**Guía de autoaprendizaje N°12 Educación Física y Salud**

**4° Básico**

**Nombre**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ **Curso**\_\_\_\_\_\_\_ **Fecha**\_\_\_\_\_

**Objetivo de aprendizaje:** Desarrollar la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la velocidad y la flexibilidad para alcanzar una condición física saludable.

**Instrucciones:**

* Observa el video: <https://www.youtube.com/watch?v=Xi_yKEA5xoY>Registra el objetivo de la guía y la fecha de aplicación en tu cuaderno.
* Resuelve la guía de autoaprendizaje en tu cuaderno, utilizando los contenidos y el material audiovisual del video.
* **Correo electrónico:** Efis.4.smm@gmail.com
* **Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=Xi_yKEA5xoY>

**LA CUECA CHILENA (NUESTRO BAILE NACIONAL)**

**La cueca es un género musical y una danza de parejas sueltas mixtas de fines del siglo XVIII. Los bailarines, quienes llevan un pañuelo en la mano derecha, trazan figuras circulares, con vueltas y medias vueltas, interrumpidas por diversos floreos. Generalmente, se considera un baile de conquista del hombre a la mujer, aunque no necesariamente tiene un motivo amoroso. Su origen está cuestionado1​ y existen diversas teorías o corrientes sobre su origen y evolución.**

**Pasos básicos de la cueca:**

**Invitación.**

**Paseo.**

**Vuelta inicial.**

**Media luna.**

**Escobillado.**

**Zapateo.**

**Vuelta final.**

**I.-Actividad de desarrollo**.

1. ¿Qué es la cueca chilena?

R:

1. ¿Dónde de baila la cueca centrina?

R:

1. ¿ cuantos pasos tiene la cueca? Nómbralos.

R.:

2. colorea la pareja de huasos.



**III.- Alternativas: marca con una x la letra de la alternativa incorrecta.**

**1.- en la cueca chilena existen 3 pasos, estos son:**

1. Floreo – escobillado- zapateo.
2. Floreo – enjabonado - zapa tillado.
3. Floreo – resbalosa - mazamorra.

 **2.- ¿La vuelta inicial que se vé en el video se llama?**

1. Cuatro esquinas
2. La rosa
3. Corralera
4. Redonda
5. El ocho

**V.- Sopa de letras.**

**Encuentra los nombres de los pasos de la cueca.**

C S R C V H U Y O S D F G H Z

F L O R E O B I L L A D O M LA

G A S M V B N J A O P E K E P

R T I C G H K A D V G R J K EA

D C S G R Y U N A L O Z E F T

V G T C O R O N A V Y R U S E

H V E L O C I D A D Y T U O O

X D N S F U E R Z A O P L Ñ G

R Y C O Y L F V R N J Y A D O