



Plan de trabajo

5° Básico Educación Física

Viernes 22 de mayo	Viernes 29 de mayo
Trabajo en casa Investigar sobre deporte individual y deporte colectivo.	Trabajo en casa Actividad practica en casa (evaluada)

ACTIVIDAD PARA LA CASA **EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD 5º BÁSICO**

Unidad 2: *Práctica de deportes individuales y colectivos, acorde a reglas y aplicando estrategias específicas. Resolución de problemas.*

Objetivo: Realizar y valorar la actividad física desde el hogar.



Clase viernes 15 de mayo.

Investiga

- Define Deporte individual

- Define Deporte colectivo



Dibuja y pinta

- Dibuja un deporte individual

- Dibuja un deporte colectivo



Clase viernes 22 de mayo.

A ejercitar (actividad evaluada)

Realiza un circuito de cuatro estaciones en donde debes ejercites las capacidades físicas de velocidad y fuerza (recuerda que las debe hacer en casa)

Explica que vas a realizar en cada estación y que capacidad vas a ejercitar.

Estación	Capacidad a ejercitar	Explicación
Estación n° 1		
Estación n° 2		
Estación n° 3		
Estación n° 4		



Con la ayuda de un adulto debes fotografiarte realizando el cada estación que propusiste.

Estación	Fotografía
Estación n° 1	
Estación n° 2	



Estación n°3

Estación n°4



PAUTA DE EVALUACION Ejercitación de capacidades físicas / 5° básico

Forma de entrega: Al terminar el trabajo el apoderado debe fotografiarlo y enviar la foto al correo del colegio consultasytareasincoln@gmail.com, con el nombre del alumno (a), curso y asignatura.

Nombre:		Fecha
Puntaje real: 20	Puntaje obtenido	Nota:
Objetivo: Aplicar y ejecutar habilidades capacidades físicas		
Habilidad: ejercitar las capacidades físicas fuerza y velocidad.		

Criterios	Aspectos	Siempre 4 puntos	Algunas veces 3 puntos	Muy pocas veces 2 puntos	Nunca 1 punto
Sigue las instrucciones	El trabajo está hecho con las instrucciones entregadas.				
Explica las 4 estaciones	El Alumno (a) explica de manera clara las estaciones de ejercitamiento de las capacidades físicas en las 4 estaciones.				
Creatividad	El alumno (a) hace uso de la imaginación para recrear las 4 estaciones.				
Fotografías	Alumnos (a) envía fotografía de la ejecución de las 4 estaciones.				
Limpieza	Entrega trabajo limpio				
Puntaje total					