

**Planificación Liceo Siete**

**PRIORIZACIÓN CURRICULAR OBJETIVOS IMPRESCINDIBLES 2022**

Valor del mes: Cordialidad

Frase motivacional: "Desde la amabilidad es posible cambiar el mundo" Mahatma Gandhi

**Trabajos Interdisciplinarios:**

No.

Si. Departamento: Educación Física      Asignatura: Educación Física

**Planes y/o Coordinaciones**

Medio Ambiente.

Plan de Apoyo a la Inclusión.

Plan Integral de Seguridad Escolar.

Plan de Afectividad, Sexualidad y Género.

Plan de Gestión de la Convivencia Escolar.

Plan de Formación Ciudadana.

Indicadores de Desarrollo Personal y Social (IDPS)

| <b>NIVEL:</b><br>4º Medio  | <b>Objetivo Imprescindible Abordado</b><br>Nivel I  | <b>Actividades a Desarrollar</b><br>(Acceso por Materiales)   | <b>Profundización en texto escolar</b><br><b>MINEDUC y otros recursos</b> |
|--|---|---|---|
| <b>EDUCACIÓN FÍSICA</b><br><br><b>CICLO: 3</b><br><br><b>SEMANA A:</b><br>25 a 29 de Abril | UNIDAD N°1:<br><br>PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO OF1: "Elaborar y poner en práctica supervisada su propio programa personal de condición física, orientado al desarrollo de cualidades físicas vinculadas a salud y calidad de vida". | Objetivo: Elaborar un plan de entrenamiento personal para desarrollar una o más capacidades físicas, buscando mejorar su salud y calidad de vida.<br><br>Actividades:<br>Recuerdan plantilla para elaborar su plan de entrenamiento personal (ejercicios, tiempo, volumen, frecuencia, etc).<br>Seleccionan un objetivo y capacidad (es) física a desarrollar asociado a su cumplimiento, elaborando su plan de entrenamiento sobre la plantilla. |   |
| <b>SEMANA B:</b><br>02 al 06 de Mayo   |   | Objetivo: Aplicar plan de entrenamiento personal para desarrollar capacidad (es) física seleccionada.<br><br>Actividad: De manera autónoma, pero siempre con supervisión de la docente, ejecutan el plan de entrenamiento elaborado la clase anterior, realizando los ajustes que necesite de acuerdo a lo vivenciado en su implementación.   |   |
| <b>SEMANA C:</b><br>09 al 13 de Mayo   |   | Objetivo de Evaluación: Elaborar y poner en práctica supervisada su propio programa personal de entrenamiento para la mejora de la condición física.<br><br>Actividad: Calentamiento autónomo y evaluación Individual del programa personal de entrenamiento.   |   |
| <b>SEMANA D:</b><br>16 al 20 de Mayo   |   | Objetivo de Evaluación: Elaborar y poner en práctica supervisada su propio programa personal de entrenamiento para la mejora de la condición física.<br><br>Actividad: Calentamiento autónomo. Evaluación Individual del programa personal de entrenamiento.  |   |