



Educación física y salud
 Jocelyne Estay
 jestay@soceduc.cl

EDUCACIÓN FÍSICA GUÍA°6

Nombre:
Curso: Fecha:
Guía con evaluación sumativa, fecha de recepción hasta el 29 de mayo.

Objetivo: Crear un vídeo audiovisual para la ejecución del ejercicio de coordinación, este sea individual o en pareja. El cual hemos trabajado para mantener y mejorar nuestra condición física. Tiempo asignado.

Indicador	8	6	4	2	40pts
Contenidos y orden del vídeo.	- Presentación - Ejecución del ejercicio de coordinación. - Despedida o cierre	El video presenta leves detalles en la estructura de este.	Se observa desorden en la elaboración del vídeo, no respeta estructura.	No hay un orden en el vídeo. No hay estructura	
Nivel de logro de los ejercicios.	El ejercicio mostrado de coordinación está correctamente ejecutado, al igual que las repeticiones (individua 15) o (en pareja10)	Durante la ejecución del ejercicio de coordinación, presenta leves errores.	Se presentan varios errores durante la ejecución del ejercicio de coordinación.	El ejercicio realizado está mal ejecutado y no logra las repeticiones solicitadas	
Duración del vídeo	Máximo de 1minuto.	Duración 1.10minuto	Duración 1,30minutos.	Duración 2 minutos	
Vestimenta	El estudiante realiza el vídeo con ropa deportiva y la polera o poleron del establecimiento "CEMAR"	El estudiante realiza el vídeo con ropa deportiva, no utiliza la polera o poleron de "CEMAR".		El estudiante no presenta vestimenta adecuada.	
Información	La información que entrega el estudiante de sus datos (presentación) Se escucha fuerte y claro	La información entregada por el estudiante (presentación) voz débil.	La información entregada por el estudiante es confusa.	No se logra comprender la información entregada.	

- **Presentación: Nombre Apellido y curso**
- **Recuerde que en la guía numero 5 aparecen los ejercicios, los cuales usted puede elegir, cual realizar, si bien es individual o en pareja. También le recuerdo que el primer ejercicio en pareja la extensión de extremidades brazos y piernas debe ser notorio.**
- **Si se decide por el trabajo de coordinación individual recuerde que son 5 repeticiones fluidas sin descanso.**
- **Si decidió hacer el trabajo de coordinación en pareja, deben ser 10 repeticiones fluidas sin descanso**
- **Le dejo la página en la cual encuentra el material de Educación Física.**
<https://cemarenmovimiento.wixsite.com/cemarenmovimiento>

ÉXITO!!



Nombre del estudiante:	
Curso:	Fecha:
Guía con evaluación sumativa, fecha de recepción hasta el 29 de mayo.	

Hola, esta es la opción si estas con licencia médica o con algún impedimento físico y no puedas realizar prueba que corresponde según el nivel. Este trabajo es sumativo (nota) fecha de recepción hasta el 29 de mayo.

Tema: "ACTIVIDAD FÍSICA"

- ¿Es importante la actividad física? ¿Por qué?
- ¿En estos momentos con pandemia es necesaria la actividad física? ¿Por qué?, danos un consejo breve.
- Observa nuestro video explicativo en [cemarenmovimiento/wix](https://www.wix.com/cemarenmovimiento) donde te explicamos cómo hacerlo.

	SOBRESALIENTE (8 puntos)	BUENO (6 puntos)	REGULAR (4 puntos)	INSUFICIENTE (2 puntos)
DOMINIO	Plantea de forma continua todos los ámbitos de la presentación.	Plantea su disertación, pero presenta lapsos en donde titubea sobre su exposición.	Necesita constantemente el apoyo del apoderado para explicar su exposición	No habla sobre el tema, solo da algunas ideas.
POSTURA	Muestra buena posición corporal, manteniéndose erguido(a) durante su disertación, mirando permanentemente a la cámara	Se muestra tambaleándose en su exposición, mira al suelo o para todos lados durante su disertación.	Da la espalda en ciertas ocasiones a la cámara mientras habla en su exposición.	Da la espalda o se desconcentra la mayor parte del tiempo en su exposición.
VOZ	Habla fuerte y claro. Se le escucha bien.	Habla claro, pero en un tono de voz que no es percibido con claridad.	No se entiende del todo lo que expone y su tono de voz es muy suave.	Es casi imperceptible la exposición debido a su excesivo bajo tono de voz.
VOCABULARIO	Usa vocabulario amplio hilando ideas.	Usa un vocabulario intermedio al hilar sus ideas.	Usa un vocabulario escaso al hilar sus ideas.	Necesita constantemente apoyo del docente a través de sinónimos para exponer su disertación.
MATERIAL DE APOYO	Se apoya efectivamente del material (papelografo, cartulina etc.), mostrando imágenes.	Presenta material de apoyo, pero no lo ocupa durante su exposición.	Su material de apoyo no es claro, o no tiene relación con lo que expone.	NO PRESENTA APOYO
TIEMPO	Máximo 1,30 minuto	Duración 1,35 minuto	Duración 1,40 minuto	Duración 2,00 minutos