



APROPIACIÓN CURRICULAR, EDUCACIÓN FÍSICA EN ENSEÑANZA BÁSICA Y MEDIA

CLASE 4

ANDREA RAMÍREZ V.

18/11/2025

Retroalimentación
ensayo N° 3 EFI
segundo ciclo



Pregunta N°1 ensayo SC EFI

- En un partido de futbolito de 7x7, entre estudiantes de un 8º Básico, se observa la siguiente secuencia de jugadas:
- *Se entregaron diferentes jugadas y en ese contexto, ¿Que principio aplico al mediocampista con peto N°8 y al lateral derecho respectivamente?*
- Respuesta correcta: D) Visión simple y acompañar las jugadas

Alternativa	Mediocampista N° 8	Lateral derecho	Fundamentación
A. Visión periférica – jugar a lo largo y a lo ancho	✗ No aplica visión periférica, ejecuta una acción rápida y directa (pared).	✗ No busca abrir la cancha, sino proyectarse en ataque.	Incorrecta: confunde la acción del mediocampista con observación amplia y la del lateral con amplitud de juego.
B. Jugar a lo largo y a lo ancho – jugar simple	✗ No amplía el campo, mantiene fluidez con pared.	✗ Su acción no es simple, sino compleja (proyección + gol).	Incorrecta: el mediocampista no distribuye hacia los costados y el lateral no se limita a un pase sencillo.
C. Visión periférica – jugar simple	✗ Aunque juega simple, no aplica visión periférica.	✗ El lateral no juega simple, se proyecta y finaliza.	Incorrecta: mezcla un principio válido para el mediocampista con uno erróneo para el lateral.
D. Jugar simple – acompañar la jugada	✓ Realiza una pared rápida, ejemplo clásico de jugar simple.	✓ Se proyecta en ataque, apoya la jugada y culmina con gol.	Correcta: refleja fielmente los principios aplicados por cada jugador en la secuencia.

Pregunta N°8 ensayo SC EFI

Dentro del espacio que se observa en la imagen presentada, ¿qué principios del juego debe aplicar el deportista que posee el balón para que la jugada sea efectiva?

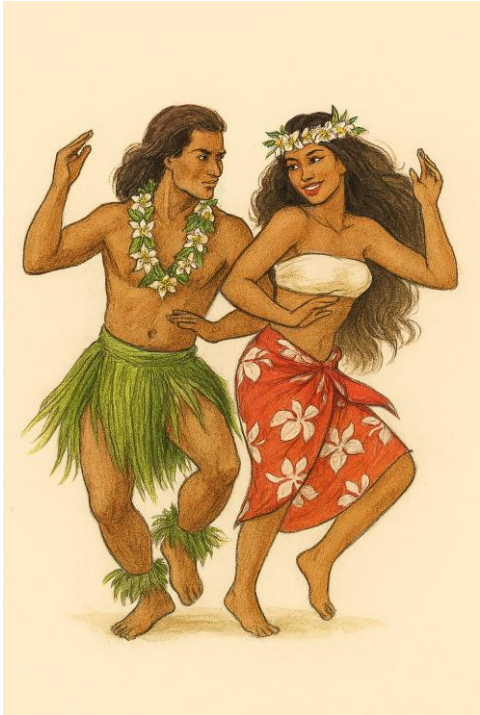


Alternativa	Deportista con balón	Fundamentación
A. Jugar simple – visión periférica	✓ Aplica un pase sencillo y rápido (jugar simple) y observa opciones alrededor (visión periférica).	Correcta: el jugador con balón debe evitar complicarse, mantener la fluidez y usar la visión periférica para identificar compañeros y espacios disponibles.
B. Visión periférica – seguir la jugada	✗ Aunque la visión periférica es necesaria, “seguir la jugada” corresponde más a jugadores sin balón que acompañan.	Incorrecta: el foco está en el jugador con balón, que debe ejecutar acciones simples y observar el entorno, no seguir la jugada.
C. Seguir la jugada – jugar simple	✗ “Seguir la jugada” no corresponde al portador del balón, sino a quienes apoyan.	Incorrecta: mezcla un principio válido (jugar simple) con otro que no aplica al contexto del jugador con balón.
D. Jugar a lo largo y ancho – visión periférica	✗ No se trata de abrir la cancha en amplitud, sino de mantener la jugada simple.	Incorrecta: aunque la visión periférica es útil, el principio de amplitud no es el más relevante en este momento.

Pregunta n°13 ensayo SC EFI

¿Qué similitudes presentan las danzas folclóricas tamuré y sau-sau?

Alternativa	Características	Fundamentación
A. Son danzas casi acrobáticas, que demuestran gran destreza en el manejo de las piernas.	✗ No corresponden a acrobacias ni a un despliegue técnico de piernas.	Incorrecta: tanto el tamuré como el sau-sau se caracterizan por la dinámica de pareja y el centro cambiante, no por acrobacias.
B. Son danzas con movimientos suaves y flexibles de caderas, brazos y manos.	✗ Esa descripción se ajusta más a otras danzas polinésicas (como el hula), no específicamente al tamuré y sau-sau.	Incorrecta: aunque pueden incluir movimientos de cadera, su rasgo común es la estructura de pareja mixta y suelta.
C. Son danzas ejecutadas de manera circular, en ronda y en bloque frontal.	✗ No se realizan en bloque ni en ronda grupal.	Incorrecta: estas danzas se centran en la interacción de la pareja, no en formaciones colectivas.
D. Son danzas de pareja mixta, suelta y de centro cambiante.	✓ Ambas se bailan en pareja hombre-mujer, sin contacto fijo, con desplazamientos que cambian el centro de la danza.	Correcta: esta es la similitud principal entre el tamuré y el sau-sau, reflejando su carácter dinámico y de interacción libre.

