



UNIDAD III

JUEGOS PREDEPORTIVOS Y DANZAS TRADICIONALES

EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD

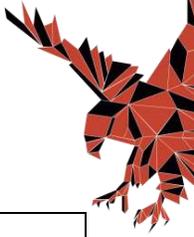
3° BASICO

Apoderad@:

En el cuadro a continuación encontrará una guía resumida para ayudar al estudiante a llevar a cabo la Unidad III.

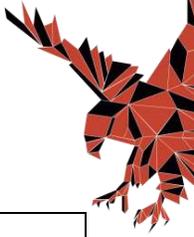
A partir de la columna “Semana” y “Tema y Pág. del Libro” podrá orientarse respecto del orden de las actividades, así como del lugar para encontrar los contenidos directamente en el texto de la asignatura. Adicionalmente, acompañamos esa indicación con la descripción del objetivo a modo de que Ud. tome conocimiento de lo que estamos trabajando con el estudiante, como de las soluciones a las actividades para que pueda revisarlas. Finalmente, en la columna “Material Complementario” incorporamos archivos adicionales con Clases y Guías para dedicados exclusivamente para profundizar en el objetivo trazado.

SEMANA	OBJETIVO	TEMA	SOLUCIONARIO	MATERIAL COMPLEMENTARIO
31 de agosto al 04 de septiembre.	<ul style="list-style-type: none">• 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.• Ejecutar movimientos o elementos de danzas tradicionales de forma coordinada, utilizando actividades rítmicas y lúdicas de forma	<ul style="list-style-type: none">• Familiarización de nuestras costumbres y Folclore nacional.• Juegos típicos Criollos Nacionales		Capsula: Guía 1 Directrices unidad N°3



	individual o grupal			
07 de septiembre al 11 de septiembre.	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • Ejecutar movimientos o elementos de danzas tradicionales de forma coordinada, utilizando actividades rítmicas y lúdicas de forma individual o grupal. 	<ul style="list-style-type: none"> • Danza Folclórica y costumbres a nivel Nacional • Juegos típicos 		<p>Retroalimentación Pasos Básicos y juegos típicos</p> <p>Guía N°2</p>
21 de septiembre al 25 de septiembre.	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	<ul style="list-style-type: none"> •Secuencia de pasos de la cueca •Juegos típicos 		<p>Capsula: Secuencia de pasos baile La Cueca</p> <p>Guía N°3</p>

	<p>una línea manteniendo el control del cuerpo, realizar suspensiones, giros y rodadas o volteos.</p> <ul style="list-style-type: none"> Ejecutar movimientos o elementos de danzas tradicionales de forma coordinada, utilizando actividades rítmicas y lúdicas de forma individual o grupal. 			
<p>28 de septiembre al 02 de octubre</p>	<ul style="list-style-type: none"> 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. Ejecutar movimientos o elementos de danzas tradicionales de forma coordinada, utilizando actividades rítmicas y lúdicas de forma individual o grupal. 	<ul style="list-style-type: none"> Secuencia de la Cueca Juegos típicos 		<p>Retroalimentación Pasos Básicos y juegos típicos</p> <p>Guía N°4</p>
<p>05 de</p>	<ul style="list-style-type: none"> Demostrar habilidades motrices 	<ul style="list-style-type: none"> Finalización estructura de la 		<p>Capsula: Secuencia de pasos baile La Cueca</p>



<p>octubre al 09 de octubre</p>	<p>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.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar movimientos o elementos de danzas tradicionales de forma coordinada, utilizando actividades rítmicas y lúdicas de forma individual o grupal. 	<p>cueca</p> <ul style="list-style-type: none"> • Evaluación Formativa juegos típicos chilenos. 		<p>Guía N°5</p>
--	--	--	--	------------------------



NORTH AMERICAN COLLEGE
HACIA UN FUTURO CON FE
BUILD YOUR FUTURE WITH FAITH

UNIDAD 3: JUEGOS PREDEPORTIVOS Y DANZAS TRADICIONALES (EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD) (3° BÁSICO)

**Guía N°1 Educación física y salud
31 de agosto al 04 de septiembre.**

Objetivo de aprendizaje: Ejecutar movimientos o elementos de danzas tradicionales de forma coordinada, utilizando actividades rítmicas y lúdicas de forma individual o grupal.



