



EVALUACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD CIRCUITO DE HABILIDADES MOTRICES

OBJETIVO DE APRENDIZAJE

OA 1: Demostrar capacidad para ejecutar de forma combinada las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles, como correr y lanzar un objeto con una mano, caminar sobre una línea y realizar un giro de 180° en un pie.



CONTENIDOS:

- Caminata en enanitos (agilidad)
- Saltos en un pie (habilidad motriz de saltar)
- Lanzamiento (habilidad motriz de lanzar)
- Equilibrio (habilidad motriz de estabilidad)
- Lanzamiento y derribar objetos (habilidad motriz combinada)

INSTRUCCIONES: el alumno debe tener en consideraciones las siguientes instrucciones al momento de realizar su evaluación.

- Realizar la evaluación en un espacio cómodo el cual se adapte a las necesidades del desarrollo del circuito a evaluar en su totalidad.
- Al momento de la evaluación debe llevar ropa deportiva.
- El circuito motriz debe estar ordenado antes de comenzar la grabación de la evaluación.
- **EL ALUMNO TENDRÁ QUE GRABARSE REALIZANDO EL CIRCUITO MOTRIZ, RESPETANDO EL ORDEN EN EL QUE SERA ENVIADO.**
- El alumno tendrá que pasar **SOLO UNA VEZ** por el circuito, lo que no quita que previo a la grabación pueda pasar un par de veces para practicar.
- El tiempo a considerar para la grabación será de **2 MINUTOS MÍNIMO Y 5 MINUTOS MÁXIMO.**
- Solo se debe grabar el desarrollo del circuito motriz (el alumno realizando la actividad).
- La grabación tendrá que ser subido a Classroom de la profesora de la asignatura de educación física y salud.
- Esta evaluación corresponde a una evaluación de carácter formativa.
- Solamente se debe grabar el **DESARROLLO.**
- Las **FECHA DE ENTREGA** a considerar serán las siguientes:

CURSO	FECHA DE ENTREGA	HORA
3° A	Viernes 16 de octubre del 2020	Hasta las 19:00
3° B	Viernes 16 de octubre del 2020	Hasta las 19:00
3° C	Viernes 16 de octubre del 2020	Hasta las 19:00
3° D	Viernes 16 de octubre del 2020	Hasta las 19:00



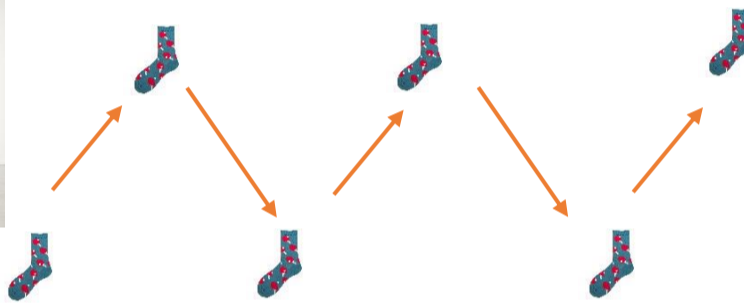
EVALUACIÓN FORMATIVA CIRCUITO MOTRIZ DE HABILIDADES MOTRICES

MATERIALES:

- 6 calcetines
- 2 sillas
- 1 libro
- 6 botellas (bowling)
- 2 pelotas
- 5 recipientes

ESTACIÓN 1: Caminata de enanitos

En la primera estación trabajaremos resistencia cardiovascular, realizando un recorrido en caminata de enanitos. Para ello utilizaremos 6 calcetines los cuales se encontrarán ubicados en zigzag en el piso separados unos de otros como se observa a continuación; Una vez instalado el material procedemos a realizar el recorrido.



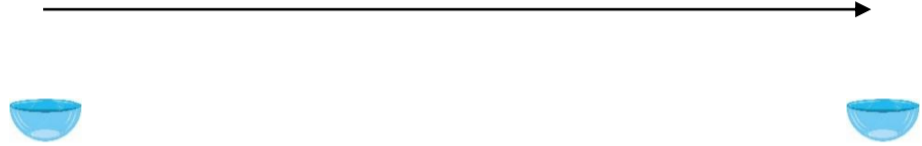
ESTACIÓN 2: saltos en un pie

En esta estación trabajaremos la habilidad motriz de salto y para ello utilizaremos dos sillas separadas por una distancia de 2,5 metros, como se ve a continuación; Una vez instalado el material, procedemos a realizar el ejercicio. El alumno tendrá que ir de una silla a otra saltando en un pie (puede escoger el pie que le sea más hábil para la actividad).



ESTACIÓN 3: lanzamiento

En esta oportunidad necesitaremos idealmente un balón, si no lo tiene puede realizar una pelota de papel del porte de una pelota de futbol como máximo o una pelota de tenis como mínimo. El recorrido comenzara desde el primer recipiente hasta llegar al siguiente recipiente que me indicara el final de la estación. A continuación, comenzare lanzando el balón al aire y antes de recepcionarlo debo realizar dos aplausos, es decir, lanzo – aplaudo – recepciono, esto lo debo realizar caminando sin que el balón caiga al suelo.



ESTACIÓN 4: equilibrio

El alumno pondrá el libro sobre su cabeza y sin que este se caiga tendrá que caminar una distancia de dos metros. Si se llega a caer el libro tendrá que comenzar desde el principio de lo contrario no puede seguir a la siguiente estación del circuito. Los recipientes ubicados en el piso marcarán el inicio y el final de la estación.



ESTACIÓN 5: lanzamiento con el fin de derribar un objetivo

Finalmente, el niño se ubicara detrás del recipiente con el balón en sus manos y desde ahí tendrá que derribar la mayor cantidad de botellas que pueda. Idealmente las botellas se deben encontrar a una distancia de 2 metros.

