

PLANIFICACIÓN CLASE DIARIA

ASIGNATURA: Educación Física y Salud

CURSO: 8°A - B

PROFESORES: Cristian Herrera T. - Carla González C.

FECHA: 31 de agosto al 04 de septiembre

CLASE Nº: 1

Unidad Nº: II

OBJETIVOS DE APRENDIZAJES		HABILIDADES		
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, bádminton, entre otros). Un deporte de colaboración (escalada, vóleybol duplas, entre otros). Un deporte de oposición/colaboración (básquetbol, hándbol, hockey, entre otros). Una danza (folclórica, moderna, entre otras).		Aplicar – Ejecutar – Reconocer- Demostrar		
OBJETIVO DE LA CLASE		ACTITUDES		
Conocer fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios del Voleibol y desarrollar en su hogar una rutina de ejercicios intramuros.		› Demostrar disposición al esfuerzo personal, superación y perseverancia.		
M	DESCRIPCIÓN DE LA CLASE ACTIVIDADES/ ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	INDICADOR 100%	RECURSOS	EVALUACIÓN
INICIO	Saludo de bienvenida. Conocen el objetivo y ruta de aprendizaje de la clase, estas son socializadas con los estudiantes	›Ejecutan los ejercicios de manera correcta y sin mayores problemas. ›Identifican y reconocen los conceptos asociados al Voleibol.	-Lugar apropiado -Silla o piso -Paquete de harina, sal, azúcar, etc. -PPT -Computador	FORMATIVA
DESARROLLO	-Recuerdan lineamientos y normas a seguir para el funcionamiento óptimo de las clases a distancia. -Conocen conceptos asociados al Voleibol, como su historia, reglas, vestimenta, etc. -Ejecutan rutina de ejercicios en casa utilizando una silla o piso y alimentos no perecibles 1. Estocadas 2. Flexo extensiones 3. Elevación frontal Realizan esta actividad en 3 series de 15 repeticiones cada una.			
CIERRE	Realizan la vuelta a la calma Se retoma la ruta de aprendizaje para verificar los logros del objetivo de la clase realizada.			