



FICHAS PEDAGÓGICAS PARA LA PRIORIZACIÓN CURRICULAR

Educación Física y Salud

1° y 2° básico

Unidad de Currículum y Evaluación

Junio 2020

El Propósito de estas fichas pedagógicas es relevar estrategias didácticas pertinentes para abordar los objetivos de la priorización curricular. A su vez, ser una guía que propone actividades, recursos y evaluaciones seleccionadas, principalmente del Programa de Estudio, del texto escolar, y otros recursos disponibles en la página web de currículo nacional. Se ofrece al docente como una ayuda para realizar su labor de enseñanza, que sirva de guía para la planificación y organización de los objetivos de acuerdo con el tiempo disponible y las particularidades de su contexto escolar.

Al igual que la Priorización Curricular, estas fichas están organizadas por niveles como se describe en el cuadro a continuación:



Es importante considerar que estas estrategias se pueden ajustar flexiblemente para cubrir las necesidades de todos nuestros estudiantes; aquellos con los cuales nos podamos contactar presencialmente como de modo remoto. En la educación remota, ya sea que dispongamos de medios tecnológicos utilizando diferentes tipos de plataforma, o por otras vías como teléfono, mensajería instantánea, correo electrónico, chat, video llamadas, fotografías, entre otras.

Precauciones para trabajar en clases en el escenario de la emergencia sanitaria:

- Se sugiere realizar actividades de baja intensidad cuando el distanciamiento físico no sea posible, este debe ser de 5 metros para marcha rápida y de 10 metros para carrera.
- Prohibir los juegos y deportes de colaboración y oposición que implique un contacto físico.
- Priorizar los deportes individuales y otras manifestaciones motrices que permitan el distanciamiento físico.
- Desinfectar de forma regular las superficies de contacto.
- Se sugiere prohibir los recursos de uso colectivo, excepto que pueda ser debida y oportunamente desinfectado
- Se recomienda favorecer la autoconstrucción de material para garantizar el uso personal.

Fichas pedagógicas nivel 1

FICHA 1

<p>¿Qué aprenderán?</p>	<p>Primero Básico OA1: Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en una variedad de juegos y actividades físicas, como saltar con dos pies en una dirección, caminar y correr alternadamente, lanzar y recoger un balón, caminar sobre una línea manteniendo el control del cuerpo, realizar suspensiones, giros y rodadas o volteos.</p> <p>Segundo Básico OA1: Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles, como saltar de forma continua en un pie y luego en el otro, botear un balón mientras camina, mantener el equilibrio sobre una base a una pequeña altura, realizar suspensiones, giros y rodadas o volteos.</p>
<p>¿Qué estrategias utilizo?</p>	<p>Favorecer la diversificación de movimiento</p> <p>Para favorecer el máximo de posibilidades de movimiento y habilidades motrices básicas, se considera apropiado ofrecer una amplia posibilidad de tareas motrices que permita al estudiante explorar e identificar sus posibilidades de movimiento.</p> <p>Ejemplificación</p> <p>De manera individual los estudiantes pueden recorrer el espacio determinado para la clase buscando diferentes formas de desplazarse sin acercarse a los compañeros, de modo que deba utilizar diferentes tipos de estrategias. La tarea se puede complejizar aumentando la presencia de variables asociada a la estabilidad; como sería saltar con un pie, o debiendo detenerse en la presencia de un estímulo visual o acústico. (Programa, 2012, p.70)</p> <p>Favorecer actividades lúdicas</p> <p>Se propone actividades intencionadas para el desarrollo de las habilidades motrices básicas y garantice el distanciamiento social, mediante varias estaciones en simultaneo donde los estudiantes realicen diferentes tipos de desplazamiento, incluso se pueden acudir a técnicas de animación para estimular la participación de los estudiantes.</p> <p>Así mismo, se sugiere que se pueda diseñar un recurso visual (infogramas-cartulina) para que los estudiantes puedan expresar la emoción producida por la actividad realizada.</p> <p>Ejemplificación.</p> <p>En este curso se puede generar ejes temáticos en las clases, como por ejemplo, la selva, en ese sentido se puede sugerir a los niños generen diferentes tipos de desplazamiento y puedan ir compartiendo propuestas.</p> <p>Se puede progresar realizando cuentos motores e incluso presentar un proyecto asociado al área de las ciencias.</p> <p>Ministerio de Educación (2012) Educación Física y Salud Programa de Estudio para Primer Año Básico. República de Chile.</p>

