

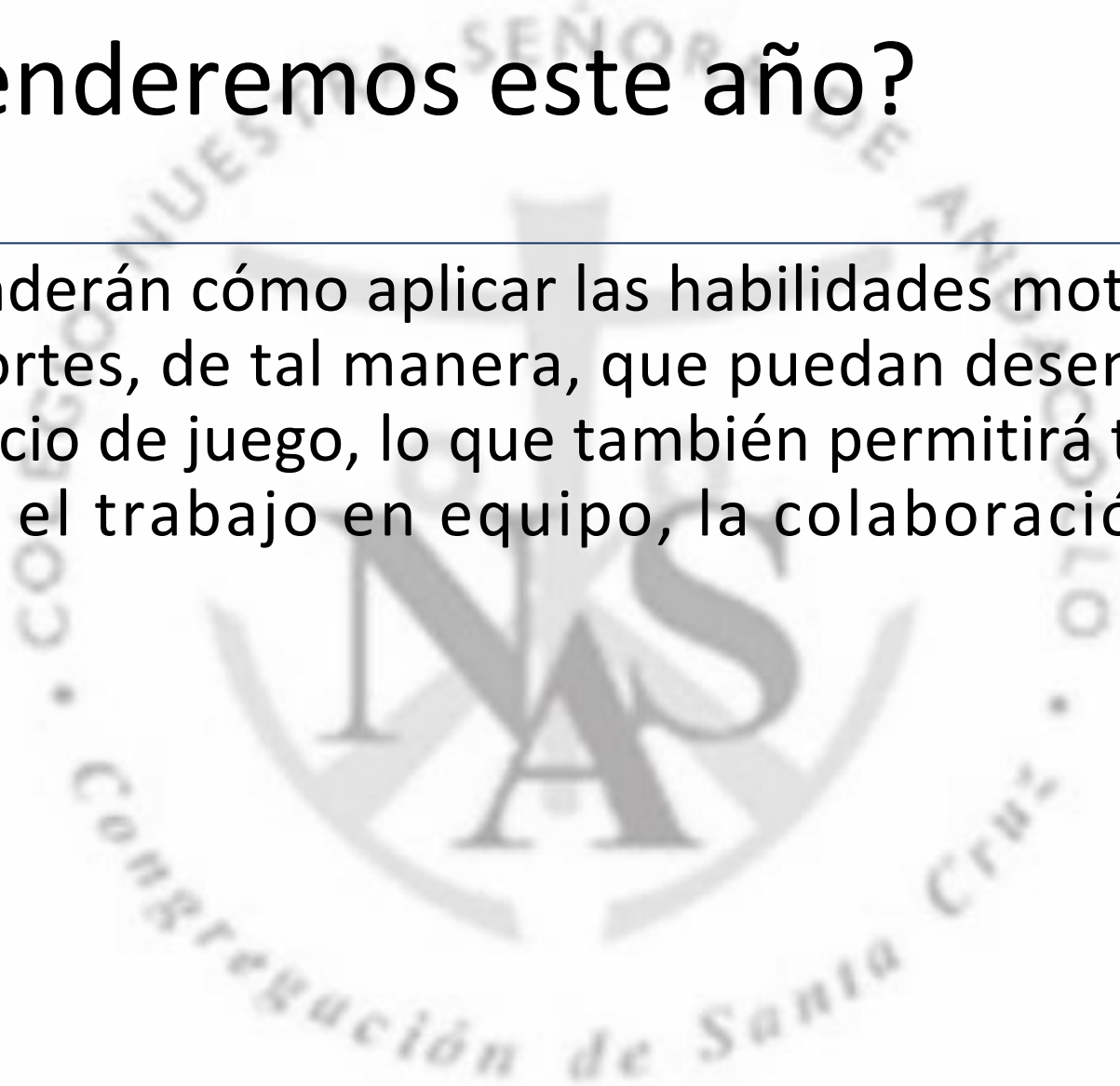
Presentación Asignaturas 2023

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 dejarlo 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, elongación 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

MARZO	NO APLICA	NO APLICA
ABRIL	Prueba	Reconocen la importancia de realizar un calentamiento antes de la parte principal de la clase de Educación Física y Salud.
		Usan el material seleccionado para la actividad adecuadamente, de manera de prevenir accidentes personales y colectivos.
		Ejecutan ejercicios para el desarrollo de la condición física en forma continua o intermitente.
		Ejecutan actividades de movilidad articular y elongación muscular de tronco y extremidades.
		Realizan ejercicios de sobrecarga, utilizando su propio peso corporal, balones medicinales, el peso de su compañero, entre otros.
		Ejecutan giros, volteos, rodadas y diversas posiciones estáticas, manteniendo el control de su cuerpo, en actividades deportivas como gimnasia.

