



Colegio Benjamín Vicuña Mackenna  
Constanza # 01650, Rancagua  
F: (72) 2266214  
nororientec@comun.cl

# “La navidad no se trata de abrir regalos, se trata de abrir nuestro corazón”

## 1°A



Semanas 32 – 33 – 34  
23 de noviembre al 11 de diciembre



EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD	
Objetivo priorizado	Indicadores de evaluación
OA N°06 Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que incrementen la condición física, por medio de juegos y circuitos.	Ejecutan actividades de desplazamiento en circuitos para desarrollar la resistencia.
Objetivo de aprendizaje	Contenidos
Ejecutar un juego y contenidos previos aplicando movimientos de acción y reacción, en competencias con su grupo familiar demostrando disposición a trabajar de manera activa en la clase.	-Condición física. -Plato alimenticio.

**Actividad 2:** Cómo es época de navidad te invito a que me ayudes a orientar al viejo pascuero dando algunas indicaciones que le permitan tener un buen plato alimenticio que le entregue buena y sana energía para la entrega de regalos por el mundo. A continuación, observa el video y de acuerdo a los alimentos y nutrientes ayúdalo indicando cuales son los alimentos que debería preferir.

<https://www.youtube.com/watch?v=oVY5MT-gHcc&t=1s>

Instrucciones
1.- Escribe en tu cuaderno lo que no debería comer el viejo pascuero
2.- Escribe e indica en tu cuaderno cómo debería ser un buen plato alimenticio para que el viejo pascuero realice su trabajo.
3.- Recuerda enviar la evidencia del trabajo a tu profesora a través de WhatsApp.



Colegio Benjamín Vicuña Mackenna  
Constanza # 01650, Rancagua  
F: (72) 2266214  
nororientec@comun.cl

## Desafío Navideño

Junto a tu familia realicen un video cantando un villancico, y al final envíen un mensaje navideño a las familias de nuestro colegio.

El video deberá ser enviado desde el 14 al 18 de diciembre al correo de la profesora Maira: [maira.perez@colegio-vicunamackenna.cl](mailto:maira.perez@colegio-vicunamackenna.cl) para que este pueda ser publicado en las redes sociales de nuestro colegio la semana siguiente.

La participación tuya y de tu familia son de mucha importancia para nosotros

# ¡FELIZ NAVIDAD!