Actividad 1: Historia breve e introducción a la coreografía y pasos básicos de nuestra danza Nacional “La Cueca “

ORÍGEN DE LA CUECA

- 🎵 En Chile se baila la cueca, aproximadamente desde 1824. Aunque por aquellos años su nombre era simplemente “La chilena”, muy parecida a la zamacueca peruana.
- 🎵 Con los años, y junto con el afianzamiento de Chile como República, se fue popularizando cada vez más.
- 🎵 El 18 de septiembre de 1979, bajo el gobierno militar de la época, según Decreto N° 23, se estableció que la Cueca sea la Danza Nacional de Chile.

www.free-power-point-templates.com



Actividad 2: Conociendo la estructura de la Cueca, como se baila



A continuación, por medio de la imagen podrás reconocer las fases y estructura de nuestra danza "La Cueca "





Guía N°02
Educación física y salud.
07 de septiembre al 11 de septiembre.

Objetivo de aprendizaje: Ejecutar movimientos o elementos de danzas tradicionales de forma coordinada, utilizando actividades rítmicas y lúdicas de forma individual o grupal.

Actividad 1: Ejecutar movimientos y desplazamientos de la danza tradicional “La Cueca” utilizando actividades rítmicas de forma individual.

Calentamiento: Aplicar movilidad articular y elongación.

Fases de la Cueca:

- _ Floreo
- _ Desplazamiento y entrada (redonda)
- _ Pasos básicos

Actividad 2: Aplicación de juegos Típicos Chilenos

Reto,” La Cuchara y el Huevo”

Debes colocar una cuchara en tu boca con un huevo o pelotita de papel, y desplazarte de un punto a otro.

Variantes: colocar obstáculos y desplazarte en Zig-Zag.

Guía N°3
Educación física y salud
21 de septiembre al 25 de septiembre.

Objetivo de aprendizaje: Ejecutar movimientos o elementos de danzas tradicionales de forma coordinada, utilizando actividades rítmicas y lúdicas de forma individual o grupal

Actividad 1: Ejecutar movimientos y desplazamientos de la danza tradicional “La Cueca” utilizando actividades rítmicas de forma individual.

- _ Entrada (redonda)
- _ Media Luna
- _ Vuelta
- _ Escobillado

Actividad 2: Juego típico “El Emboque” Confeccionar juegos típicos con material reciclable (emboque)

Descripción de la confección: Cortar la **botella** en 2, dejando la parte del gollete de unos 25 cm aproximadamente. Con el papel de diario **hacer** una pelota del porte aproximado de una pelota de ping pong. Cubrirla de masking tape o cinta adhesiva. Unir la pelota con un extremo.



Materiales:

- _ Botella de plástico
- Lana y scotch, Pelotita de ping-pong o una de papel



Guía N°4
Educación física y salud
28 de septiembre al 02 de octubre.

Objetivo de aprendizaje: Ejecutar movimientos o elementos de danzas tradicionales de forma coordinada, utilizando actividades rítmicas y lúdicas de forma individual o grupal

Botella plástica.

Actividad N°1: Ejecutar movimientos rítmicos de forma individual, seguiremos con la secuencia del baile Nacional la cueca.

1. Entrada (redonda)
2. Media Luna
3. vuelta
4. escobillado.

Actividad N°2: juego típico “El Emboque”

El juego consiste en tomar la botella de forma vertical con una mano, de manera que la **(pelotita)** quede colgando. Con el movimiento del brazo debes balancear la pelotita hasta lograr entrar al agujero.

Guía N°5
Educación física y salud.
05 de octubre al 09 de octubre.

Objetivo de aprendizaje: Ejecutar movimientos o elementos de danzas tradicionales de forma coordinada, utilizando actividades rítmicas y lúdicas de forma individual o grupal

Actividad N°1: Ejecutar movimientos rítmicos de forma individual, seguiremos con la secuencia del baile Nacional la cueca.

1. Entrada (redonda)
2. Media Luna
3. vuelta
4. escobillado.
- 5 vuelta
- 6.-zapateo.



Actividad N°2: Evaluación Formativa circuito de juegos típicos. “Yincana”

Formato de Evaluación: video.

Fecha de entrega: 15 de octubre

Yincana

- 1) Saltos a pies juntos sobre los conos (simulando carrera de sacos): El estudiante debe ir saltando uno a uno los conos (botellas, zapatillas, etc.) hasta llegar al otro extremo y volver al comienzo.



2) Carrera cuchara y huevo: tomar la cuchara y la pelotita (papel, plástica) debe ir y volver en zigzag





3) Emboque: ¡Debe tomar el emboque y realizar 3 aciertos y gritar viva Chile!!!



Felices fiestas patria mis queridos estudiantes, y a pasar esta celebración juntos en casa con nuestros seres queridos.

Good luck

