

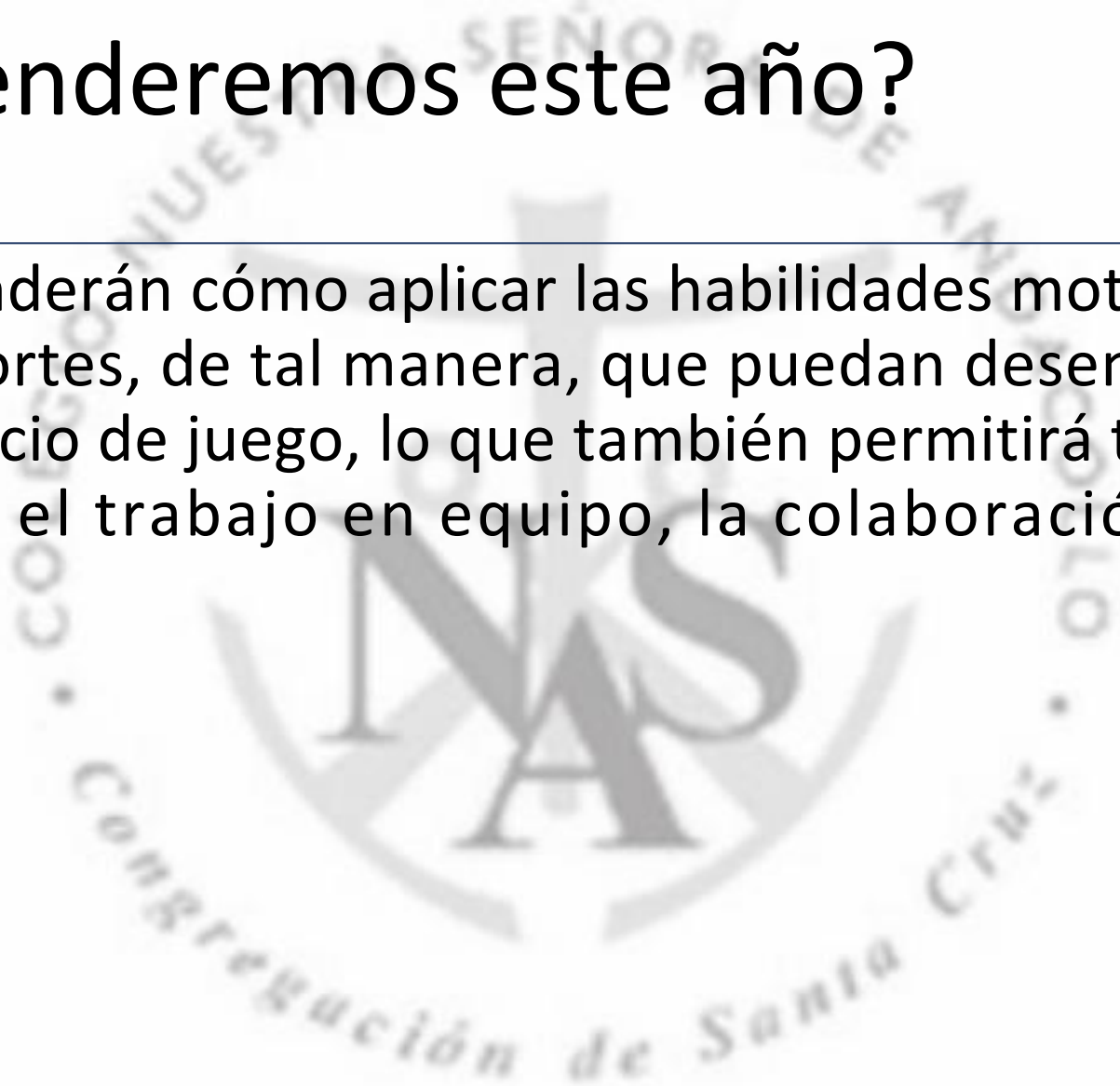
# Presentación Asignaturas 2023

Colegio nuestra Señora de Andacollo



# ¿Qué aprenderemos este año?

“Este año aprenderán cómo aplicar las habilidades motrices básicas en diferentes deportes, de tal manera, que puedan desenvolverse mejor dentro del espacio de juego, lo que también permitirá trabajar la toma de decisiones, el trabajo en equipo, la colaboración, entre otras habilidades.”



