



RUTA DE APRENDIZAJE

Asignatura:	Ed. Física y Salud	Curso:	1ros Medios
Profesor/a:	Departamento de Ed. Física	Tiempo:	4 clases
Inicio:	5 de Abril	Término:	26 de Abril

Unidad 1 “Deportes”

“Deportes”	Actividades	Semanas
Evaluación Adaptación Anatómica Circuito de fuerza General	Evaluación Circuito de Fuerza <ul style="list-style-type: none">-Ejecución técnica-Realización de series y repeticiones-Dominio de los movimientos-Consideración de la continuidad y descansos durante el entrenamiento.	Semana 1 -5 de Abril Duración - 80 minutos
Fundamentos Tácticos Principios de juego generales	Principios de juego generales: <ul style="list-style-type: none">- Movilidad, visión periférica y juego a lo largo y ancho.-Situaciones de juego en espacio reducido-Toma de decisiones-Juego colectivo	Semana 2 - 12 abril Duración - 80 minutos
Fundamentos Tácticos Principios de juego Específicos	Principios de Juego Específicos: <ul style="list-style-type: none">- P. Ofensivos: superioridad numérica, acompañar la jugada.-P. Defensivos: Reconversión y Coberturas- Realidad de juego	Semana 4 -19 de abril Duración - 80 minutos
Fundamentos Tácticos Principios de juego Específicos	Principios de Juego Específicos: <ul style="list-style-type: none">-P. de juego Ofensivos: Desmarque, Contraataque, Apoyos, Posesión de balón.-P. de juego Defensivos: Anticipación, Marcajes y Pressing.-Realidad de juego	Semana 5 -26 de abril Duración - 80 minutos



EVALUACIONES Y CALIFICACIONES

Evaluación	Fecha	Nota
Evaluación Adaptación Anatómica Circuito de fuerza General	12 de abril	Nota Parcial

