



**RUTA DE APRENDIZAJE**

Asignatura:	Educación Física y salud	Curso:	4° básico
Profesor/a:	Depto. de Educación Física	Tiempo:	4 semanas
Inicio:	5 de marzo	Término:	27 de marzo

**MI PLAN DE TRABAJO**

Temas a Desarrollar	Actividad	Semana
<p><b>UNIDAD 0:</b> 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"> <li>- Derecha e izquierda.</li> <li>- Arriba y abajo.</li> <li>- Adelante y atrás.</li> </ul>	<p><b>Identificación de las actividades</b></p> <p><b>Circuito locomotor.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajo por estaciones (5) para fortalecimiento y estabilizaciones.</li> </ul> <p><b>Juegos coordinativos (óculo podal y óculo manual).</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lanzar y atrapar, con una o ambas manos, diferentes objetos y de distinto tamaño.</li> <li>- Manipular diferentes objetos con uno o ambos pies.</li> </ul>	<p>Semana 1</p> <p>03 al 07 marzo</p>
<p><b>UNIDAD 0:</b> 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"> <li>- Derecha e izquierda.</li> <li>- Arriba y abajo.</li> <li>- Adelante y atrás.</li> </ul>	<p><b>Identificación de las actividades</b></p> <p><b>Circuito locomotor.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajo por estaciones (5) para fortalecimiento y estabilizaciones.</li> </ul> <p><b>Juegos coordinativos (óculo podal y óculo manual).</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lanzar y atrapar, con una o ambas manos, diferentes objetos y de distinto tamaño.</li> <li>- Manipular diferentes objetos con uno o ambos pies.</li> </ul>	<p>Semana 2</p> <p>10 al 14 de marzo</p>
<p><b>UNIDAD 0:</b> Adaptación anatómica.</p>	<p><b>Identificación de las actividades</b></p>	<p>Semana 3</p> <p>17 al 21 de marzo</p>



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

### EVALUACIONES Y CALIFICACIONES

Evaluación	Nota	Fecha
• <b>Evaluación diagnóstica:</b> (Lista de cotejo)	<b>Sin calificación</b>	<b>5 de marzo</b>
<b>Evaluación formativa:</b> (observación directa)	<b>Sin calificación</b>	<b>19 de marzo</b>
• <b>Evaluación Sumativa:</b> (Escala de apreciación)	<b>Con nota</b>	<b>26 de marzo</b>



**Colegio Academia  
de Humanidades**  
Padres Dominicos

