Liceo Nº 1 Javiera Carrera

Departamento de Educación Física

3eros Medios

Coordinación de Nivel

Retroalimentación: Cualidades Físicas Básicas

Estimad@s estudiantes a continuación l@s invitamos a leer la última parte de la unidad de cualidades físicas básicas donde les presentamos una retroalimentación de la unidad recientemente calificada.

**1) ¿Qué Aprendimos?**

**A)**

**B)**

**C)** **PRINCIPIOS DE ENTRENAMIENTO**

**2) Objetivo de la actividad**

El objetivo de la actividad que ustedes realizaron era poder unir los tres elementos aprendidos (cualidades, principios y métodos) en un plan de entrenamiento individual, que formularon de acuerdo a sus necesidades e intereses.

**3) Aspectos a considerar**

|  |  |
| --- | --- |
| **Destacados** | **A Mejorar** |
| 1. Puntualidad en la entrega de los trabajos | 1. Lectura detallada del instrumento de evaluación |
| 1. Creatividad en la utilización de los espacios, visualizado en las fotografías | 1. Identificación de la representación gráfica, como un dibujo, imagen, fotografía, etc |
| 1. Manejo del contenido de las cualidades físicas básicas | 1. Falta de las fotografías del plan de entrenamiento |
| 1. Claridad en los sistemas de entrenamiento | 1. El objetivo debía ir relacionado con el desarrollo de una o más cualidades físicas seleccionadas por l@ estudiante |
| 1. Presentación personal acorde en las fotografías |  |
| 1. Lenguaje formal en la resolución de la guía |  |

**4) Sugerencias**

**1. Apenas se le presente algún inconveniente, conflicto o duda, comuníquela a la brevedad a la docente de la asignatura, para buscar una pronta solución.**

**2. Lea atentamente su instrumento de evaluación y repáselo una vez terminado su trabajo con la finalidad de que tenga todo lo solicitado.**

**3. Recuerde identificar su evaluación al momento de entregar, con su nombre, apellido y curso.**

**A cuidarse!!!**