



Colegio Jean Piaget  
UTP-Rancagua

#YOMEMUEVOENCASA

Mi escuela un lugar para aprender y crecer en un ambiente saludable



**PLANIFICACIÓN DE AUTOAPRENDIZAJE**

**SEMANA 12 DEL 15 AL 19 DE JUNIO 2020**

<b>ASIGNATURA /CURSO</b>	Educación Física y Salud 5° básico
<b>NOMBRE DEL PROFESOR/A</b>	Marcos Lucero
<b>CONTENIDO</b>	Ejercicio Físico y Aptitud Física.
<b>OBJETIVO DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD</b>	(OA8) Reconocer las sensaciones y respuestas corporales provocadas por la práctica de actividad física.  (OA9) Practicar actividades físicas en forma segura.
<b>MOTIVACIÓN</b>	iiiBuenos días estudiantes!!! Hoy daremos inicio a nuestra clase n° 12 de educación física y salud. Te dejo el siguiente link La importancia de la alimentación para nuestro cuerpo: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=4Gc4XGnLa4Y">https://www.youtube.com/watch?v=4Gc4XGnLa4Y</a>
<b>ACTIVIDAD(ES) Y RECURSOS PEDAGÓGICOS</b>	Actividades Rutina de ejercicio:  1.-Realizar planilla mensual y término de plan de trabajo
<b>EVALUACIÓN</b>	Evaluación Formativa: a través de Ticket de Salida
<b>ESTE MÓDULO DEBE SER ENVIADO AL SIGUIENTE CORREO ELECTRÓNICO</b>	Marcos.lucero@colegio-jeanpiaget.cl Fecha de entrega: 15/06/2020 WhatsApp: +56964515300 Recordar sacar una fotografía a la actividad y enviarla al correo del profesor.

**GUÍA DE EDUCACIÓN FÍSICA**

<b>Nombre:</b>		
<b>Curso: Quinto básico</b>	<b>Fecha:</b>	<b>Profesor : Marcos Lucero</b>
<b>OBJETIVOS DE APRENDIZAJES:</b> Finalizar plan de trabajo mediante planilla de observación.		<b>CONTENIDOS:</b> Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que incrementen la condición física, por medio de juegos y circuitos

Enviar ticket de salida al siguiente correo: Marcos.lucero@colegio-jeanpiaget.cl

**#LAVATELASMANOS**



**PLANILLA DE REGISTRO MENSUAL**

A continuación debes completar el siguiente recuadro del plan de trabajo que realizaste durante un mes.

Mencionar todas las dificultades, sensaciones y cambios físicos que tuviste durante el mes de trabajo.

Semana 1	Dificultades :
	Sensaciones :
Semana 2	dificultades
	Sensaciones
Semana3	Dificultades :
	Sensaciones :
Semana 4	Dificultades :
	Cambios Físicos :



Colegio Jean Piaget  
UTP-Rancagua

#YOMEMUEVOENCASA

Mi escuela un lugar para aprender y crecer en un ambiente saludable

Responde el Ticket de salida en tu Cuaderno.

Invita a tu familia que participe contigo de esta rutina semanal

¡¡ÁNIMO

TICKET DE SALIDA	
1.- ¿Podrías replicar esta rutina de ejercicios con tu familia?	
2.- ¿Podrías mencionar en que deportes podrían ser efectivos esta rutina de ejercicios?	
3.- ¿Qué efectos tendría mi cuerpo y mente si no realizo ejercicio constantemente y no tenga una alimentación saludable?	



Enviar ticket de salida al siguiente correo: [Marcos.lucero@colegio-jeanpiaget.cl](mailto:Marcos.lucero@colegio-jeanpiaget.cl)

**#LAVATELASMANOS**