EDUCACIÓN FÍSICA

SEGUNDO TRIMESTRE

04 AL 08 DE ABRIL DE 2022

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **EDUCACIÓN FÍSICA** | | | **GRUPOS** | **SESIÓN: 5** |
| **INTENCIÓN PEDAGÓGICA:**  **El estudiante utilizará cualidades motrices (capacidades, habilidades y destrezas) durante circuitos motrices y juegos.** | | |
| **1 “C”** | **FECHA: 04 al 08 de Abr. de 2022** |
| **1 “C”** | **FECHA: 04 al 08 de Abr. de 2022** |
| **10 MINUTOS** | **DESARROLLO DE LA CLASE:**  Explicación del objetivo de la sesión  **INICIAL:**  **Calentamiento cefalocaudal:** comenzando moviendo la cabeza, después los hombros, cadera, rodillas y tobillos todos en 8 tiempos, y los niños propondrán una parte que deberán mover.  **MEDULAR:**  **Relevos divertidos:**  Con los mismos equipos en filas, el primero de la fila correrá lo más rápido posible con dos pelotas que las tendrán que poner en dos platos y de regreso lo deberán hacer de cuclillas hasta la mitad del recorrido y luego corriendo hacia atrás en zig-zag, luego seguirá el otro compañero, pero este se traerá las pelotas.  **Relevos:**  Con los mismos equipos, solamente que deben dejar cinco distintos materiales dentro de 5 aros (una materia en cada aro), esta actividad solamente debe correr y regresar en zig-zag.  Los alumnos propondrán una actividad donde utilices la mayoría de sus habilidades motrices.  **ADECUACION: Esta sesión no podrá ser llevada como se debe debido a la pandemia, se cambiará por un juego llamado voli-toalla, actividad que incide en la creatividad del niño.**  **CIERRE:**  Se formarán a los alumnos en un círculo en el centro de la cancha y se hará la fase de relajación.  **Retroalimentación de la sesión:**  ¿Cuáles habilidades motrices utilizaron más?  ¿Por qué las cualidades físicas son diferentes en las personas?  ¿Esta actividad física es para la condición física? | | | |
| **30 MINUTOS** |
| **10 MINUTOS** |
| **Producto:**  **Identificar las cualidades motrices del alumno (velocidad, resistencia, fuerza, etc.)** | | **Evaluación:**  **\*Lista de cotejo \*observación** | | |
| **Recursos: \*conos \*pañuelos** | | | | |
| **OBSERVACIONES:** | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **EDUCACIÓN FÍSICA** | | | **GRUPOS** | **SESIÓN: 6** |
| **INTENCIÓN PEDAGÓGICA:**  **El alumno pondrá en práctica sus habilidades motrices específicas al realizar el deporte de volibol** | | |
| **1 “C”** | **FECHA: 04 al 08 de Abr. de 2022** |
| **1 “C”** | **FECHA: 04 al 08 de Abr. de 2022** |
| **10 MINUTOS** | **DESARROLLO DE LA CLASE:**  Explicación del objetivo de la sesión  **INICIAL:**  **Calentamiento cefalocaudal:** comenzando moviendo la cabeza, después los hombros, cadera, rodillas y tobillos todos en 8 tiempos, y los niños propondrán una parte que deberán mover.  **MEDULAR:**  **Volibol:**  Se formarán de 6 personas, primero jugarán dos equipos. El juego consiste en que cada equipo debe anotar puntos al equipo contrario pasando la pelota por encima de la red que divide a ambos equipos, un jugador solo puede dar un toque a la vez y deben ser tres toques o menos para pasar o tirar (golpeando la pelota) al equipo contrario. Cada vez que un equipo anota un puto todo el cuadro de jugadores tiene que ir rotando de posición (en caso de que siga haciendo puntos el mismo equipo sin que el otro haga no se dará la rotación.  La duración de juego será de 5 puntos por encuentro mientras los demás equipos observan el desarrollo del juego y apuntan errores de cada equipo.  Se utilizarán las reglas más básicas de volibol como doble golpe, toque de red, más de tres golpes por equipo, etc.  **ADECUACIÓN: Estas actividades no podrán ser llevadas por la nueva modalidad de educación, en su lugar realizarán una actividad teórica enfocada al deporte que conocerán e identificarán en el tercer trimestre (voleibol).**  **CIERRE:**  **Retroalimentación se la sesión:**  Preguntas sobre los errores que cometió cada equipo durante el desarrollo del juego. | | | |
| **30 MINUTOS** |
| **10 MINUTOS** |
| **Producto:**  **Detectar sus fortalezas y deficiencias al practicar volibol** | | **Evaluación:**  **\*Lista de cotejo \*observación** | | |
| **Recursos: \*balones de volibol \*red** | | | | |
| **OBSERVACIONES:** | | | | |