



## **GUIA N° 4 DE EDUCACION FISICA Y SALUD PRIMERO BASICO**

**NOMBRE PROFESOR: SERGIO GONZA VIDELA**

**FECHA: 15/05/2020 HASTA 21 /05/2020**

**UNIDAD: HABILIDADES MOTRICES.**

**OBJETIVO DE APRENDIZAJE: Vida Activa y Saludable**

**OA9 -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 luego de la práctica de actividad física, realizada en casa en un espacio comod, puede ser el patio, una habitación o jardín.**

**OBJETIVO DE LA CLASE: ALIMENTACION SALUDABLE.**

**ACTIVIDADES A REALIZAR:**

- 1- EN SU CUADERNO DE EDUCACION FISICA Y SALUD, RECORTAR Y PEGAR 8 ALIMENTOS SALUDABLES, QUE USTED CONSUME EN SU HOGAR.**
- 2- EN SU CUADERNO DE EDUCACION FISICA Y SALUD, RECORTAR Y PEGAR 8 ALIMENTOS QUE USTED CONSIDERA QUE NO SON SALUDABLES.**
- 3- OBSERVAR VIDEO SOBRE ALIMENTACION SALUDABLE Y ACTIVIDAD FISICA, JUTO A SUS PADRES Y CONVERSAR CON ELLOS SOBRE EL.**
- 4- EN SU CUADERNO DE EDUCACION FISICA Y SALUD, RECORTAR Y ARMAR UNA PIRAMIDE ALIMENTICIA.**

**RECUERDE QUE TODOS ESTOS TRABAJOS ES CON LA AYUDA DE LOS PADRES.**

- ESTA GUIA DEBE, SER COMPLEMENTADA CON LOS SIGUIENTES VIDEOS:**

<https://www.youtube.com/watch?v=4MEfZRGHefw>

<https://www.youtube.com/watch?v=jsqONxiLcYM>

[https://www.youtube.com/watch?v=9\\_F9UBNE9sc](https://www.youtube.com/watch?v=9_F9UBNE9sc)

- **MATERIALES A UTILIZAR, REVISTAS, DIARIOS, TIJERAS, PEGAMENTO, CUADERNO DE EDUCACION FISICA, COMPUTADOR, TELEFONO MOVIL, TELEVISOR.**
  
- **RECUERDE QUE, A LA VUELTA A CLASES, SERA REVISADA Y EVALUADA ESTA GUIA.**