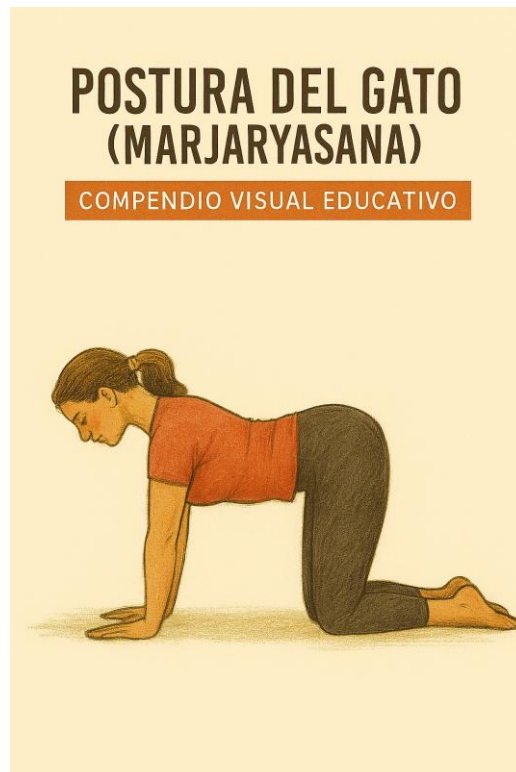


Retroalimentación
ensayo N° 3 EFI
Media



Pregunta N°1

¿Cuál de las siguientes posturas de yoga permite flexibilizar la espalda, aliviar la tensión en las cervicales y fortalecer los músculos abdominales?



Alternativa	Postura	Fundamentación
A. El cocodrilo (nakrasana)	Postura pasiva de relajación	✗ Incorrecta: se realiza acostado, favorece la respiración y descanso, pero no activa abdominales ni moviliza la columna.
B. El gato (marjaryasana)	Postura dinámica en cuadrupedia	✓ Correcta: alterna flexión y extensión de columna, estira espalda, relaja cuello y activa abdomen.
C. El perro (adho mukha svanasana)	Postura de estiramiento global	✗ Incorrecta: estira espalda y piernas, pero no moviliza cervicales ni fortalece abdominales directamente.
D. La rana (bhekasana)	Postura de apertura de cadera	✗ Incorrecta: se enfoca en cuádriceps y flexores de cadera, sin impacto en cervicales ni abdomen.

Pregunta N°14

¿Cuál de las siguientes descripciones presenta una correcta fase de la técnica de lanzamiento denominada tiro libre de básquetbol?

- A.-En la fase de preparación, los pies deben estar fijos al piso apuntando de manera paralela al centro del aro.
- B.-En la fase de seguimiento del tiro, se debe mantener la vista en el balón y encontrarse atento a un posible rebote de este mismo.
- C.-En la fase final del tiro, las piernas se deben semiflexionar y levantar levemente los talones hasta colocarse sobre la punta de los pies.
- D.-En la fase de preparación del lanzamiento, se debe elevar el balón y bajar el cuerpo, manteniendo el implemento móvil en alto en todo momento.



Danzas folcloricas



¿Qué debes considerar al estudiar Danzas folclóricas?

Contrastar las danzas folclóricas de distintas zonas del país, considerando sus principales características (similitudes y diferencias).



Debemos conocer además:

Zona geográfica y contexto cultural: saber qué danza representa cada región.

Tipo de pareja y estructura: distinguir si es mixta, suelta, colectiva; centro fijo o cambiante.

Propósito educativo: reconocer el valor expresivo, identitario y corporal de la danza.

Aplicación didáctica: cómo se enseña en el aula, qué recursos se usan, qué objetivos se persiguen.

Vínculo con otras asignaturas: integrar con Música, Historia, Artes Visuales y Lenguaje.

Zona geográfica	Danza representativa	Tipo de pareja	Centro	Función cultural
Norte	La Tirana	Colectiva	Fijo	Religiosa, devocional, festiva
Norte andino	Carnavalito	Colectiva	Fijo	Festiva, comunitaria, ancestral
Centro	Cueca	Mixta, suelta	Fijo	Cortejo, identidad nacional
Sur	Costillar	Mixta, suelta	Fijo	Festiva, rural, fuerza masculina
Sur	Danza de los Chinos	Colectiva	Fijo	Ritual, religiosa, tradicional
Insular (Rapa Nui)	Sau-Sau	Mixta, suelta	Cambiante	Festiva, polinésica, dinámica
Insular (Rapa Nui)	Tamuré	Mixta, suelta	Cambiante	Cultural, alegre, expresiva

Tabla comparativa:
Danzas Folclóricas Chilenas...¿Cuál más conoces tu?

Tipos de preguntas sobre este tema...

¿Cuál de las siguientes danzas representa a la zona norte de Chile?

¿Qué habilidad se potencia al practicar danzas folclóricas en el contexto escolar?

¿Cuál de las siguientes opciones señala un elemento común entre la refalosa, la sajuriana y el cachimbo?

¿Cuál es una de las diferencias entre la cueca urbana y la cueca chilota?

¿Qué similitudes presentan las danzas folclóricas tamuré y sau sau?

¿Cuál de las siguientes danzas no tiene un carácter zoomórfico?



Reflexionemos sobre lo
aprendido en clase,
apliquemos los conocimientos
y practiquemos formulando
preguntas ECEP relacionadas
con las Danzas Folclóricas.



