



**PLANIFICACIÓN CLASE DIARIA**

**ASIGNATURA:** Educación Física

**CURSO:** 5° A – B

**PROFESOR:** Gonzalo Aránguiz. – Carla González C.

**FECHA:** 05 al 09 de Octubre

**CLASE N°:** 27

**Unidad N°:** II

**Habilidades Motrices**

**Estimados Padres, Apoderados y queridos Alumnos :** Envío planificación y clase, de lo que se tratará la sesión del Viernes 09 de Octubre , en ésta semana corresponde conocer otro deporte colectivo en este caso Handbol, te invito a trabajar con entusiasmo y compromiso.

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: <b>Un deporte individual</b> (atletismo, gimnasia artística, entre otros). <b>Un deporte de oposición</b> (tenis, entre otros). <b>Un deporte de colaboración</b> (escalada, voleibol, duplas entre otros). <b>Una danza</b> (folclórica, moderna entre otras)		Aplicar, demostrar, reconocer, ejecutar.		
OBJETIVO DE LA CLASE		ACTITUDES		
Conocer fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios del deporte del Handbol. Realizar la rutina de ejercicios desde su hogar.		› 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. Silla PPT Computador	FORMATIVA

DESARROLLO	<p>PPT          Posiciones jugadores.          Área de portería.          Sanciones.          Duración del juego.          Tipos de lanzamientos.          Señales de arbitro          Dato curioso.</p> <p><b>Rutina de ejercicios en casa:</b>          Movilidad articular          Half burpees 10 repeticiones por 3 series          Estocadas 10 repeticiones por 3 series.          Plancha extendida 15 seg. 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 ejecutan de forma autónoma un calentamiento específico para una actividad física y/o deportiva.</p>		
CIERRE	<p>Vuelta a la calma.          Elongaciones          Comentarios de la sesión.          Ticket de salida.</p>			

**CARLA GONZALEZ CAMILO**

**PROFESORA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD.**