

Unidad 3
Actividad física y deporte
Secuencia didáctica sesión 13

Resultado de aprendizaje: Practica actividad física.

Momento de la secuencia didáctica	Actividad	Descripción	Tiempo	Puntaje
Trabajo Autónomo (asincrónico)	Olympic Quiz	Realizar Quiz previo a la sesión de clase para reafirmar el conocimiento de la unidad.	5 minutos	---
	Actividad física vs. sedentarismo	Acceder a imagen interactiva, navegando por los diferentes recursos para fortalecer el aprendizaje.	30 minutos	---
Trabajo en clase (sincrónico)	Entreno de acondicionamiento físico	Los estudiantes serán organizados por el entrenador para las actividades físicas pertinentes.	70 minutos	---
	Valoración del desempeño en práctica deportiva	Autoevaluación de desempeño a través de criterios alojados en plataforma.	10 minutos	2 pts.
Total			1 hora 55 minutos	2 pts.