**EVALUACIÓN SÉPTIMO BÁSICO:**

**TENIS DE MESA**

|  |
| --- |
| **OA 1:** Aplicar, combinar y ajustar las habilidades motrices específicas de locomoción, manipulación y estabilidad, en un deporte de oposición: **Tenis de mesa.****OA 2:** Seleccionar y aplicar estrategias y tácticas específicas para la resolución de problemas durante la práctica de juegos o deportes. |

**ACTIVIDAD:** Las estudiantes deben trabajar de forma práctica la coordinación óculo manual y la familiarización con la paleta y pelota de tenis de mesa (u otro material que sirva en su reemplazo). Para ello deben ejecutar una cantidad de ejercicios solicitados (calentamiento, golpe de la pelota hacia arriba, golpes alternados, agacharse mientras se golpea la pelota) y deben registrarlo en un video de duración mínima 1 minuto y máxima de 1 minuto y 30 segundos. Deben enviar el video al correo de la profesora de educación física (nombreapellido@liceo1.cl). Si tienes algún inconveniente, no dudes en escribir.

**Instrucciones:**

* Observa el video de TENIS DE MESA elaborado por las profesoras, que se encuentra en el aula virtual.
* Graba un video donde registres la ejecución de los golpes solicitados (que aparecen ejecutados por la profesora en el video del aula virtual y explicados en la guía de desempeño).
* Puedes trabajar con paleta y pelota de tenis de mesa. Si no cuentas con esos materiales puedes realizar una pelota artesanal con los materiales que dispongas en tu casa. Así mismo con la paleta, puedes utilizar algún cartón adaptado que te permita realizar los golpes.
* El video debe incluir los golpes solicitados y tener una duración de 1 minuto y 30 segundos como máximo. Además, el video debe incluir: edición, nombre de la estudiante, curso, nombre de la profesora y nombre del deporte.
* El video debes enviarlo al correo institucional de tu profesora de educación física.
* En el nombre de tu video debe ir: NIVEL, CURSO, APELLIDO, NOMBRE. Ejemplo: **7ºX, Pérez Emilia**
* Lee y respeta la rúbrica de evaluación para obtener el máximo de puntaje

**Puntaje ideal:** 24 puntos

**Plazo de entrega:** Se publicará en la página del liceo un calendario con la fecha de entrega del video. Recuerda ser puntual para que tu evaluación sea revisada con el 60% de exigencia.



**Recuerda que debes trabajar la actividad según tu realidad actual.**

**“*En los momentos de crisis, sólo la imaginación es más importante que el conocimiento*”**

Albert Einstein

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **DIMENSIONES DE LA EVALUACIÓN** | **INDICADORES** | **Puntaje obtenido** |
| **3 puntos** | **2 puntos** | **1 punto** | **0 puntos** |
| **Edición de video** | La estudiante edita video, incluyendo: Nombre estudiante, curso, nombre profesora y nombre del deporte. | Presenta 3 de los 4 aspectos solicitados. | Presenta 1 o 2 de los 4 aspectos solicitados. | No presenta ninguno de los aspectos solicitados. |  |
| ---------------------- | ---------------------- | El video cumple con el tiempo solicitado. | El video no cumple con el tiempo solicitado. |  |
| **Patrones motores básicos** | **Calentamiento** | La estudiante ejecuta 5 ejercicios de **calentamiento** (movilidad articular para tren superior). | La estudiante ejecuta 3 o 4 ejercicios de calentamiento (movilidad articular para tren superior). | La estudiante ejecuta 1 o 2 ejercicios de calentamiento (movilidad articular para tren superior). | No presenta ninguno de los aspectos solicitados. |  |
| **Manipulación**  | Ejecuta 15 golpes hacia arriba con **mano derecha**. | Ejecuta de 10 a 14 golpes hacia arriba con mano derecha. | Ejecuta de 1 a 9 golpes hacia arriba con mano derecha. | No ejecuta golpes solicitados. |  |
| Ejecuta 15 golpes hacia arriba con **mano izquierda**. | Ejecuta de 10 a 14 golpes hacia arriba con mano izquierda. | Ejecuta de 1 a 9 golpes hacia arriba con mano izquierda. | No ejecuta golpes solicitados. |  |
| Ejecuta 10 golpes **alternando** la paleta (5 revés/5 derecho). | Ejecuta de 6 a 9 golpes alternando la paleta(5revés/5derecho). | Ejecuta de 1 a 5 golpes alternando la paleta(5revés/5derecho). | No ejecuta golpes solicitados. |  |
| **Locomoción** | ---------------------- | ---------------------- | Camina hacia adelante una distancia de dos metros aproximadamente mientras realiza **golpe hacia arriba.** | No realiza ejercicio solicitado. |  |
| ---------------------- | ---------------------- | Camina hacia atrás una distancia de dos metros aproximadamente mientras realiza **golpe hacia arriba**. | No realiza ejercicio solicitado. |  |
| **Estabilidad** | Se agacha (1) y se pone de pie (2), golpeando la pelota continuamente (3), sin que ésta se caiga al suelo (4). | Cumple 3 de los 4 aspectos solicitados. | Cumple 1 o 2 de los 4 aspectos solicitados. | No realiza ejercicio solicitado. |  |
| **Presentación personal** | La estudiante realiza el video con vestimenta acorde a la actividad (buzo), se presenta con pelo tomado y sin joyas. | Presenta 2 de los 3 aspectos solicitados | Presenta 1 de los 3 aspectos solicitados | No presenta ninguno de los aspectos solicitados |  |
|  |  |  |  | **PUNTAJE TOTAL** | **/24** |
|  |  |  |  | **NOTA** |  |