



## Guía N° 19: Juego de Colaboración y oposición.

### Educación Física y Salud 1° Básico.

#### Juegos predeportivos - deportes.

**Nombre:** \_\_\_\_\_ **curso:** \_\_\_\_\_ **Fecha:** \_\_\_\_\_

<b>OA:</b>
<b>OA 03:</b> Practicar una amplia gama de juegos con y sin oposición, con y sin colaboración, de persecución, individuales y colectivos. <b>OA 11:</b> Practicar actividades físicas, demostrando comportamientos seguros como: realizar un calentamiento mediante un juego; escuchar y seguir instrucciones; utilizar implementos bajo supervisión; mantener su posición dentro de los límites establecidos para la actividad. <b>OA 09:</b> Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como lavarse las manos y la cara después de la clase, mantener una correcta postura y comer una colación saludable antes y después de practicar actividad física.
<b>INDICADORES:</b>
<b>OA 03:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Conocer trabajo en equipo</li><li>- Ejecutar movimientos relacionados al juego.</li></ul> <b>OA 11:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Identifican si el lugar donde van a realizar la clase está libre de obstáculos.</li><li>- Siguen las instrucciones.</li><li>- Utilizan los implementos de forma segura.</li></ul> <b>OA 09:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Identifican la importancia de lavarse la cara y las manos al término de la clase.</li><li>- Identifican la importancia de beber agua antes, durante y después de la actividad física.</li></ul>

### **¿Qué es el Acrosport?**

El Acrosport es una actividad física que por sus características técnicas permiten su uso en la educación como un contenido apropiado para ser trabajado en el núcleo de expresión corporal. Va a permitir al alumnado a expresarse creativamente con su cuerpo y experimentar sensaciones y actitudes responsables hacia su cuerpo y hacia el de los compañeros. Se puede definir la palabra acrosport, como un deporte acrobático realizado con compañero o en grupo, mediante la combinación de pirámides humanas, saltos acrobáticos y elementos coreográficos, donde el cuerpo realiza varias funciones claramente determinadas.

**En el acrosport se integran los siguientes elementos fundamentales:** ☒

- Formación de figuras o pirámides corporales que requieren fuerza, flexibilidad, propulsión y equilibrio.
- La música, que apoya al componente coreográfico.
- Acrobacias y elementos de fuerza, flexibilidad y equilibrios como transiciones de una figura a otras.
- Elementos de danza, saltos y piruetas gimnásticas como componente coreográfico, que le otorga a este deporte el grado de artístico.



## Actividad.

**Sigue muy atento las siguientes instrucciones:**

- 1.- Busca un lugar seguro donde puedas realizar la actividad.
- 2.- Pide a tu familia que participe y te ayude a completar la tarea.
- 3.- Observen bien el video que dejaré como material; en el encontrarás distintas figuras y pirámides humanas.
- 4.- Según los participantes de tu familia, practiquen las figuras (escojan figuras según la cantidad de participantes).
- 5.- Cuando ya hayan practicado escojan 3 figuras (las que Uds. consideren que mejor salen).
- 6.- Realicen la figura y que otro integrante de la familia les tome la foto (REALIZANDO LA PIRAMIDE QUE ESCOGIERON), recuerden que son 3 figuras diferentes.
- 7.- Cuando ya tengas listas tus 3 fotos con las 3 figuras, envía tu trabajo al correo [profecamiefi@gmail.com](mailto:profecamiefi@gmail.com) indicando tu NOMBRE Y APELLIDO, CURSO Y NUMERO DE GUIA.
- 8.- Ordena el lugar donde realizaron la actividad y realiza tus hábitos de higiene personal.

### **REALIZA TU AUTOEVALUACIÓN:**

Responde SÍ O NO marcando con una X.

PREGUNTAS	SÍ	NO
¿Te preocupaste de realizar la actividad en un lugar seguro?		
¿Participaste junto a tu familia?		
¿Les costó mucho elegir una figura?		
¿Lograron realizar las 3 figuras?		
¿Trabajaron en equipo?		
¿Realizaste tus hábitos de higiene personal luego de la actividad?		
¿Te gusto la actividad?		

