

ASIGNATURA: Educación Física



Nivel:	Tercero básico y cuarto básico
Docente:	Alex Hernández
Unidad:	Vida activa y saludable

Propósito de aprendizaje

- Vida Activa y Saludable
- OA 6: Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa, que desarrollen la condición física por medio de la práctica de ejercicios de resistencia cardiovascular, fuerza, flexibilidad y velocidad, mejorando sus resultados personales.
- Adaptar la actividad física en el hogar

Evidencias (indicadores esenciales de evaluación)

- Registran sus actividades semanales.
- Reconocen y registran las respuesta corporales al ejercicio
- Reconocen las capacidades físicas: Fuerza, velocidad, flexibilidad y resistencia.

Instrucciones Generales

En el trabajo de la unidad se contemplará una actividad semanal, que implicará:

1. Clases sincrónicas o video explicativo
2. Publicación de las instrucciones y recursos en el aula virtual por parte del profesor.
3. Revisión de los recursos y realización de la actividad por parte del o la estudiante.

Periodo de ejecución de la unidad: entre el 17 de agosto y el 9 de octubre.

Fecha de publicación de instrumentos de evaluación formativa para recoger información.

- ✓ 28 de agosto: Video explicativo en el aula.
- ✓ 4 de septiembre: publicación de recursos
- ✓ 11 de septiembre: Publicación de recursos
- ✓ 25 de septiembre: publicación de recursos
- ✓ 5 de octubre: Actividad final Unidad 3.

FECHA	ACTIVIDADES DEL PROFESOR	ACTIVIDADES DE LOS ESTUDIANTE	RECURSOS O MEDIOS	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN (formativa)
Semana del 24 al 28 de agosto	a. Video explicativo de la uidad. b. Material de apoyo y registro	a. Revisa material y registra sus actividades.	<ul style="list-style-type: none"> - Video Explicativo - Archivos de apoyo. 	
Semana del 31 de agosto al 4 de septiembre	a. Encuentro sincronico "capacidades físicas en casa" b. Material de apoyo	a. Asisten a la clase o ven el video de esta. b. Rgistran sus actividades	<ul style="list-style-type: none"> - Clase sincronica - Archivos de apoyo 	- Retroalimentación inmediata en la clase
Semana del 7 al 11 de septiembre.	a. Encuentro sincronico "capacidades físicas en casa" b. Material de apoyo	a. Asisten a la clase o ven el video de esta. b. Rgistran sus actividades	<ul style="list-style-type: none"> - Clase sincronica - Archivos de apoyo 	Retroalimentación directa en la clase.

Semana del 21 al 25 de septiembre.	<ul style="list-style-type: none"> a. Encuentro sincronico "capacidades físicas en casa" b. Material de apoyo 	<ul style="list-style-type: none"> c. Asisten a la clase o ven el video de esta. d. Rgistran sus actividades 	<ul style="list-style-type: none"> e. Clase sincronica f. Archivos de apoyo 	Retroalimentación directa en la clase.
Semana del 28 de septiembre al 2 de octubre	<ul style="list-style-type: none"> a. Encuentro sincronico "capacidades físicas en casa" b. Material de apoyo 	<ul style="list-style-type: none"> a. Asisten a la clase o ven el video de esta. b. Rgistran sus actividades 	<ul style="list-style-type: none"> c. Clase sincronica d. Archivos de apoyo 	Retroalimentación directa en la clase.
Semana del 5 al 9 de octubre	<ul style="list-style-type: none"> a. Video explicativo de actividad final correspondiente a creación de un video donde muestren su rutina de ejercicios. b. Contacto en caso de consultas. 	<ul style="list-style-type: none"> a. Revisan instrucciones y crean video con su rutina de ejercicios. b. Envian su registro de actividades 	<ul style="list-style-type: none"> c. Video Explicativo 	Retroalimentación de los productos enviados.