

Sáltalo

¿Cuántos deportes utilizan una pelota?

Nivel educativo:	1° a 8° básico
Arte+	Ed. física + Tecnología
Hab. socioemocional:	Energía

Construiremos nuestro propio “aro de tobillo” poniendo a prueba nuestra persistencia en cada paso y aprovechando materiales del cotidiano. Ejercitarnos con mucha energía también puede ser un juego.

① MATERIALES:

- Cinta adhesiva
- Bolsas plásticas
- Tijeras
- Papel de diario
- Plumón negro
- 8 tiras de lana o pita plástica de 1 mt
- 1 Trozo de manguera de 40 cm

② PASO A PASO:



[HTTPS://YOUTU.BE/YMMNIUQBQXO](https://youtu.be/YMMNIUQBQXO)

③ ¿QUÉ APRENDIMOS?

La energía es una actitud que nos permite aproximarnos a la vida cotidiana con ánimo y espontaneidad, promoviendo el compromiso en diversas actividades.

Guía docente

④ LA PIZARRA: UN MUNDO DE RELACIONES

El juego de la pelota

Los mayas y los aztecas jugaban al fútbol a su manera. Esta práctica es conocida como el Juego de Pelota, pero los mayas lo llamaron “pokolpok” y los aztecas “tlachtli”. El juego se realizaba en una cancha de piedra y entre 2 equipos que disputan una pelota de hule. El objetivo del juego era pasar la pelota a través de los aros que se encontraban a cada lado de la cancha, usando solamente las caderas.

Saltar la cuerda

¿Por qué saltamos la cuerda? Se dice que el acto de saltar la cuerda comenzó en el Antiguo Egipto, y se piensa que los egipcios saltaron lianas que ellos fabricaban. Aunque no tenemos certeza de su origen, sí sabemos que brincar la cuerda es una actividad muy popular y, además de ser un juego de niños y un ejercicio físico, es un excelente entrenamiento para los deportes que requieren fuerza, coordinación y ritmo.

Shelia Hicks

Sheila Hicks es una artista estadounidense que trabaja en pequeños y enormes formatos. Comenzó con la pintura y hasta la fecha ha permanecido usando colores vivos. Su obra se caracteriza por el uso de materiales textiles y la investigación que ha hecho de los tejidos indígenas. Por eso, Sheila ha viajado por los cinco continentes, estudiando distintos pueblos, técnicas y paisajes. Sus innovadores textiles son también esculturas que transforman el espacio.