



Ciencias Naturales 2°Básico 2020

Semana	5	Clase 5	Unidad 1 “El funcionamiento de nuestro cuerpo.” OA8
Curso	2° Básico		
Docente	Alejandra Blaessinger Zamudio.		
Objetivo de la Clase	Objetivo: Proponer formas de ejercitarse físicamente para incorporarlas en sus hábitos diarios.		
Objetivo Actitudinal	Manifiestar un estilo de trabajo riguroso y perseverante para lograr los aprendizajes de la asignatura. Manifiestar compromiso con un estilo de vida saludable a través del desarrollo físico y el autocuidado.		
Objetivo Conceptual	Hábitos de vida saludable.		
Recursos	Celular o computador, cuaderno, lápices, texto de estudio páginas (22,23) y los siguientes links https://www.youtube.com/watch?v=ueutErlUewk (Rutina de actividad física para realizar en casa) https://youtu.be/BnKIAFebJzo (Circuito de ejercicios para hacer en casa)		

Queridos Estudiantes y familia un saludo cordial para todos ustedes.

Recordarles a los apoderados que el envío de material es semanal, y que al término de semana será revisado. (jueves 30 de abril 2020). La clase es de 90 minutos.

Además, organizar los tiempos de trabajos para que no sean tan extensos, una hora en la mañana y otra en la tarde, mezclando las actividades con una del área artística, dando recreo en cada actividad, tratar de organizar un calendario para poder ir desarrollando las guías de todas las asignaturas que se envían.

Queridos Estudiantes como están hoy...

Preparados para aprender y disfrutar el conocimiento.

Hoy trabajaremos en: Proponer formas de ejercitarse físicamente para incorporarlas en sus hábitos diarios.

Activen sus conocimientos previos viendo imágenes en el siguiente Video, y recordando lo visto en la clase anterior sobre la importancia de la actividad física para el fortalecimiento de los músculos y el corazón.

Busca el siguiente link: <https://www.youtube.com/watch?v=ueutErlUewk> (Rutina de actividad física para realizar en casa) o revisa las páginas (22,23) de texto de estudio.

Deberán demostrar las formas de ejercitarse físicamente incorporando acciones diarias como: barrer, hacer o tender su cama, ayudar en los quehaceres del hogar.

Sigan las instrucciones para desarrollar la actividad:

Después de revisar el siguiente link: <https://youtu.be/BnKIAFebJzo> (circuito de ejercicios para hacer en casa). Comenta con tu familia, los beneficios que tiene el realizar ejercicios en casa e incorporar las acciones que realizas diariamente y el aporte que tienen en tu vida saludable. Puedes escribir en tu cuaderno lo conversado.

1.-Observa las siguientes imágenes y conversa junto a tus padres o un integrante de tu familia, ¿qué se muestra en las imágenes?, ¿qué importancia tienen? ¿Cuál es el aporte en tu vida saludable? Pinta y responde en tu cuaderno.

2.-Acompañado de un adulto dibuja cuatro actividades que realizas en casa como forma de ejercitarse físicamente, para una vida saludable, en este período cuarentena.

Desarrollo de la tarea

Realizar actividad física dentro de mi hogar.

1.-Elabora una rutina de ejercicios que puedes realizar en casa con las acciones que realizas a diario como: Barrer-limpiar los muebles-hacer o tender tu cama-levantar y guardar juguetes-acomodar las cosas personales -recoger la ropa sucia y ayudar a botar la basura, cocinar junto a la mamá. Etc. (en una semana). Realiza la actividad en tu cuaderno.

a.-Repartan las tareas en familia.

b.-Selecciona el lugar en que la realizaras.

c.-Al terminar debes lavar tus manos y beber agua.

2.-Completa la tabla que elaboraran.

Después de realizar la tarea debes enviarla a mi correo:

alejandra.blaessinger@colegio-mansodevelasco.cl

Recuerda que no es necesario que imprimas la guía sólo debes hacer la actividades y tarea en tu cuaderno.

Comencemos...