PLANIFICACIÓN CLASE DIARIA

ASIGNATURA: Educación Física y Salud **CURSO: 1 ° A – B** **FECHA: 12 al 16 de octubre 2020**

OBJETIVOS DE APRENDIZAJES	HABILIDADES/DESTREZAS
EF02 OA 01: Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles, como saltar de forma continua en un pie y luego en el otro, botear un balón mientras camina, mantener el equilibrio sobre una base a una pequeña altura, realizar suspensiones, giros y rodadas o volteos. OA 06: Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que incrementen la condición física, por medio de juegos y circuitos.	Practicar –Realizar– Escuchar - Ejecutar
OBJETIVO DE LA CLASE	ACTITUDES
"Aplicar habilidades motrices básicas de manipulación, mediante actividades de control del cuerpo e implementos con una dificultad progresiva, en un entorno adaptado y seguro".	**EF01 OAA D** Demostrar disposición a participar de manera activa en la clase. **EF01 OAA H** Demostrar disposición al esfuerzo personal, superación y perseverancia.

M	DESCRIPCIÓN DE LA CLASE ACTIVIDADES/ ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	INDICADOR	RECURSOS	EVALUACIÓN
INICIO	Saludo de bienvenida, Explicación del objetivo y actividades a realizar en la clase.	Escuchan con respeto la información. 100%	Botella de agua	Formativa
DESARROLLO	Realizan calentamiento a través de video dirigido aplicando diferentes tipos de movimientos. •Con una pelota, globo o pelotita de calcetín, realiza un recorrido en zig – zag, (creado con objetos como peluches, botellas de diferentes tamaños, prendas de vestir etc.) de las siguientes maneras, repitiendo 3 o 4 veces cada una. **Sin implemento.** 1. Caminando. 2. Corriendo. 3. Saltando. (pies juntos) 4. Saltando en el pie derecho. 5. Saltando en el pie izquierdo. **Con implemento.** 1. Lanza una pelota o globo contra la muralla y atrápala, puedes colocar alguna marca para apuntarle. 2. Rodando por el suelo con la mano derecha y luego con la mano izquierda. 3. Si puedes boteando con la mano derecha y luego con la izquierda. 4. Como tú inventes.	Ejecutan actividades 100% Realizan actividades con actitud de autocuidado. 100%	Peluche, botellas de diferentes tamaños, prendas de vestir, pelota o globo.	
CIERRE	Se reitera la importancia del calentamiento y les explica lo vital de realizar una vuelta a la calma y una elongación pertinente luego de la clase. Rutina de aseo e higiene.			