# Cómo será esta clase...

- La clase inicia con el umbral, formación para el ingreso a la sala.
- Mientras ingresan, se da la indicación de que todos deben buscar su bolsa de educación física y dejarla sobre la mesa para su revisión.
- Deben tomar apuntes del objetivo de la clase y en caso de pasar teoría, de lo contrario se preparan para ir al lugar de trabajo: gimnasio o patio central.
- Durante la clase deben recordar las señales enseñadas para pedir la palabra, ir al baño, buscar material, etc.
- La clase se divide en: Inicio (calentamiento), desarrollo ( práctica guiada) y cierre ( vuelta a la calma, elongaciones y retroalimentación)
- Al finalizar la clase, posterior a la elongación y retroalimentación de la clase, los y las estudiantes son enviados al baño para lavarse y cambiar su polera.
- Necesito que el comportamiento en mi clases sea proactivo, demostrando interés en participar, realizando las actividades y buscando mejorar su desempeño. Además es importante que sea capaz de resolver dudas cuando lo requiera.
- El uso del celular será sólo cuando el profesor/a lo solicite en algún trabajo o actividad. Cuando no sea necesario utilizarlo, debe estar guardado en el bolso de educación física o mochila.
- Es importante que Ud venga a clases, de manera de no afectar su proceso de aprendizaje y de tener una continuidad en el proceso de evolución de las distintas habilidades o deportes.
- Pueden comunicarse conmigo para detalles de la asignatura a través de plara@gmail.com

# Consideraciones de la clase...

- Es obligatorio que los estudiantes tengan su uniforme de educación física que consiste en: Polera roja institucional, buzo o calza azul marino, zapatilla deportiva (para evitar accidentes o lesiones articulares).
- Clase a clase deben asistir con su bolsa de educación física que debe contener: útiles de higiene (jabón, toalla, desodorante, etc.), polera azul para continuar con la jornada de clases (no pueden quedarse con la polera roja después de la clase).
- Estas consideraciones, son evaluadas como criterio de responsabilidad, por lo tanto el no cumplimiento se verá reflejado en los resultados de las evaluaciones. Si la conducta es reiterada será registrado en el libro de clases y será citado el apoderado.

# Tipos de Evaluación a desarrollar

- Evaluaciones formativas:
  - Se utilizará como instrumento de evaluación la “Lista de cotejo”, la cual será realizada en cada unidad a lo largo del año.
- Las evaluaciones tienen como fin medir conocimientos teóricos y/o prácticos de el/la estudiante según sea el caso en base a los objetivos de aprendizaje planteados al comienzo de la unidad.
- N° de evaluaciones Sumativas:
  - Primer Semestre: 4
  - Segundo Semestre: 4

# Plan de Evaluación

<b>MARZO</b>	NO APLICA	NO APLICA
<b>ABRIL</b>	Prueba teórica	Ejecutan un calentamiento, siguiendo instrucciones para preparar el cuerpo antes de la clase.
		Reconocen medidas de prudencia adecuadas en la práctica de ejercicio físico; por ejemplo: no empujan a sus compañeros, no utilizan el material si no se les pide, entre otros.
		Reconocer posibles situaciones que los pongan en riesgo durante la práctica de actividad física.
		Ejecutan desplazamientos en diferentes distancias e intensidades.
		Ejecutan desplazamientos con cambios de velocidad (rápido/lento).
		Explican con sus palabras por qué durante un ejercicio aumentan los latidos del corazón y la temperatura corporal. Caminan de espaldas, en diferentes direcciones, con cambios rápidos y seguros sin caerse. Se desplazan en sentido horizontal y vertical de forma coordinada y manteniendo el control de su cuerpo; por ejemplo: carreras, saltos, entre otros. Lanzan objetos de diferentes tamaños y formas por abajo y sobre la cabeza. Conducen objetos con la mano o con el pie, sorteando obstáculos. Cambian el balón de mano en mano. Mantienen el control de su cuerpo en pequeñas barras de equilibrio.

<b>ABRIL</b>	<b>Rúbrica</b>	Ejecutan un calentamiento, siguiendo instrucciones para preparar el cuerpo antes de la clase.
		Reconocen medidas de prudencia adecuadas en la práctica de ejercicio físico; por ejemplo: no empujan a sus compañeros, no utilizan el material si no se les pide, entre otros.
		Reconocer posibles situaciones que los pongan en riesgo durante la práctica de actividad física.
		Ejecutan desplazamientos en diferentes distancias e intensidades.
		Ejecutan desplazamientos con cambios de velocidad (rápido/lento).
		Explican con sus palabras por qué durante un ejercicio aumentan los latidos del corazón y la temperatura corporal. Caminan de espaldas, en diferentes direcciones, con cambios rápidos y seguros sin caerse. Se desplazan en sentido horizontal y vertical de forma coordinada y manteniendo el control de su cuerpo; por ejemplo: carreras, saltos, entre otros. Lanzan objetos de diferentes tamaños y formas por abajo y sobre la cabeza. Conducen objetos con la mano o con el pie, sorteando obstáculos. Cambian el balón de mano en mano. Mantienen el control de su cuerpo en pequeñas barras de equilibrio.
		Ejecutan volteos y giros en forma individual y con la ayuda de un compañero.

