



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.

Cuidado de la Higiene de nuestro cuerpo

Cuidado de nuestra la piel


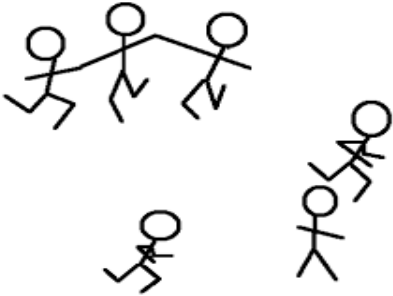
Acción para prevenir accidentes

Desplazarnos cuidadosamente



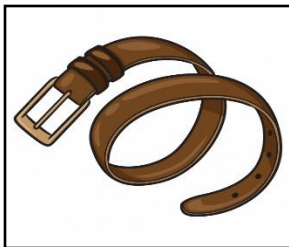
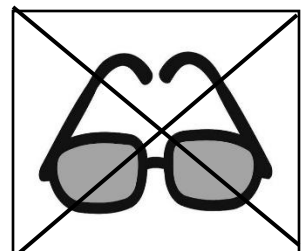
Red lines connect the text boxes to the images: 'Cuidado de la Higiene de nuestro cuerpo' connects to 'Acción para prevenir accidentes'; 'Cuidado de nuestra la piel' connects to 'Desplazarnos cuidadosamente'; 'Acción para prevenir accidentes' connects to 'Cuidado de nuestra la piel'; 'Desplazarnos cuidadosamente' connects to 'Cuidado de la Higiene de nuestro cuerpo'.

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