** Colegio República Argentina**

**O’Carrol # 850- Fono 72- 2230332**

 **Rancagua**

 ***OA \_EDUCACION FISICA Y SALUD CURSO: 8° BÁSICO SEMANA 9 (DESDE EL 25 AL 29DE MAYO).***

|  |
| --- |
| Nombre: |
| Curso: Fecha :  |
|  **INSTRUCCIÓN:****Sr. Apoderado junto saludarle** y esperando que este bien junto a su familia. **Queridas Estudiantes** ¡¡cómo están hoy para su nueva clase!!**…esperando que bien** vuelvo aconsejarte que: El éxito se da en la disciplina y perseverancia del aprendizaje beneficiando tu desarrollo. **¡Por eso!! Sé que eres una BUENA estudiante…****¡¡Sigamos Adelante!!☺☺*** Debes Designar 30 minutos para trabajar guías y actividades propuestas por la asignatura.
* En relación a las tareas, en el caso de no poder contar con una impresora puede copiar en tu cuaderno de Educación Física y salud para su posterior revisión.
* **REFORZAR** la modalidad de escritura con lápiz o bolígrafo se habla de la coordinación óculo-manual esta actividad beneficia: Estimular el cerebro - exige la coordinación de procesos cognitivos, motrices y neuromusculares además, mejorar la comprensión lectora, fijando ideas y conceptos e impulsando una mayor capacidad de síntesis y análisis, fundamental a la hora de estudiar y generar esquemas, resúmenes y mapas conceptuales
* Siempre te será más fácil y motivador realizar deporte con la compañía de otra persona que te supervise (**alguien adulto de tu familia**), y así podrás realizar tus ejercicios, con el fin de prevenir complicaciones o alguna lesión y tener cuidado con tu entorno físico en el que sea adecuado y sin peligros.
* Es conveniente **hidratarse** antes, durante y después del ejercicio físico,Ya sea cualquier ejercicio, aunque sea moderado.

**Vamos por un nuevo desafío: OA 11:** Seleccionar, combinar y aplicar con mayor dominio las habilidades motrices específicas de locomoción, manipulación y estabilidad en, al menos: Un deporte. Una danza (folclórica, moderna, entre otras).¡¡ **Así que vamos a estudiarlos**!!. Puedes realizar las consultas a tu profesora de asignatura a través del correo.Srta. Miriam Pizarro: miriam.pizarro@colegio-republicaargentina.clSra. Jovanka Matas : jovanka.matas@colegio-republicaargentina.cl Antes de comenzar te invito a ver los siguientes videos: |

|  |
| --- |
| **UNIDAD:** **Unidad coordinación para un deporte y la danza** **OA 11:** Seleccionar, combinar y aplicar con mayor dominio las habilidades motrices específicas de locomoción, manipulación y estabilidad en, al menos: Un deporte. Una danza (folclórica, moderna, entre otras).**OAA**[EF08 OAA D](https://curriculumnacional.mineduc.cl/614/w3-propertyvalue-49453.html#recuadros_articulo_3176_1) Apreciar la práctica regular de actividades físicas y deportivas como fuente de bienestar, recreación y crecimiento en lo personal y social. |

|  |
| --- |
| **Contenido**: folklore zona norte  Folklore zona central Bailes más populares de las zonas |

** Colegio República Argentina**

**O’Carrol # 850- Fono 72- 2230332**

 **Rancagua**

|  |
| --- |
| **INSTRUCCION**Lee atentamente el siguiente texto para su mejor compresión y desarrollar de mejor manera la siguiente guía. |
|  **En la clase anterior** Estuvimos viendo las diferentes cuecas en nuestro País.  Ahora veremos el folklore a grandes rasgos de la zona Norte y Sur.**LA ZONA NORTE** se caracteriza por diversas manifestaciones culturales que combinan la influencia de los pueblos indígenas andinos los siguientes bailes son los más populares de la zona norte**Trote:** Es un baile en pareja, donde tomados de las manos realizan pequeños pasos similares a un trote común y corriente. Entrelazados, van avanzando retrocediendo y girando de un lado a otro, mientras continúan realizando juegos con las manos tomadas. Es con los pañuelos entrecruzados que la pareja se aleja lentamente,**Cueca Nortina:**A diferencia de nuestra tradicional cueca de la zona central, la cueca nortina **no tiene texto**, **solo tiene melodía**, al igual que el cachimbo. El hombre y la mujer durante la danza interpretan la conquista en una hermosa coreografía, reflejando como en todos los bailes la alegría de nuestra gente.**La Vara** Es un baile esencialmente femenino. La coreografía se realiza en torno a una "vara" o "poste" colocado perpendicularmente. Cada una de las bailarinas lleva en sus manos el extremo de una cinta de distinto color, que para ella tiene un profundo significado.**La diablada** Es una danza religiosa, católica y de imagen, donde los bailarines se deshumanizan para interpretar personajes teológicos cristianos. Es uno de los bailes más representativos del norte grande chileno La diablada puede ser danza de pareja o de conjunto. Se interpreta al aire libre, como danza de recorrido, y necesita siempre un gran espacio. En su forma se destacan la expansión de los movimientos y los saltos. **LA ZONA SUR**, Los bailes y cantos del pueblo mapuche tienen principalmente una función religiosa, en Chiloé el folklore también tiene características particulares, pues se mantuvieron con pocos cambios muchas tradiciones españolas y otras se mezclaron con las huilliches, como los siguientes bailes:**El costillar**Es un baile muy popular en las fiestas y celebraciones criollas: Generalmente lo ejecutan solo hombres, aunque algunas veces se baila en pareja. Para su ejecución se coloca una botella en el centro de la pista de baile. Los ejecutantes deben saltar, bailar y zapatear alrededor de la botella. Quien derriba la botella pierde y debe pagar penitencia, “echar una prenda” o retirarse del baile.**La pericona**Este baile propio de las fiestas chilotas es muy popular en la isla de Chiloé. Por lo general, en esta danza participan cuatro personas, quienes realizan un escobillado mientras dan seis vueltas de derecha a izquierda.**La trastrasera**Este otro baile se dice que es originario de la Isla de Chiloé. Es una danza simple que puede ser bailada en pareja o en grandes grupos.la mujer sigue al hombre con timidez tomada de su mano, mientras ambos ingresan a la pista. Entonces se forman dos hileras de parejas, una frente a la otra. Los pasos consisten en un trote fijo a tres tiempos; al cuarto, las parejas levantan una rodilla. Después vuelven a trotar otros tres tiempos y levantan la otra rodilla.**Bailes mapuche**Entre los bailes de esta étnica indígena figuran: Mazatum – Machipurrum. Kuimin – Purrum.– Wutrapurrum – Choique Purrum. |