<b>MAYO</b>	Rúbrica	Ejecutan un calentamiento por medio de un juego de forma autónoma para preparar el cuerpo antes de un esfuerzo físico.
		Ejecutan desplazamientos en diferentes distancias e intensidades.
		Ejecutan combinaciones básicas simples de habilidades motrices básicas, con precisión y control del cuerpo; por ejemplo: correr y lanzar, saltar y girar, recibir y lanzar o saltar y rodar.
		Ejecutan desplazamientos con cambios de velocidad (rápido/lento).
		Ejecutan una variedad de ejercicios para mejorar la flexibilidad por medio de movimientos estaticos, pasivos y activos.
		Caminan de espaldas, en diferentes direcciones, con cambios rápidos y seguros sin caerse.
		Se desplazan en sentido horizontal y vertical de forma coordinada y manteniendo el control de su cuerpo; por ejemplo: carreras, saltos, entre otros.
<b>JUNIO</b>	Rúbrica	Ejecutan un calentamiento por medio de un juego de forma autónoma para preparar el cuerpo antes de un esfuerzo físico.
		Ejecutan desplazamientos en diferentes distancias e intensidades.
		Ejecutan combinaciones básicas simples de habilidades motrices básicas, con precisión y control del cuerpo; por ejemplo: correr y lanzar, saltar y girar, recibir y lanzar o saltar y rodar.
		Ejecutan desplazamientos con cambios de velocidad (rápido/lento).
		Ejecutan una variedad de ejercicios para mejorar la flexibilidad por medio de movimientos estaticos, pasivos y activos.
		Caminan de espaldas, en diferentes direcciones, con cambios rápidos y seguros sin caerse.
		Se desplazan en sentido horizontal y vertical de forma coordinada y manteniendo el control de su cuerpo; por ejemplo: carreras, saltos, entre otros.



<b>JULIO</b>	NO APLICA	
<b>AGOSTO</b>	Rúbrica	Ejecutan combinaciones simples de movimiento con control del cuerpo a diferentes ritmos.
		Expresan sentimientos como alegría, tristeza entre otros, por medio de diferentes movimientos corporales.
		Ejecutan movimientos en respuesta a diferentes ritmos y músicas.
		Guiados por el docente, practican una variedad de juegos tradicionales que pueden incorporar en su vida diaria.
		Ejecutan diferentes juegos de carreras intermitentes y continuas que permitan el desarrollo de la resistencia.
<b>SEPTIEMBRE</b>	Rúbrica	Ejecutan combinaciones simples de movimiento con control del cuerpo a diferentes ritmos.
		Expresan sentimientos como alegría, tristeza entre otros, por medio de diferentes movimientos corporales.
		Ejecutan movimientos en respuesta a diferentes ritmos y músicas.
		Guiados por el docente, practican una variedad de juegos tradicionales que pueden incorporar en su vida diaria.
		Ejecutan diferentes juegos de carreras intermitentes y continuas que permitan el desarrollo de la resistencia. Identifican los músculos que se fortalecieron durante el ejercicio físico.

<b>OCTUBRE</b>	Prueba	Ejecutan un calentamiento con un compañero de forma autoónoma, para preparar el cuerpo antes de un esfuerzo físico.
		Siguen reglas y rutinas durante la clase de Educación Física y Salud.
		Utilizan los implementos, como balones, cuerda, aros, bancos, entre otros, bajo la supervisión del profesor. Ejecutan juegos de persecución, de colaboración, individuales o colectivos.
<b>NOVIEMBRE</b>	Rúbrica	Ejecutan un calentamiento con un compañero de forma autoónoma, para preparar el cuerpo antes de un esfuerzo físico.
		Siguen reglas y rutinas durante la clase de Educación Física y Salud.
		Utilizan los implementos, como balones, cuerda, aros, bancos, entre otros, bajo la supervisión del profesor. Ejecutan juegos de persecución, de colaboración, individuales o colectivos.