



| | |
|---|-----------------------------|
| Asignatura: Taller deportivo | Nivel: SEGUNDO MEDIO |
| Unidad: Fundamentos básicos de la práctica del hándbol | |
| Objetivo de Aprendizaje: investigar del hándbol, características generales y propias del deporte, para ser aplicadas en realidad de juego. | |

Autores como Álvarez del Villar definen el calentamiento como el conjunto de ejercicios o tareas de carácter general y específico que se llevan a cabo antes de la actividad física. Con el objetivo principal de poner en marcha las funciones muscular, orgánica, psicológica y nerviosa del sujeto.

Este mismo autor sostuvo en 1992 que realizar un calentamiento en Educación Física, supone algo primordial e imprescindible

1. CONTENIDOS A DESARROLLAR.

- Desarrolle en su cuaderno 2 actividades o juegos de calentamiento para desarrollarse al principio de una clase.

Ejemplo: Juego Policía y ladrones

Dos equipos. Uno hace de policía y otro de ladrones. Los polis tienen que pillar a los ladrones y llevarlos a la zona determinada, ya sea círculo o cuadrado formado por círculos. Los ladrones pueden ser salvados cuando uno de ellos le toca la mano a otro que este en la cárcel. Cuando estén todos los ladrones en la cárcel se cambian de roles.

2. EVALUACION DEL APRENDIZAJE.

- El instrumento de evaluación será la revisión de cuaderno, con el trabajo de investigación desarrollado.

3. INSTRUMENTO DE EVALUACION

| CRITERIOS | 15 puntos | 10 puntos | 5 puntos |
|--------------|--|---|--|
| PRESENTACION | El cuaderno muestra una correcta presentación en cuanto a limpieza y claridad de lo escrito. | El cuaderno muestra una presentación poco correcta en cuanto a limpieza y claridad de lo escrito. | El cuaderno muestra una incorrecta presentación en cuanto a limpieza y claridad del escrito. |
| CONTENIDOS | El cuaderno presenta todos los contenidos. | El cuaderno presenta solo unos contenidos. | Al cuaderno le falta mucha información del contenido. |
| ORGANIZACION | La información está ordenada y bien organizada. | Algunas partes que están desordenadas. | Hay varias partes que están desordenadas. |