ABRIL	Rúbrica	Reconocen la importancia de realizar un calentamiento antes de la parte principal de la clase de Educación Física y Salud.
		Usan el material seleccionado para la actividad adecuadamente, de manera de prevenir accidentes personales y colectivos.
		Ejecutan ejercicios para el desarrollo de la condición física en forma continua o intermitente.
		Ejecutan actividades de movilidad articular y elongación muscular de tronco y extremidades.
		Realizan ejercicios de sobrecarga, utilizando su propio peso corporal, balones medicinales, el peso de su compañero, entre otros.
		Ejecutan giros, volteos, rodadas y diversas posiciones estáticas, manteniendo el control de su cuerpo, en actividades deportivas como gimnasia.

MAYO	Rúbrica	Ejecutan de forma correcta los ejercicios de calentamiento.
		Ejecutan carreras continuas e intermitentes.
		Miden la frecuencia cardíaca en reposo y después del ejercicio.
		Evaluán la intensidad del ejercicio con escalas de percepción de esfuerzo.
		Utilizan patrones locomotores en su fase madura; por ejemplo: corren en diferentes direcciones y saltan obstáculos con seguridad; lanzan y atrapan en carrera.
		Lanzan y reciben un balón que lanza un compañero mientras se desplazan.
		Lanzan implementos a objetivos más pequeños.
		Utilizan formas maduras de manipulación para el control de objetos; por ejemplo: lanzan según el objetivo; atrapan con seguridad, amortiguando la recepción; golpean en el aire una pelota con la mano
JUNIO	Rúbrica	Ejecutan de forma correcta los ejercicios de calentamiento.
		Ejecutan carreras continuas e intermitentes.
		Miden la frecuencia cardíaca en reposo y después del ejercicio.
		Evaluán la intensidad del ejercicio con escalas de percepción de esfuerzo.
		Utilizan patrones locomotores en su fase madura; por ejemplo: corren en diferentes direcciones y saltan obstáculos con seguridad; lanzan y atrapan en carrera.
		Lanzan y reciben un balón que lanza un compañero mientras se desplazan.
		Lanzan implementos a objetivos más pequeños.
		Utilizan formas maduras de manipulación para el control de objetos; por ejemplo: lanzan según el objetivo; atrapan con seguridad, amortiguando la recepción; golpean en el aire una pelota con la mano

JULIO	NO APLICA	
AGOSTO	Rúbrica	Reconocen la importancia de realizar un calentamiento antes de la parte principal de la clase de Educación Física y Salud.
		Realizan secuencias de movimientos, procurando llevar el ritmo de una melodía.
		Ejecutan combinaciones simples de movimientos y pasos de danzas tradicionales en forma coordinada.
		Ejecutan combinaciones simples de movimientos creados por ellos mismos, procurando expresar sentimientos o ideas por medio de sus movimientos corporales.
		Participan en juegos pre-deportivos colectivos, utilizando sus principios básicos: seguir la jugada, visión periférica, utilizar las dimensiones del terreno de juego, jugar con y sin implemento, simpleza.
SEPTIEMBRE	Rúbrica	Reconocen la importancia de realizar un calentamiento antes de la parte principal de la clase de Educación Física y Salud.
		Realizan secuencias de movimientos, procurando llevar el ritmo de una melodía.
		Ejecutan combinaciones simples de movimientos y pasos de danzas tradicionales en forma coordinada.
		Ejecutan combinaciones simples de movimientos creados por ellos mismos, procurando expresar sentimientos o ideas por medio de sus movimientos corporales.
		Participan en juegos pre-deportivos colectivos, utilizando sus principios básicos: seguir la jugada, visión periférica, utilizar las dimensiones del terreno de juego, jugar con y sin implemento, simpleza.

OCTUBRE	Prueba	Reconocen la importancia de realizar un calentamiento antes de la parte principal de la clase de Educación Física y Salud.
		Participan en juegos pre-deportivos colectivos, utilizando sus principios básicos: seguir la jugada, visión periférica, utilizar las dimensiones del terreno de juego, jugar con y sin implemento, simpleza.
		Elaboran actividades que impliquen estrategias de ataque y defensa, buscando objetivos y respetando las reglas señaladas: goles, canastas, ensayos, toques de suelo, etc.
NOVIEMBRE	Rúbrica	Reconocen la importancia de realizar un calentamiento antes de la parte principal de la clase de Educación Física y Salud.
		Participan en juegos pre-deportivos colectivos, utilizando sus principios básicos: seguir la jugada, visión periférica, utilizar las dimensiones del terreno de juego, jugar con y sin implemento, simpleza.
		Elaboran actividades que impliquen estrategias de ataque y defensa, buscando objetivos y respetando las reglas señaladas: goles, canastas, ensayos, toques de suelo, etc.