

### **Estimados y estimadas estudiantes:**

Para el presente año, el trabajo académico se organizará en trimestres, de igual forma para cada una de las asignaturas del marco curricular vigente. En cuanto a los **lineamientos de evaluación sumativa** que llevaremos a cabo en el contexto actual, y que regirán hasta fin de año, estos serán los siguientes:

- La cantidad de notas mínimas por asignatura será de dos calificaciones, y máximo tres, las cuales corresponderán a las siguientes herramientas evaluativas:
  - Una nota de proceso: asociada a controles, actividades, portafolios, videos, esquemas, trabajos grupales o individuales, etc.
  - Una nota de finalización de trimestre: la cual puede corresponder a un trabajo individual o grupal, o prueba.
  - Será decisión de cada departamento incluir una tercera nota, cuya naturaleza y condiciones deben estar informadas oportunamente en los lineamientos evaluativos correspondientes.
  
- El % de ponderación de cada nota sumativa, será determinado por cada Departamento, de acuerdo a las características de cada instrumento evaluativo, siendo también considerada la posibilidad de que todas las notas tengan la misma ponderación. Esta información será especificada en los lineamientos evaluativos, que se publicarán al inicio de cada trimestre.
  
- Para el cálculo del promedio anual o calificación final por asignatura, cada trimestre tendrá el mismo valor porcentual ( $\text{promedio anual} = \text{promedio de los tres trimestres}$ ), aproximándose dicho promedio en el caso de superar el decimal 0,5.

**EVALUACIONES POR ASIGNATURA, CONSIDERANDO ESTRUCTURA DE PLANIFICACIÓN  
INVERSA**

En el caso del tercer trimestre, comprendido entre el 20 de septiembre y el 07 de diciembre (y el 04 de noviembre en el caso de los 4° medios), con respecto al nivel de **Séptimo básico**, en la asignatura de **Educación Física y Salud** se informa sobre el o los objetivos de aprendizaje priorizados y las evidencias seleccionadas para calificar:

***Breve caracterización del instrumento:** a continuación, mencione qué evaluación corresponderá a la nota de proceso, y a la nota final. Describa brevemente en qué consiste cada uno de estos instrumentos y especifique el porcentaje ponderado correspondiente.*

<b>Tipo de calificación</b>	<b>Instrumento evaluativo</b>	<b>Objetivos de aprendizaje</b>	<b>Indicadores de evaluación</b>	<b>% ponderación</b>
<b>De proceso</b>	<b>Control de proceso 1.</b>  <b>Guía N° 8.</b> <b>“Sistema óseo tren inferior”.</b>	<b>OA 3:</b> Alcanzar una condición física saludable, desarrollando la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la velocidad y la flexibilidad.	Comprenden por medio de la práctica las características de las diferentes cualidades físicas, tales como la fuerza. Identifican una variedad de ejercicios para el desarrollo de la fuerza y con su propio peso corporal y/o con implementos.  Comprenden y explican la manera correcta de ejecutar un ejercicio específico para el desarrollo de diferentes cualidades	<b>50%</b>

			físicas. Explican la importancia y función muscular, ósea y articular del tren superior.	
<b>Final</b>	<b>Control práctico.</b>  <b>Ejercicio de Sentadilla isométrica más ejercicio Jumping Jack.</b>	<b>OA 3: Alcanzar una condición física saludable, desarrollando la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la velocidad y la flexibilidad.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejecución de la técnica general.</li> <li>- Cantidad de repeticiones.</li> <li>- Visualización del video.</li> <li>- Puntualidad en la entrega del video y realización de la evaluación.</li> </ul>	<b>50%</b>

*Se adjunta temario, rúbrica, pauta de cotejo o instrumento utilizado para evaluar la evidencia. Al inicio de cada trimestre se repetirá este proceso informativo.*

<b>TEMARIO EVALUACIONES</b> <b>NIVEL: 7º, Educación Física y salud.</b>	
<b>Período.</b>	<b>Periodo 3.</b>
<b>Objetivos de aprendizaje priorizado.</b>	<b>OA 3:</b> Desarrollar la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la velocidad y la flexibilidad para alcanzar una condición física saludable, considerando: Frecuencia. Intensidad. Tiempo de duración. Tipo de ejercicio (correr, andar en bicicleta, realizar trabajo de fuerza, ejercicios de flexibilidad, entre otros).

