

PLANIFICACIÓN CLASE DIARIA

ASIGNATURA: Educación Física

CURSO: 5° A – B

PROFESOR: Gonzalo Aránguiz. – Carla González C.

FECHA: 24 al 28 Agosto

CLASE Nº: 21

Unidad Nº: I

TIEMPO: 2

Priorización de Objetivos

Habilidades Motrices

Estimados Padres, Apoderados y queridos Alumnos : Envío planificación y clase, de lo que se tratará la clase del Martes 25 de Agosto , seguiremos con el trabajo desde su hogar, abarcando objetivos priorizados de la asignatura, te invito a trabajar con el mismo entusiasmo y participación de sesiones anteriores.

Saludos cordiales.

OBJETIVOS DE APRENDIZAJES		HABILIDADES/DESTREZAS		
<p>EF05 OA 11 Practicar actividades físicas y/o deportivas, demostrando comportamientos seguros y un manejo adecuado de los materiales y los procedimientos: tales como un calentamiento específico individual o grupal, usar ropa adecuada para la actividad ,cuidar sus pertenencias ,manipular de forma segura las instalaciones e implementos.</p> <p>EF05 OA 06 Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que desarrollen la condición física por medio de la práctica de ejercicios de resistencia cardiovascular, fuerza, flexibilidad y velocidad, estableciendo metas de superación personal.</p> <p>EF05 OA 08 Determinar la intensidad del esfuerzo físico de forma manual, mediante el pulso o utilizando escalas de percepción de esfuerzo.</p>		<p>Aplicar, demostrar, reconocer, ejecutar.</p>		
OBJETIVO DE LA CLASE		ACTITUDES		
<p>Objetivo Priorizado Ejecuta actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que desarrollen la condición física de resistencia cardiovascular, fuerza, flexibilidad y velocidad, estableciendo metas de superación personal.</p>		<p>› Demostrar disposición al esfuerzo personal, superación, participación y perseverancia.</p>		
M	DESCRIPCIÓN DE LA CLASE ACTIVIDADES/ ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	INDICADOR	RECURSOS	EVALUACIÓN
INICIO	<p>Saludo de bienvenida. Lineamientos de la clase. Ruta de aprendizaje Objetivo de la sesión, retroalimentar contenidos descendidos arrojados en la evaluación formativa.</p>	<p>› El 100% de los estudiantes ajustan y adaptan los movimientos corporales a las necesidades que conllevan actividades de rendimiento motor</p>	<p>Botella de agua, para su hidratación. Espacio libre. Kilos de alimentos.</p>	<p>FORMATIVA</p>

DESARROLLO	<p>Recordar conceptos de cualidades físicas. Fuerza, velocidad, flexibilidad y resistencia. Ejemplos de cada uno. Ejercicios en casa.</p>	<p>y juegos individuales y colectivos. › El 80% de los estudiantes utilizan ropa adecuada para la práctica de una actividad física y/o deportiva.</p>	<p>(azúcar, sal, arroz) Silla</p>	
CIERRE	<p>Vuelta a la calma. Elongaciones tren superior e inferior. Relajación Aseo Personal</p>	<p>› El 100% de los estudiantes Mantienen ordenados los espacios en que realizan las actividades físicas. › El 100% de los estudiantes ejecutan de forma autónoma un calentamiento específico para una actividad física y/o deportiva.</p>		

CARLA GONZALEZ CAMILO

PROFESORA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD.