



### RUTA DE APRENDIZAJE MENSUAL 2024

<b>Asignatura:</b> Educación Física y Salud	<b>Profesor(a):</b> Rosa Palma	<b>Curso:</b> Cuarto Básico	<b>Fecha:</b> Marzo - Abril
<b>Habilidad a desarrollar</b>	Fuerza, resistencia y flexibilidad		

Eje de aprendizaje	Objetivos de Aprendizaje priorizados	Indicadores para el eje	Evaluación del aprendizaje
<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>HABILIDADES MOTRICES</b></li><li>• <b>VIDA ACTIVA Y SALUDABLE</b></li></ul> <p><b>Unidad I:</b> Capacidades Físicas</p>	<p><b>Basales:</b> OA1. Demostrar control en la ejecución de las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles; por ejemplo: atrapar un objeto con una mano a diferentes alturas, desplazarse botando un objeto en zigzag y saltar, caminar sobre una base a una pequeña altura y realizar un giro de 360° en un solo pie.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Controlar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes juegos</li><li>• Ejecutar movimientos complejos que requieren coordinación de diferentes partes del cuerpo</li></ul>	<p><b>Evaluación Formativa:</b> Escala de apreciación semana 4, retroalimentación cada clase</p>
			<p><b>Evaluación Sumativa:</b></p> <p>-semana 3 escala de apreciación</p> <p>-semana 7 escala de apreciación.</p>



	<p>OA6. 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.</p> <p><b>Complementarios:</b> OA8. Medir y registrar las respuestas corporales provocadas por la actividad física mediante el pulso o utilizando escalas de percepción de esfuerzo.</p> <p><b>Transversales:</b> OAT1. Favorecer el desarrollo físico personal y el autocuidado, en el contexto de la valoración de la vida y el propio cuerpo, mediante hábitos de higiene, prevención de riesgos y hábitos de vida saludable.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Practicar hábitos de higiene</li><li>• Conocer la importancia del autocuidado</li><li>• Realizar diferentes juegos que involucren capacidades físicas condicionantes</li><li>• Ejecutar actividades que involucren capacidades físicas grupal o individual.</li></ul>	
--	--	---	--