



PLANIFICACIÓN CLASE DIARIA

ASIGNATURA: Educación Física

CURSO: 5° A – B

PROFESOR: Gonzalo Aránguiz. – Carla González C.

FECHA: 28 Septiembre al 2 de Octubre

CLASE Nº: 26

Unidad Nº: II

**Habilidades Motrices**

**Estimados Padres, Apoderados y queridos Alumnos :** Envío planificación y clase, de lo que se tratará la sesión del Viernes 02 de Octubre , en ésta semana corresponde la retroalimentación de los resultados de la evaluación formativa, reforzaremos los contenidos más descendidos, correspondiente a los deportes colectivos, en este caso Basquetbol.

Saludos cordiales.

OBJETIVOS DE APRENDIZAJES		HABILIDADES/DESTREZAS		
EF07 OA 01: Aplicar, combinar y ajustar las habilidades motrices específicas de locomoción, manipulación y estabilidad en al menos: Un deporte individual (atletismo, gimnasia artística, entre otros). Un deporte de oposición (tenis, entre otros). Un deporte de colaboración (escalada, voleibol, duplas entre otros). Una danza (folclórica, moderna entre otras)		Aplicar, demostrar, reconocer, ejecutar.		
OBJETIVO DE LA CLASE		ACTITUDES		
Conocer fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios del deporte del Basquetbol. Realizar la rutina de ejercicios desde su hogar. Retroalimentación.		› Demostrar disposición al esfuerzo personal, superación, participación y perseverancia.		
M	DESCRIPCIÓN DE LA CLASE ACTIVIDADES/ ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	INDICADOR	RECURSOS	EVALUACIÓN
INICIO	Saludo de bienvenida. Ruta de aprendizaje. Lineamientos de la asignatura Clase efectiva. Objetivo de la clase.	› El 100% de los estudiantes ajustan y adaptan los movimientos corporales a las necesidades que conllevan actividades de rendimiento motor y juegos individuales y colectivos. › El 80% de los estudiantes utilizan	Botella de agua, para su hidratación. Espacio libre. Kilos de alimentos. (azúcar, sal, arroz) Silla PPT	FORMATIVA

<b>DESARROLLO</b>	<p>Recordar los contenidos. Resumen de los aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios del deporte. Refuerzo de los contenidos más descendidos.</p> <p><b>Rutina de ejercicios en casa:</b></p> <p>Flexoextensiones 10 repeticiones por 3 series Elevación frontal 10 repeticiones por 3 series. Estocadas 10 repeticiones por 3 series.</p>	<p>ropa adecuada para la práctica de una actividad física y/o deportiva. › El 100% de los estudiantes Mantienen ordenados los espacios en que realizan las actividades físicas. › El 100% de los estudiantes</p>	<b>Computador</b>	
<b>CIERRE</b>	<p>Vuelta a la calma. Elongaciones Comentarios de la sesión.</p>	<p>ejecutan de forma autónoma un calentamiento específico para una actividad física y/o deportiva.</p>		

**CARLA GONZALEZ CAMILO**

**PROFESORA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD.**