



Educación física y Salud “Autoevaluación video práctico N°6”
5° - 6° básicos

Nombre estudiante: _____ Curso: _____

Fecha inicio: Semana del 02 al 06 de noviembre Fecha de Término: viernes 13 de noviembre.

Objetivo de la clase: (OA1) Demostrar la aplicación de las habilidades motrices básicas adquiridas, en una variedad de actividades deportivas; por ejemplo: realizar un giro sobre una viga de equilibrio, lanzar un balón hacia la portería y correr una distancia determinada (por ejemplo, 50 o 100 metros).

Indicador de logro:

- ✓ Demuestran la forma correcta de ejecutar un calentamiento específico para una actividad física y/o deportiva.
- ✓ Dirigen de forma autónoma la vuelta a la calma (fase final) para una actividad física y/o deportiva.
- ✓ Ejecutan de manera correcta actividades de movilidad articular y elongación muscular de tronco y extremidades.
- ✓ Aplican habilidades motrices específicas de manipulación en juegos deportivos; por ejemplo: reciben eficazmente implementos; lanzan oportunamente y con precisión de acuerdo a la situación.
- ✓ Usan ropa adecuada para la práctica de una actividad física y/o deportiva; por ejemplo: zapatillas, calcetas de algodón, buzo, entre otros.

Instrucción(es): Ejecutar la clase práctica N°6 que puedes encontrar en la página del colegio. Luego, leer y responder la siguiente autoevaluación. Recuerda que, si tienes dificultad para imprimir este archivo, debes responder directamente en tu cuaderno solo las respuestas. Esta actividad solo se envía la autoevaluación al classroom de la asignatura.

6° Básicos B y C: Profesor Bastián Musa – 6°A: Profesora Karen Aguilar
5° Básicos: Profesora Karen Aguilar:

Contenido: Combinación habilidades motrices específicas.





Autoevaluación/ Preguntas de cierre para reflexión.

Responde y envíalo al classroom de la asignatura

1. ¿Cuánto tiempo necesité aproximadamente para realizar esta clase práctica?
2. Según la clase que acabas de realizar. ¿Crees tú que tienes bien desarrolla las habilidades específicas de manipulación? ¿Por qué?
3. ¿Disfrutas la clase de Ed Física y Salud? ¿Por qué?
4. ¿Qué ejercicio fue el más difícil de ejecutar? ¿Qué hiciste para finalmente lograr el desafío?
5. ¿Puede utilizar bien los implementos dados? Y si los modificaron ¿Cuáles usaron?
6. ¿Qué ejercicios realizaste para desarrollar tu propia vuelta a la calma?

