmente son cuatro
2. Aplauso ⇒ Después del paseo el varón deja a la dama frente suyo y comienzan a aplaudir hasta que comience la letra de la canción
3. Vuelta inicial ⇒ Al escuchar la letra de la canción, ambos bailarines realizan deslizado dibujando en el suelo un círculo hasta llegar a su lugar de inicio
4. Media Luna ⇒ La dama dibuja en el suelo una media luna y el varón la sigue hasta la primera vuelta. En general son entre seis a ocho
5. Vuelta 1 ⇒ Dentro de la cueca hay un cambio de ritmo utilizando un instrumento, como un acordeón, tormento o arpa, o en algunas canciones dice “vuelta” y los bailarines se cambian de lado dibujando un S o medio 8
6. Escobillado ⇒ Dama: con la punta del pie desliza por delante de su otro pie realizando una flecha.

 Varón: realiza un pequeño brinco cruzando su pierna por el frente y también puede realizar el paso de la dama

1. Vuelta 2 ⇒ Al igual que la primera, cambian de lado al cambio de ritmo o cuando dicen “vuelta”
2. Zapateo ⇒ Ambos con el taco del zapato marcan un doble ritmo, el varón lo realiza con distintas variaciones y mucha destreza
3. Vuelta final ⇒ El varón realiza una media luna y se queda en el centro esperando que la dama realice más o menos tres cuartos del círculo para tomarse del brazo

