



RUTA DE APRENDIZAJE

Asignatura:	Ed. Física y Salud	Curso:	4tos Medios
Profesor/a:	Departamento de Ed. Física	Tiempo:	5 clases
Inicio:	01 de abril	Término:	29 de Abril

Unidad 1 “Deportes”

“Deportes”	Actividades	Semanas
Adaptación Anatómica Evaluación	Evaluación Circuito de Fuerza Ejecución técnica de ejercicios del tren, superior y core.	Semana 1 - 01 de abril Duración - 80 minutos
Fundamentos Tácticos Principios de juego generales	Principios de juego generales: - Movilidad, visión periférica y juego a lo largo y ancho. - Situaciones de juego en espacio reducido - Toma de decisiones - Juego colectivo	Semana 2 - 6 de abril Duración - 80 minutos
Fundamentos Tácticos Principios de juego generales	Principios de Juego generales: - Movilidad, visión periférica, velocidad de reacción con y sin balón, y toma de decisiones. - Juego reducido de 3x3 – 4x4 - Realidad de Juego	Semana 3 -13 de abril Duración - 80 minutos
Fundamentos Tácticos Principios de juego Específicos	Principios de Juego Específicos: - P. Ofensivos: superioridad numérica, acompañar la jugada. - P. Defensivos: Reconversión y Coberturas - Realidad de juego	Semana 4 -20 de abril Duración - 80 minutos
Fundamentos Tácticos Principios de juego Específicos	Principios de Juego Específicos: - P. de juego Ofensivos: Desmarque, Contraataque, Apoyos, Posesión de balón. - P. de juego Defensivos: Anticipación, Marcajes y Pressing. - Realidad de juego	Semana 5 -27 de abril Duración - 80 minutos



EVALUACIONES Y CALIFICACIONES

Evaluación	Fecha	Nota
Adaptación Anatómica	01 de abril	Parcial