<p>¿Cómo puedo verificar si aprendió?</p>	<p>Se sugiere que los estudiantes logren reconocer las diferentes habilidades motrices básicas que se desarrollan en la vida cotidiana y en escenarios intencionados en la clase, logrando aplicarlas en diferentes tareas como circuito o actividades lúdicas.</p> <p>Estrategia de evaluación: Como estrategia de evaluación se propone la utilización de <i>ofrecer preguntas</i> para respetar los procesos de desarrollo individual: ¿en qué actividad desarrollé más la estabilidad? ¿en cuál de las actividades realizaste la habilidad de lanzamiento? ¿en qué juego realizaste diferentes tipos de desplazamientos?</p> <p>Estrategias de retroalimentación: Como estrategia de retroalimentación se sugiere realizar <i>preguntas de autoevaluación</i> como por ejemplo ¿qué fue lo que más te costo en la clase? ¿de qué manera lo que aprendiste te sirve para los juegos que practicas diariamente?</p>
<p>Recursos de apoyo</p>	<ul style="list-style-type: none">• https://curriculumnacional.mineduc.cl/614/articles-29441_recurso_pdf.pdf• https://curriculumnacional.mineduc.cl/614/articles-89613_recurso_pdf.pdf

FICHA 2

¿Qué aprenderán?	<p>Primero Básico OA 6: Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que incrementen la condición física, por medio de juegos y circuitos.</p> <p>Segundo Básico OA 6: Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que incrementen la condición física por medio de juegos y circuitos.</p>
¿Qué estrategias utilizo?	<p>Utilización de estímulos externos</p> <p>Para dar cumplimiento al OA, se sugiere utilizar algún recurso sonoro como estímulo externo, con diferentes ritmo e intensidades, en que los estudiantes los deban reconocer el pulso y actuar y fluctuar sus acciones según el tipo de tarea.</p> <p>Ejemplificación</p> <p>En actividades se puede incluir partes del objetivo de la asignatura de música de expresión como interpretar a algún super héroe, la velocidad y la intensidad de sus movimientos se basará en la intensidad del pulso según el grado de exigencia que se desee alcanzar.</p> <p>Sobre el estímulo externo, se puede utilizar silbato, aplausos, metrónomo (hay aplicaciones para los celulares) e incluso música. (Programa, 2012, p.69).</p> <p>Circuito con material común</p> <p>Se sugiere para dar cumplimiento al objetivo, se utilicen diversas tareas motrices, idealmente que puedan ser aplicadas en su hogar, para que los estudiantes logren transferir las habilidades adquiridas en la asignatura en su vida cotidiana, como pasos iniciales en la autonomía en las prácticas de actividades físicas. Las actividades idealmente deben poseer pocos materiales y deben ser de carácter lúdico.</p> <p>Ejemplificación</p> <p>Se pueden generar estaciones en donde los estudiantes deban evadir obstáculos, que pueden ser sus propios juguetes, botellas plásticas, materiales reciclados, entre otros. Los grupos de trabajo deben procurar ser lo más pequeños para garantizar el distanciamiento social.</p> <p>Ministerio de Educación (2012) Educación Física y Salud Programa de Estudio para Segundo Año Básico. República de Chile.</p>
¿Cómo puedo verificar si aprendió?	<p>Se sugiere consultar al estudiante el grado de intensidad, según el pulso del estímulo y sobre la exigencia motriz de la tarea, e incluso a partir de su propia percepción de cansancio.</p> <p>Se pueden realizar preguntas como: ¿Qué actividad consideras fue más exigente? ¿Qué actividad fue más satisfactoria?</p> <p>Estrategia de evaluación:</p> <p>Se propone utilizar la estrategia de evaluación centrada en <i>ofrecer preguntas</i> a los niños sobre sus emociones percibidas en tareas de diversas intensidades, su</p>

	<p>percepción y la propia descripción de la intensidad aplicada en los diversos ejercicios.</p> <p>Estrategias de retroalimentación: Se propone la utilización de <i>pausas reflexivas</i>, sobre conceptos como la diferencia de una actividad de alta o baja intensidad y la diferencia en el esfuerzo que implica un juego con relación a otro.</p>
Recursos de apoyo	<ul style="list-style-type: none">• https://curriculumnacional.mineduc.cl/614/articles-90020_recurso_pdf.pdf

