



RUTA DE APRENDIZAJE

Asignatura:	Educación Física y salud	Curso:	1° básico
Profesor/a:	Depto. de Educación Física	Tiempo:	4 semanas
Inicio:	4 de marzo	Término:	28 de marzo

MI PLAN DE TRABAJO

Temas a Desarrollar	Actividad	Semana
<p>UNIDAD 0: Adaptación anatómica.</p> <p>Contenido: Locomoción (habilidades motrices básicas).</p> <p>a. Correr, saltar, girar, reptar, cuadrupedia (con y sin obstáculos)</p> <p>b. Equilibrio: estático y dinámico.</p> <p>c. Coordinación: óculo-podal y óculo-manual.</p> <p>d. Ubicación tiempo-espacio:</p> <ul style="list-style-type: none">- Derecha e izquierda.- Arriba y abajo.- Adelante y atrás.	<p>Identificación de las actividades</p> <p>Evaluación Diagnostica</p> <p>Circuito locomotor.</p> <ul style="list-style-type: none">- Trabajo por estaciones (5) para fortalecimiento y estabilizaciones. <p>Juegos coordinativos (óculo podal y óculo manual).</p> <ul style="list-style-type: none">- Lanzar y atrapar, con una o ambas manos, diferentes objetos y de distinto tamaño.- Manipular diferentes objetos con uno o ambos pies.	<p>Semana 1</p> <p>03 al 07 de marzo</p>
<p>UNIDAD 0: Adaptación anatómica.</p> <p>Contenido: Locomoción (habilidades motrices básicas).</p> <p>e. Correr, saltar, girar, reptar, cuadrupedia (con y sin obstáculos)</p> <p>f. Equilibrio: estático y dinámico.</p> <p>g. Coordinación: óculo-podal y óculo-manual.</p> <p>h. Ubicación tiempo-espacio:</p> <ul style="list-style-type: none">- Derecha e izquierda.- Arriba y abajo.- Adelante y atrás.	<p>Identificación de las actividades</p> <p>Circuito locomotor.</p> <ul style="list-style-type: none">- Trabajo por estaciones (5) para fortalecimiento y estabilizaciones. <p>Juegos coordinativos (óculo podal y óculo manual).</p> <ul style="list-style-type: none">- Lanzar y atrapar, con una o ambas manos, diferentes objetos y de distinto tamaño. <p>Manipular diferentes objetos con uno o ambos pies.</p>	<p>Semana 2</p> <p>10 al 14 de marzo</p>



<p>UNIDAD 0: Adaptación anatómica.</p> <p>Contenido: Locomoción (habilidades motrices básicas).</p> <ul style="list-style-type: none">i. Correr, saltar, girar, reptar, cuadrupedia (con y sin obstáculos)j. Equilibrio: estático y dinámico.k. Coordinación: óculo-podal y óculo-manual.l. Ubicación tiempo-espacio:<ul style="list-style-type: none">- Derecha e izquierda.- Arriba y abajo.- Adelante y atrás.	<p>Identificación de las actividades</p> <p>Círculo locomotor.</p> <ul style="list-style-type: none">- Trabajo por estaciones (5) para fortalecimiento y estabilizaciones. <p>Juegos coordinativos (óculo podal y óculo manual).</p> <ul style="list-style-type: none">- Lanzar y atrapar, con una o ambas manos, diferentes objetos y de distinto tamaño. <p>Manipular diferentes objetos con uno o ambos pies.</p>	<p>Semana 3</p> <p>17 al 21 de marzo</p>
<p>UNIDAD 0: Adaptación anatómica.</p> <p>Contenido: Locomoción (habilidades motrices básicas).</p> <ul style="list-style-type: none">m. Correr, saltar, girar, reptar, cuadrupedia (con y sin obstáculos)n. Equilibrio: estático y dinámico.o. Coordinación: óculo-podal y óculo-manual.p. Ubicación tiempo-espacio:<ul style="list-style-type: none">- Derecha e izquierda.- Arriba y abajo.- Adelante y atrás.	<p>Identificación de las actividades</p> <p>Círculo locomotor.</p> <ul style="list-style-type: none">- Trabajo por estaciones (5) para fortalecimiento y estabilizaciones. <p>Juegos coordinativos (óculo podal y óculo manual).</p> <ul style="list-style-type: none">- Lanzar y atrapar, con una o ambas manos, diferentes objetos y de distinto tamaño. <p>Manipular diferentes objetos con uno o ambos pies.</p>	<p>Semana 4</p> <p>24 al 28 de marzo</p>

EVALUACIONES Y CALIFICACIONES

Evaluación	Nota	Fecha
• Evaluación diagnóstica: (Lista de cotejo)	Sin calificación	4 de marzo
• Evaluación formativa: (observación directa)	Sin calificación	18 de marzo
• Evaluación Sumativa: (Escala de apreciación)	Con nota	25 de marzo

