



Guía de Educación física
Profesora: Cindy Olguin
Acciones motrices

Nombre		Fecha	22 al 26 de junio	Curso	1° básico A- B
Objetivo de Aprendizaje: Identificar diferentes destrezas del diario vivir. (OA9)					

¿Por qué aprender las destrezas del diario vivir?

Ser sano y estar en buena condición física no ocurre simplemente porque estés informado. También tienes que pensar en esa información. Tienes que saber cómo usarla cada día.

Estas son algunas importantes destrezas del diario vivir que debes adoptar:



Resolver conflictos: buscar formas de resolver problemas, de modo que ambas partes ganen.



Controlar el estrés: buscar la manera de relajarse.



Negarse: decir que No a cosas que puedan hacerte daño.

Padre e hijo



Comunicar: compartir ideas necesidades y sentimientos



1.- Actividad:

Pega o dibuja: ¿cómo puedo trabajar cada uno de los ejemplos de destrezas de diario vivir ya mencionados? (Es decir: ¿De qué manera puedo resolver un conflicto con mi hermano o amigo?, o como debo decir que no a elementos o cosas que me hagan daño?)

Nota 1: La guía se realiza en el cuaderno, te puedes apoyar de recortes, dibujos o imágenes.