

PLANIFICACIÓN 2022

Asignatura: Educación Física y Salud	Mes: Marzo- Abril	
Docente: Julio Cruz	Curso: 3B	Unidad Número: Unidad 1

RUTA DEL APRENDIZAJE

1. ANTICIPACIÓN

¿Cómo informará a los estudiantes lo que se realizará durante las clases?

- Comunicaré el objetivo de la clase
- Activaré los conocimientos previos
- Informaré los recursos que vamos a utilizar durante la clase.

2. EXPOSICIÓN O MODELAMIENTO

¿Qué tipo de estrategia didáctica utilizará en sus clases?

- Utilizaré recursos audiovisuales como imágenes, audios, Videos, presentaciones o animaciones.
- Utilizaré páginas web con juegos y sitios educativos.
- Utilizaré el texto del estudiante y/o guías de aprendizaje.
- Utilizaré modelamiento docente

3. DISCUSIÓN

¿Cómo promoverá la discusión con sus estudiantes?

- Utilizando preguntas que incentiven la reflexión.
- Respondiendo preguntas en conjunto con los estudiantes.
- Guiando el diálogo entre los y las estudiantes.

4. ACTIVIDAD

¿Qué tipo de trabajo asignará a los estudiantes?

- Realizarán trabajos prácticos, experiencias, experimentos o trabajos de investigación.
- Resolverán guías de aprendizaje, cuestionarios, ejercicios propuestos en los textos del estudiante, Ticket de salida.

5. RETROALIMENTACIÓN

¿Qué actividades realizará para retroalimentar sus clases?

- Retroalimentaré mediante la evaluación formativa y los resultados obtenidos en la actividad.
- Otorgaré espacios a los estudiantes para presentar sus dudas y cuestionamientos.

6. HABILIDAD DEL SIGLO XXI

¿Qué tipo de habilidad del siglo XXI promoverá?

- Creatividad
- Metacognición
- Pensamiento crítico

7. ¿Qué tipo de adaptación curricular realizará? (ver apoyo Diseño Universal de Aprendizaje)

Principio I. Proveer múltiples medios de representación.

- Proporcionar opciones para la percepción.
- Proporcionar opciones para el lenguaje y el uso de símbolos.
- Proporcionar opciones para la comprensión.

Principio II. Proveer múltiples medios de acción y expresión.

- Proporcionar opciones para la acción física.
- Proporcionar opciones para las habilidades expresivas y para la fluidez.
- Proporcionar opciones para las funciones ejecutivas.

Principio III. Proveer múltiples formas de implicación.

- Proporcionar opciones para suscitar interés.
- Proporcionar opciones para sostener el esfuerzo y la constancia.
- Proporcionar opciones para la autorregulación.

Objetivos de aprendizaje (Indique solo el N° de OA)	Indicadores de evaluación (Señale que indicadores de evaluación trabajará durante el mes)	Adecuaciones de Acceso (Ver apoyo Adecuaciones de Acceso, anexo 2)	Instrumento de Evaluación
<p>OA1</p> <p>OA6</p>	<p>Combinan y usan el máximo de habilidades de desplazamiento, como reptar y correr de forma coordinada, trepar y saltar, caminar, correr y saltar, deslizar y saltar en un pie, saltar con un pie y luego con el otro.</p> <p>Aceleran una carrera para alcanzar una mayor altura o distancia en el salto. Caminan sobre una viga dibujada o puesta a una altura.</p> <p>Ejecutan distintas combinaciones para iniciar y terminar el salto; por ejemplo: saltar con un pie y aterrizar con los pies juntos, saltar a pies juntos y aterrizar con el pie derecho.</p> <p>Lanzan y reciben un balón mientras se desplazan. Reciben un balón que fue lanzado contra el piso. Ruedan un balón entremedio de conos con las manos o los pies. Conducen un balón con el pie en zigzag.</p> <p>Ejecutan actividades de equilibrio en superficies estables e inestables, procurando desarrollar las nociones de los segmentos corporales en el espacio que permitan moverse en gran variedad de formas: giros, rotaciones, balanceos, colgarse, zigzag, posiciones en el lugar, posiciones invertidas, posiciones en suspensión, posiciones sobre bases reducidas, saltos o aterrizajes o caídas de alturas.</p> <p>Demuestran diferentes formas de mantener el equilibrio estático y dinámico; por ejemplo: separan las piernas para aumentar la base de soporte, se agachan para</p>	<p>Presentación de la información</p> <p>Se presenta de manera audiovisual y con material concreto.</p> <p>La forma de dar respuesta</p> <p>Deben ejecutar las actividades en clases siguiendo las actividades o dar respuesta escrita dependiendo del contexto de la actividad.</p> <p>El entorno</p> <p>Los alumnos son capaces de autoregularse dentro de la cancha o sala de clases</p> <p>Organizar el tiempo</p> <p>El alumno puede trabajar a su propio ritmo y autoevaluarse para pasar al siguiente nivel de complejidad.</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> Rúbrica.</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Escalas de apreciación.</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Listas de cotejo.</p> <p><input type="checkbox"/> Evaluación sumativa impresa o digital</p>

OA9	<p>bajar el centro de gravedad, entre otros.</p> <p>Ejecutan actividades en las cuales se requiera mantener un esfuerzo durante un tiempo prolongado: saltos, carreras, lanzamientos, etc.</p> <p>Utilizan la mayor cantidad de grupos musculares en la ejecución de las actividades propuestas.</p> <p>Ejecutan una variedad de actividades que activen grupos musculares necesarios para la práctica de actividad física: brazos, piernas, tronco.</p> <p>Realizan movimientos que impliquen gran amplitud de los segmentos corporales.</p> <p>Ejecutan alguna prueba o test para valorar el nivel personal de desarrollo de las cualidades físicas, procurando superar sus marcas personales por medio del entrenamiento.</p> <p>Señalan aquellos alimentos que aporten más energía y que son más saludables.</p> <p>Realizan rutinas básicas de higiene al término de la clase: ducharse y cambiarse de ropa después de la práctica del ejercicio físico.</p>		
OA11	<p>Guiados por el docente, identifican una razón por la cual la práctica regular de actividad física es importante para la salud.</p> <p>Identifican un amplio repertorio de ejercicios que pueden disponer para realizar un calentamiento correcto.</p> <p>Ejecutan actividades de calentamiento al inicio de la clase y ejercicios de vuelta a la calma al finalizar la sesión.</p>		



	<p>Conocen medidas de prudencia adecuadas en la práctica de ejercicio físico.</p> <p>Siguen normas básicas de comportamientos en clases de educación física: moverse en los lugares aptos para la realización de las actividades, escuchar las instrucciones del profesor, no empujarse ni seguir conductas peligrosas para la propia integridad y la de los pares, cuidar el material de trabajo y recogerlo al término de la clase.</p> <p>Inician sus actividades sin esperar a ver cómo la realizan sus compañeros.</p>		
--	---	--	--