



Guía N° 19: Juego de Colaboración y oposición.

Educación Física y Salud 1° Básico.

Juegos predeportivos - deportes.

Nombre: _____ **curso:** _____ **Fecha:** _____

OA:
OA 03: Practicar una amplia gama de juegos con y sin oposición, con y sin colaboración, de persecución, individuales y colectivos. OA 11: 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. OA 09: 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.
INDICADORES:
OA 03: <ul style="list-style-type: none">- Conocer trabajo en equipo- Ejecutar movimientos relacionados al juego. OA 11: <ul style="list-style-type: none">- Identifican si el lugar donde van a realizar la clase está libre de obstáculos.- Siguen las instrucciones.- Utilizan los implementos de forma segura. OA 09: <ul style="list-style-type: none">- Identifican la importancia de lavarse la cara y las manos al término de la clase.- Identifican la importancia de beber agua antes, durante y después de la actividad física.

¿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 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?		

