

## Educación física y salud

### 3° año 2022

#### **Unidad 1: Combinando habilidades motrices**

La unidad tiene dos propósitos principales. Primero, que los estudiantes combinen habilidades motrices de locomoción, manipulación y estabilidad.

##### **HABILIDADES POR TRABAJAR:**

- Desarrollar de forma simultánea, se pretende que incorporen normas de higiene, prevención y seguridad y que sean capaces de realizar un calentamiento antes del esfuerzo físico. Asimismo, se espera que ejecuten actividades físicas que desarrollen la resistencia, fuerza, flexibilidad y velocidad, y que describan y registren las respuestas corporales provocadas por el ejercicio físico.

Educación Física y Salud constituye una asignatura central de la educación escolar, que se enmarca en el proceso de formación integral del ser humano. A partir de la práctica regular de actividad física, los estudiantes podrán desarrollar habilidades motrices y actitudes proclives

#### **Unidad 2: Planificando juegos colectivos**

La unidad tiene dos propósitos principales. Primero, que los estudiantes sigan combinando habilidades motrices de locomoción, manipulación y estabilidad.

##### **HABILIDADES POR TRABAJAR:**

- La unidad buscará desarrollar ejercicios que refuerzen la estabilidad y juegos colectivos. Aprender a registrar respuestas corporales provocadas por la exigencia física.

Las evaluaciones para el primer semestre son:

EVALUACIÓN	FECHA	PONDERACIÓN EVALUACIÓN	CALIFICACIÓN/ PONDERACIÓN OBTENIDA	FIRMA APODERADO
TRABAJO PRÁCTICO I		25%		
TRABAJO PRÁCTICO II		25%		
TRABAJO PRÁCTICO III		20%		
AUTOEVALUACIÓN		10%		
FORMATIVA Y MONITOREO		20%		
	<b>PROMEDIO FINAL</b>	100%		

