

Ruta de autoaprendizaje

**Plan de aprendizaje remoto**

**(En tiempos de covid-19)**

24 al 27 de marzo

Curso: 1° Básico Austral y Boreal

Asignatura: Educación Física y salud/Prof. Manuel Ibañez

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Temas/contenidos/Unidad | Tipo de actividad | Recurso para realizar la actividad.  Link textos de estudio digitales  Páginas web | Sistema de Evaluación formativa  (al retorno a clases) |
| Unidad 1: Habilidades motrices básicas.  Practicar actividades físicas, demostrando comportamientos seguros.  Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que incrementen la condición física, por medio de juegos y circuitos. | Actividad:  Sigue las instrucciones del juego “Al ritmo de los dados”  Juego de mesa donde ejercitaras y moverás el cuerpo.  Utilizar música para la actividad, la música siempre activa nuestro cuerpo.  Realizar el juego como mínimo 3 veces a la semana. | Impresión del tablero de juego anexo, en el caso que no se pueda imprimir se solicita dibujar un tablero similar en una hoja y pintarlo. Lo importante es que cuente con los números.  Fichas de juego: porotos, tapas, monedas, piezas de ajedrez, etc.  Dispositivo móvil cuando lo necesites, para contar los segundos o para ingresar a YouTube para escuchar tú música favorita de penitencia, o desde la radio. Si es necesario.  [www.youtube.com](http://www.youtube.com) | Realización del juego  Realizar el juego como mínimo 3 veces a la semana. |