

PLAN DE APRENDIZAJE REMOTO
Semanas de trabajo 26 de octubre al 6 de noviembre del 2020

ASIGNATURA	Educación Física	NIVEL	Segundo medio
PROFESOR/A	Carlos Fernández/Marcela Vidal.	PROFESOR/A EDUCACIÓN DIFERENCIAL	Claudia Torres
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	❖ Aplicar los conocimientos adquiridos, sobre las distintas temáticas abordadas durante el proceso académico, tales como: entrenamientos HIIT, rutinas Tabata y Emom, concepto y cálculo de frecuencia cardiaca máxima, mediante un desafío kahoot o cuestionario en Word. ❖ Reforzar contenidos de manera lúdica y promover el autocuidado para adquirir un estilo de vida saludable. ❖ Desarrollar la reflexión y memoria, para contestar correctamente en el desafío o cuestionario ❖ Participar de las clases online, todos los miércoles a las 13 hrs. donde se reforzará la tarea.		
DESEMPEÑO ESPERADO	-Practicar actividad física de manera regular, aplicando conductas de autocuidado y seguridad. -Diseñar, evaluar y aplicar un plan de entrenamiento personal para alcanzar una condición física saludable.		
TAREA	PARTICIPAR del DESAFÍO, siguiendo estas instrucciones: 1. Ingresar en el enlace que corresponde a tu curso: DESAFÍO 2° A-C PIN DEL JUEGO: 02759123 LINK:https://kahoot.it/challenge/02759123?challenge-id=4ed01585-4d3c-47aa-9e37-e0329989ae01_1603232439930 DESAFÍO 2° D - G PIN DEL JUEGO: 02319738 LINK: https://kahoot.it/challenge/02319738?challenge-id=4ed01585-4d3c-47aa-9e37-e0329989ae01_1603232516621 2.- Una vez dentro, debes colocar un "nickname". EL NICKNAME DEBE SER LA LETRA DE TU CURSO+EL APELLIDO PATERNO Y NOMBRE, por ejemplo "G ARRATIA MATÍAS". En caso de tratarse de un apellido muy largo, colocar el apellido y las letras que alcancen del nombre.		

	3.-Una vez escrito el "nickname", presionar en "OK, GO" para comenzar. 4.-En caso de no disponer de internet de calidad, responder el cuestionario adjunto y enviarlo a través de correo electrónico a los profesores: marcelavidal@institutoclaret.cl en el caso de las damas y carlosfernandez@institutoclaret.cl en el caso de los varones, o en forma presencial en el colegio.
EVALUACIÓN	- Sumativa (Nota 2)
RECURSOS Y PLATAFORMA UTILIZADA	- Word - PDF - Kahoot

