



## Retroalimentación Guía N° 6 Educación Física y Salud 1° y 2° Básico

### I. Comportamiento Seguro (OA11)

Implica poder llevar a cabo una actividad de manera segura, cuidando tu cuerpo, evitando caídas y accidentes.

Realizar un calentamiento mediante un juego.

Escuchar y seguir instrucciones.

Utilizar implementos bajo supervisión.

Mantener su posición dentro de los límites establecidos.

1. Encierra en un círculo la imagen que corresponde a un comportamiento seguro.



2. Responde con una V si es Verdadero o con una F si es Falso.

- V  Debo amarrar mis cordones para prevenir accidentes.
- F  El calentamiento no es parte del comportamiento seguro.
- V  El autocuidado es el cuidado de nuestro propio cuerpo.
- F  No es importante seguir las instrucciones.
- V  Debemos tomarnos del pasamano al bajar la escalera.



3. Une con una línea según corresponda.

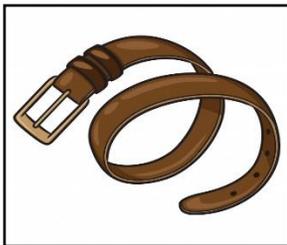
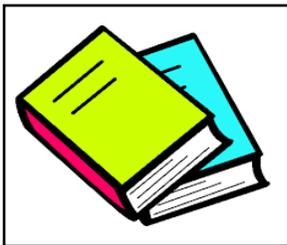
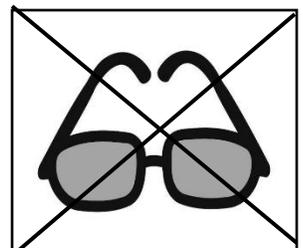
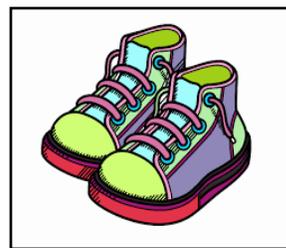
<b>Cuidado de la Higiene de nuestro cuerpo</b>	
<b>Cuidado de nuestra la piel</b>	
<b>Acción para prevenir accidentes</b>	
<b>Desplazarnos cuidadosamente</b>	

4. Dibuja dos ejemplos de Calentamiento que puedas realizar y así preparar a nuestro cuerpo para realizar la actividad física.

<p>Pinta completo, pinta estrella, etc</p>	<p>Pinta parejas, pinta mosca, cuncuna, etc</p>
--	---



5. Marca con una X los implementos que nos ayudan a protegernos del sol al momento de realizar actividad física al aire libre



6. Recorta y pega este cuadro en tu cuaderno y completa la información de tu "Agenda Semanal de Autocuidado"



	Hábitos de Higiene	Vida Activa	Alimentación Saludable
Lunes	X	X	X
Martes	X	X	X
Miércoles	X	X	X
Jueves	X	X	X
Viernes	X	X	X
Sábado	X	X	X
Domingo	X	X	X