	<p><b>OA 4:</b> Practicar regularmente una variedad de actividades físicas alternativas y/o deportivas en diferentes entornos, aplicando conductas de autocuidado y seguridad, como realizar al menos 30 minutos diarios de actividades físicas de su interés, evitar el consumo de drogas, tabaco y alcohol, ejecutar un calentamiento, aplicar reglas y medidas de seguridad, hidratarse con agua de forma permanente, entre otras.</p>
<p><b>Contenidos.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>GUÍA N°8:</b> “Sistema óseo tren inferior” Huesos y segmentos del tren inferior.</li> <li>● <b>CONTROL PRÁCTICO FINAL.</b> Ejecución de ejercicio sentadilla isométrica y jumping Jack Trabajo asincrónico: Realización de la GUÍA N°9, “Musculatura del tren inferior”.</li> </ul>
<p><b>Indicadores de evaluación.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Comprenden por medio de la práctica las características de las diferentes cualidades físicas, tales como la fuerza.</li> <li>● Identifican una variedad de ejercicios para el desarrollo de la fuerza y con su propio peso corporal y/o con implementos.</li> <li>● Comprenden por medio de la práctica las características de las diferentes cualidades físicas, tales como la fuerza.</li> <li>● Identifican una variedad de ejercicios para el desarrollo de la fuerza y con su propio peso corporal y/o con implementos.</li> <li>● Participan realizando ejercicios en conjunto con el docente.</li> <li>● Responden a las preguntas que plantea el profesor de forma activa y constante durante la hora de clases a través del micrófono o el chat, con respuestas significativas, empleando los conceptos de la clase.</li> <li>● Interviene en las temáticas de la clase a través de comentarios coherentes y significativos, que aporten al aprendizaje.</li> <li>● Comprenden los efectos positivos y los beneficios que entrega la práctica regular de actividad física para el bienestar físico, mental y emocional.</li> <li>● Reconocen y aplican diferentes tipos de actividad física, de intensidad moderada a vigorosa, adaptándose en variados espacios (espacios reducidos, espacios cerrados, espacios abiertos, al aire libre, entre otros).</li> </ul>
<p><b>Material de apoyo (guías, PPT, videos, etc.)</b></p>	<p>El material de apoyo es el siguiente:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.- Guías.</li> <li>2.- PPT.</li> <li>3.- Videos de las clases.</li> </ol>
<p><b>Características del instrumento.</b></p>	<p><b>CONTROL DE PROCESO N°1 GUÍA N°8 SISTEMA ÓSEO TREN INFERIOR.</b> Consta de 30 preguntas en 2 ítem, sumando un puntaje total de 30 puntos al 60% de exigencia.</p>

	<p>20 preguntas de <b>Selección Múltiple</b> (1 punto cada una) 20 puntos.  10 preguntas de <b>Verdadero y Falso</b> (1 punto cada una), 10 puntos.</p> <p><b>CONTROL PRÁCTICO SENTADILLA ISOMÉTRICA- JUMPING JACK.</b>  La ejecución del ejercicio será enviada por video o realizado en las clases Online e híbridas. (evaluación según rúbrica).</p>	
<b>Duración prueba.</b>	<p>-Control de proceso 1 tiene la duración de los 60 minutos de la hora de clases.</p> <p>-Control práctico se puede realizar a través de video, en vivo encendiendo la cámara o de forma presencial en el establecimiento educacional.</p> <p><b>Tiempo de ejecución:</b> 20 segundos sentadilla isométrica.  <b>Cantidad de repeticiones:</b> 10 repeticiones de jumping Jack.</p>	
<b>Horario de Evaluación.</b>	Período 3	El horario para las evaluaciones, será el mismo destinado para las clases online o híbridas de cada curso.

***EL TRABAJO TESONERO TODO LO VENCE.***