FICHA 3

<p>¿Qué aprenderán?</p>	<p>Primero Básico OA 11: Practicar actividades físicas, demostrando comportamientos seguros, como:</p> <ul style="list-style-type: none">• 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 <p>Segundo Básico OA 11: Practicar actividades físicas, demostrando comportamientos seguros, como:</p> <ul style="list-style-type: none">• 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
<p>¿Qué estrategias utilizo?</p>	<p>Cultura motricia infantil</p> <p>Para favorecer el cumplimiento del Objetivo de Aprendizaje, se considera relevante realzar el rol de la cultura infantil en las propuestas didácticas, donde se involucre a los estudiantes a proponer desde una temática hasta reglas de sana convivencia.</p> <p>Ejemplificación</p> <p>Los estudiantes pueden tener la oportunidad de presentar actividades, de manera rotativa, para garantizar la participación del grupo curso. El estudiante que presente la actividad deberá comentar a sus compañeros de qué trata el juego, el que debe guardar relación con el objetivo de la sesión.</p> <p>Ambiente de aprendizaje</p> <p>Se sugiere el diseño de normativas de la asignatura de sana convivencia, uso de material didáctico y con sus consideraciones de sanitización. A su vez, se puede incentivar por parte del docente instancias donde los estudiantes puedan manifestar sus propios compromisos y también reglas para el curso.</p> <p>Ejemplificación</p> <p>Las normativas generales pueden ser presentadas de manera general al curso, en la sala de clases. Con relación a las actividades que se realicen en el patio, los estudiantes pueden mencionar y acordar cuáles serán las medidas a considerar para la implementación de los juegos, así también, se puede mencionar cuál será su compromiso a lo largo de la clase para resguardar las medidas sanitarias declaradas inicialmente.</p>
<p>¿Cómo puedo verificar si aprendió?</p>	<p>El estudiante propone actividades que respondan a las demandas sanitarias y al objetivo de la sesión.</p> <p>Estrategia de evaluación:</p> <p>Se sugiere utilizar como estrategia evaluativa <i>trabajo en grupo</i> donde los estudiantes deberán proponer actividades al resto de sus compañeros. Los criterios deben estar centrados en la comprensión de las restricciones sanitarias que se deben poseer al momento de realizar las actividades.</p>

	<p>Estrategias de retroalimentación:</p> <p>Como medio de retroalimentación se sugiere utilizar el <i>círculo de crítica</i> en el que se realzan los aciertos de las propuestas de los estudiantes, fundamentalmente asociados al distanciamiento social y la restricción de ciertas superficies de contacto.</p>
<p>Recursos de apoyo</p>	<ul style="list-style-type: none">• https://curriculumnacional.mineduc.cl/614/articles-27787_recurso_pdf.pdf

Fichas pedagógicas nivel 2

FICHA 4

¿Qué aprenderán?	<p>Primero Básico OA 9: 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.</p> <p>Segundo Básico OA 9: 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.</p>
¿Qué estrategias utilizo?	<p>Diseñar pequeñas metas</p> <p>Para el cumplimiento del objetivo resulta relevante que se planteen las normativas de la asignatura y velar por el cumplimiento de estas, para garantizar una práctica de actividad física segura.</p> <p>Ejemplificación</p> <p>Al inicio de las sesiones es relevante reafirmar las conductas de higiene de los estudiantes, como lavarse las manos y las normativas de distanciamiento social, lo que se puede plantear mediante la presentación visual de estas en la sala o en un punto estratégico. Del mismo modo, se puede tener un recuadro con el nombre de los estudiantes, donde semana a semana, puedan dejar registro del cumplimiento de las normativas de la asignatura.</p> <p>Una vez que las normas estén consolidadas, se podría avanzar en el reforzamiento de conductas como la ingesta de alimentación saludable, posturas, entre otras.</p> <p>La seguridad en la práctica de actividades motrices</p> <p>Se sugiere presentar una batería de actividades que los estudiantes logren realizar en sus casas y en los recreos, que impliquen los resguardos sanitarios.</p> <p>Ejemplificación</p> <p>Se sugiere presentar una batería de juegos idealmente que no requiera mucho espacio y sin material, cómo pueden ser, juegos que impliquen no pisar líneas, esconderse, imaginar ser un super héroe y desplazarse como tal.</p>
¿Cómo puedo verificar si aprendió?	<p>Solicitar a los estudiantes que propongan juegos: estos necesariamente deberán responder a las normativas sanitarias, para luego progresar en el cumplimiento de objetivos simples, como por ejemplo, que contenga estabilidad estática.</p> <p>Estrategia de evaluación:</p> <p>Se sugiere que, para evaluar y fomentar la práctica de actividades motrices en el tiempo libre, la <i>evaluación auténtica</i> constituye un medio en donde los estudiantes puedan proponer juegos en base a las posibilidades que se puedan replicar en los recreos.</p> <p>Estrategias de retroalimentación:</p> <p>Como medio de retroalimentación se propone la utilización de <i>pausa reflexiva</i> donde se integren a lo largo de la clase espacios de reflexión sobre conceptos que</p>

	<p>requieran acompañamiento. Por ejemplo, se pueden realizar preguntas con relación a la posibilidad de realizar la propuesta distanciado de los compañeros.</p>
Recursos de apoyo	<ul style="list-style-type: none">• https://curriculumnacional.mineduc.cl/614/articles-21782_recurso_pdf.pdf



Para dudas ingresa a
Curriculumnacional.mineduc.cl