

## Planificación Ciencias Naturales 2° básico

**CURSO:** 2° básico  
**SECTOR:** Ciencias Naturales  
**TIEMPO:** 45 minutos

**SESIÓN:** 14  
**EJE:** Ciencias de la vida

**FECHA:**  
**UNIDAD 2:** El cuerpo humano

**Meta de la sesión:** Explicar la importancia de la actividad física para el cuerpo

<p><b>Objetivo de Aprendizaje</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>OA 8: Explicar la importancia de la actividad física para el desarrollo de los músculos y el fortalecimiento del corazón, proponiendo formas de ejercitarla e incorporarla en sus hábitos diarios.</li> </ul>	<p><b>Contenidos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Beneficios del ejercicio físico.</li> <li>Perjuicios para la salud que puede provocar una vida muy sedentaria.</li> </ul>
<p><b>Indicadores de evaluación</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Relaciona los efectos en el cuerpo de la actividad física regular y de la comida en exceso.</li> <li>Explica los beneficios para el cuerpo de mantener una actividad física regular en el tiempo.</li> </ul>	
<p><b>Inicio</b> (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Motive el trabajo de este taller con preguntas como las siguientes: ¿qué actividad física te gusta hacer?, ¿por qué crees que es importante tener este tipo de actividad?, ¿qué órganos del cuerpo piensas que se benefician más haciendo ejercicio físico?, ¿por qué estimas que es importante evitar las actividades que no requieren moverse?</li> <li>Pida a los estudiantes que lean y comenten en voz alta el texto del recuadro superior de la página 40.</li> <li>Comente el texto leído y solicíteles que lo asocien con las respuestas que dieron al inicio de la clase.</li> </ul>	<p><b>Recursos requeridos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Páginas 40 y 41 del texto del estudiante.</li> </ul>

**Desarrollo** (25 minutos)

- Pida a los estudiantes que completen la **actividad 1** de la página 40 y comente sus respuestas para aclarar las dudas o corregir errores.
- Comente con ellos cada una de las imágenes que allí se muestran.

**Cierre** (10 minutos)

- Para terminar, señale a sus estudiantes que deben completar la **Actividad de cierre** de la página 41.
- Coménteles que deben explicar el efecto en los músculos y en el corazón que tiene cada una de las actividades si se vuelven constantes.
- Finalmente, motívelos a hacer ejercicio. Para ello, organice una pequeña caminata o partido de fútbol.