

Estimados y estimadas estudiantes:

Para el presente año, el trabajo académico se organizará en tres 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 registrarán hasta fin de año, estos serán los siguientes:

- La cantidad de notas mínimas por asignatura será de dos calificaciones, 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 período tendrá el mismo valor porcentual (promedio anual=promedio de los tres períodos), aproximándose dicho promedio en el caso de superar el decimal 0,5.

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

En el caso del primer trimestre, comprendido entre el 3 de marzo y el 26 de mayo, con respecto al nivel de **Octavo Básico**, en la asignatura de **Educación Física**, 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 nota final. Describa brevemente en qué consiste cada uno de estos instrumentos y especifique el porcentaje ponderado correspondiente.

Tipo de calificación	Instrumento evaluativo	Objetivos de aprendizaje	Indicadores de evaluación	% ponderación
De proceso	Quiz N°1 Contenidos: Guía N°1 "Calentamiento Guía N°2: "Frecuencia Cardíaca" <i>Leen las preguntas del Quiz, y responden de acuerdo a lo aprendido, sobre los contenidos tratados en las guías 1 y 2.</i>	OA 3: Desarrollar la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la velocidad y la flexibilidad para alcanzar una condición física saludable, considerando: Frecuencia. Intensidad. Tiempo de duración y recuperación. Progresión. Tipo de ejercicio (correr, andar en bicicleta, realizar trabajo de fuerza, ejercicios de flexibilidad, entre otros). OA 4: Practicar	-Identifican la importancia de seguir la secuencia práctica de una clase, (calentamiento, movilidad articular, elongación) para desarrollar de manera eficiente las cualidades físicas. -Reconocen los conceptos de resistencia cardiovascular y fuerza muscular, siendo capaces de desarrollar una sesión de actividad física dirigida, considerando el tipo de ejercicio, frecuencia, intensidad, tiempo de ejecución y	25%

	<p>regularmente una variedad de actividades físicas alternativas y/o deportivas en diferentes entornos, aplicando conductas de autocuidado y seguridad</p> <p>OAA D: Apreciar la práctica regular de actividades físicas y deportivas como fuente de bienestar, recreación y crecimiento en lo personal y social.</p>	<p>tiempo de recuperación.</p> <p>- Asocian la ejecución de ejercicios físicos, con conductas que involucren el autocuidado y la seguridad, como realizar el calentamiento antes de un esfuerzo físico mayor, beber suficiente agua, realizar una buena ejecución para evitar lesiones, etc.</p>	
<p>Quiz N°2</p> <p>Contenidos:</p> <p>Guía N°3: “Resistencia Aeróbica y Anaeróbica”</p> <p>Guía N°4: “Core y Plancha Abdominal”</p> <p><i>Leen las preguntas del Quiz, y responden de acuerdo a lo aprendido, sobre los contenidos</i></p>	<p>OA 3:</p> <p>Desarrollar la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la velocidad y la flexibilidad para alcanzar una condición física saludable, considerando:</p> <p>Frecuencia.</p> <p>Intensidad.</p> <p>Tiempo de duración y recuperación.</p> <p>Progresión. Tipo de ejercicio (correr, andar en</p>	<p>-Conocen e identifican los conceptos de resistencia cardiovascular, fuerza muscular, velocidad y flexibilidad.</p> <p>-Identifican y asocian actividades físicas que desarrollan la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la velocidad y flexibilidad, por medio de diferentes tipos de ejercicios.</p>	<p>25%</p>

	<i>tratados en las guías 3 y 4.</i>	<p>bicicleta, realizar trabajo de fuerza, ejercicios de flexibilidad, entre otros).</p> <p>OA 4: Practicar regularmente una variedad de actividades físicas alternativas y/o deportivas en diferentes entornos, aplicando conductas de autocuidado y seguridad</p> <p>OAA D: Apreciar la práctica regular de actividades físicas y deportivas como fuente de bienestar, recreación y crecimiento en lo personal y social.</p>	<p>-Reconocen los conceptos de la resistencia cardiovascular y fuerza muscular, siendo capaces de desarrollar una sesión de actividad física dirigida, considerando el tipo de ejercicio, frecuencia, intensidad, tiempo de ejecución y tiempo de recuperación.</p>	
Final	<p>Control teórico N°1</p> <p>Contenidos: Guía N°1: "Calentamiento" Guía N°2: "Frecuencia Cardíaca" Guía N°3: "Resistencia Aeróbica y Anaeróbica"</p>	<p>OA 3: Desarrollar la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la velocidad y la flexibilidad para alcanzar una condición física saludable, considerando: Frecuencia. Intensidad.</p>	<p>-Conocen e identifican los conceptos de resistencia cardiovascular, fuerza muscular, velocidad y flexibilidad.</p> <p>-Identifican y asocian actividades físicas que desarrollan la resistencia</p>	50 %

	<p>Guía N°4: “Core y Plancha Abdominal”</p> <p><i>Leen las preguntas del cuestionario, y responden de acuerdo a lo aprendido, sobre los contenidos de las guías 1,2,3 y 4, tratadas en el primer trimestre.</i></p>	<p>Tiempo de duración y recuperación. Progresión. Tipo de ejercicio (correr, andar en bicicleta, realizar trabajo de fuerza, ejercicios de flexibilidad, entre otros).</p> <p>OA 4: Practicar regularmente una variedad de actividades físicas alternativas y/o deportivas en diferentes entornos, aplicando conductas de autocuidado y seguridad</p> <p>OAAD: Apreciar la práctica regular de actividades físicas y deportivas como fuente de bienestar, recreación y crecimiento en lo personal y social.</p>	<p>cardiovascular, la fuerza muscular, la velocidad y flexibilidad, por medio de diferentes tipos de ejercicios.</p> <p>-Reconocen los conceptos de la resistencia cardiovascular y fuerza muscular, siendo capaces de desarrollar una sesión de actividad física dirigida, considerando el tipo de ejercicio, frecuencia, intensidad, tiempo de ejecución y tiempo de recuperación.</p> <p>-Identifican la importancia de seguir la secuencia practica de una clase, (calentamiento, movilidad articular, elongación) para desarrollar de manera eficiente las cualidades físicas.</p> <p>- Asocian la ejecución de ejercicios físicos, con conductas que involucren el autocuidado y la seguridad, como realizar el calentamiento antes de un esfuerzo físico mayor, beber</p>	
--	--	---	--	--

			suficiente agua, realizar una buena ejecución para evitar lesiones, etc.	
--	--	--	---	--

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

EL TRABAJO TESONERO TODO LO VENCE