

GUIA EDUCACION FISICA Y CIENCIAS NATURALES

1° BÁSICO

PROFESORA VIVIANA BURGOS HERNÁNDEZ

SEMANA DEL 31 AL 04 DE SEPTIEMBRE

-Practicar los siguientes ejercicios, siguiendo los ejemplos.

-Realizar cada ejercicio unos 2 a 3 minutos.

-Repetir la rutina dos veces a la semana.

-Tomar todas las medidas de seguridad.

EJERCICIO	DIBUJO	EJERCICIO	DIBUJO	EJERCICIO	DIBUJO	EJERCICIO	DIBUJO
Camino suavemente sobre talones y puntas de pie		Camino con gran movimiento de brazos.		Camino con movimiento de brazos adelante y atrás.		Camino elevando piernas.	
Camino flexionando el tronco hasta tocar los pies.		Troto elevando rodillas		Trote elevando talones a glúteos		Corro haciendo círculos con los brazos hacia adelante, hacia atrás.	
Me desplazo lateralmente cruzando piernas		Corro en zig-zag		Trote o corro en zigzag por entre mis compañeros		Realizo skipping en el puesto y de salida	
Correr sobre compañeros tumbados		Trotar y subir escaleras		Doy saltos y caigo en semiflexión		Salto en el puesto abriendo y cerrando mis piernas.	

CIENCIAS NATURALES

-Aplican lo aprendido sobre los diversos materiales: dibujan, escriben, pintan, identifican y experimentan

-Desarrollan las páginas del cuaderno de actividades: 67 -68 – 69 – 70 – 71

Observa esta página en YouTube

<https://www.youtube.com/watch?v=Tx2y3BPiV6g&t=179s>

