

PLANEACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA.

BLOQUE: III.

FECHA DE APLICACIÓN: DEL 29 DE ABRIL AL 31 DE MAYO DEL 2019.

ELABORO:

DANIEL SORIA CRUZ.

PROMOTOR DE EDUCACIÓN FÍSICA

ZONA F050.

GRADOS: 1°, 2°, 3° Y 4°.

GRUPOS: A-B-C-D-E.

VILLA DE LUVIANOS MÉX., MAYO DEL 2019.

Unidad Didáctica No. 3

Temporalidad: Mayo.

No. De Sesiones: 5.

Escuelas: Miguel Hidalgo.

Turno: Matutino

Municipio: Luvianos.

Grado: 1º y 2º.

Nombre del Promotor: Daniel Soria Cruz.

EJE: Competencia motriz.

COMPONENTE PEDAGÓGICO- CURRICULAR: Creatividad en la acción motriz.

APRENDIZAJE ESPERADO: Identifica las normas de convivencia en actividades y juegos, con el propósito de asumir actitudes que fortalecen el respeto y la inclusión de los demás.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS: Formas jugadas, circuitos de acción motriz, terrenos de aventuras, juegos cooperativos, juegos tradicionales.

TÉCNICAS DE ENSEÑANZA: Mando directo, resolución de problemas, asignación de tareas, libre exploración.

INICIO	DESARROLLO	CIERRE
<p>Realizar un calentamiento céfalo caudal.</p> <p>Ejercicios de flexibilidad con respiración utilizando el bastón.</p> <p>Realizar carrera lenta.</p> <p>Ejercicios de flexibilidad con respiración utilizando el bastón.</p> <p>Realizar diferentes movimientos manipulando un bastón.</p>	<p>Girar y atrapar el bastón antes de que caiga al suelo.</p> <p>Atrapar un bastón por parejas.</p> <p>En equipos de diez y formando un círculo realizar la misma acción con desplazamiento al lado izquierdo y después a lado derecho.</p> <p>Formar dos equipos y saltar los bastones colocados sobre los conos de diferentes formas y desplazamientos.</p> <p>Pintado de juegos didácticos; el avión, estop y numeración numérica.</p>	<p>Higiene personal.</p> <p>La importancia que tiene el descansar bien.</p> <p>La importancia del beber agua.</p>
<p>Intención didáctica: Exploren distintas maneras de interacción motriz con sus compañeros.</p>		
<p>Materiales: Bastones y Conos.</p>		
<p>Sugerencias de evaluación: Sugiere tareas a resolver de manera individual y colectiva.</p>		
<p>Evidencias de la evaluación: Descripción verbal sobre respuestas motrices propuestas en las actividades.</p>		
<p>Sesión # 1 Fecha de aplicación: 29 de Abril y 02 de Mayo.</p>		

INICIO	DESARROLLO	CIERRE
<p>Realizar un calentamiento de extremidades inferiores a superiores utilizando el pañuelo.</p> <p>Ejercicios de flexibilidad con respiración utilizando la pelota.</p> <p>Realizar carrera lenta y realizar el juego de quitarle la cola al burro.</p> <p>Ejercicios de flexibilidad con respiración utilizando la pelota.</p> <p>Realizar diferentes movimientos manipulando el pañuelo.</p>	<p>Rodar la pelota por todo el patio con diferentes partes del cuerpo.</p> <p>Pasarse la pelota de diferentes formas por parejas.</p> <p>Realizar carrera lenta y realizar el juego de quitarle la cola al burro.</p> <p>Formar dos equipos y pasar la pelota de diferentes formas.</p> <p>La misma acción pero con el pañuelo</p>	<p>Ejercicios de Lateralidad.</p> <p>Higiene personal.</p> <p>La importancia del beber agua.</p>
<p>Intención didáctica: Exploren distintas maneras de interacción motriz con sus compañeros.</p>		
<p>Materiales: Pelotas y Pañuelos.</p>		
<p>Sugerencias de evaluación: Sugiere tareas a resolver de manera individual y colectiva.</p>		
<p>Evidencias de la evaluación: Descripción verbal sobre respuestas motrices propuestas en las actividades.</p>		
<p>Sesión # 2 Fecha de aplicación: 06 y 09 de Mayo.</p>		

INICIO	DESARROLLO	CIERRE
<p>Realizar un calentamiento donde se involucren diferentes partes del cuerpo.</p> <p>Ejercicio de respiración y fuerza al inflar un globo y soltarlo, tratar de atraparlo.</p> <p>Carrera lenta y lanzar y atrapar un círculo de cartón colocado en el suelo.</p> <p>Ejercicio de respiración y fuerza al inflar un globo y soltarlo, tratar de atraparlo.</p>	<p>Con el globo tocar a los compañeros sus diferentes partes de su cuerpo, evitando ser tocado.</p> <p>Ejercicio de recuperación.</p> <p>Trasportar el globo con el círculo de un lado a otro.</p> <p>La misma acción pero esquivando obstáculos.</p> <p>Golpear el globo con el círculo a diferentes alturas.</p> <p>Ejecutar el juego de los gallitos, col el globo y el estambre amarrarlo en un pie a la altura del tobillo.</p>	<p>La importancia del baño diario.</p> <p>Revisión de uñas y oídos.</p> <p>La importancia del beber agua.</p>
<p>Intención didáctica: Exploren distintas maneras de interacción motriz con sus compañeros.</p>		
<p>Materiales: Globos y Círculos de Cartón y Estambre.</p>		
<p>Sugerencias de evaluación: Sugiere tareas a resolver de manera individual y colectiva.</p>		
<p>Evidencias de la evaluación: Descripción verbal sobre respuestas motrices propuestas en las actividades.</p>		
<p>Sesión # 3. Fecha de aplicación: 13 y 16 de Mayo.</p>		

INICIO	DESARROLLO	CIERRE
<p>Realizar desplazamientos por toda la cancha a hacer cambios de dirección.</p> <p>Ejercicio de respiración con flexibilidad manipulando la pelota de esponja.</p> <p>Realizar carrera lenta y realizar la ronda de pares y nones.</p>	<p>Manipular libremente la pelotita de esponja.</p> <p>Botar la pelotita de esponja con mano derecha e izquierda.</p> <p>Lanzar y atrapar la pelotita de esponja.</p> <p>Por parejas pasar la pelotita de esponja de diferentes formas.</p> <p>Jugar a pares y nones.</p>	<p>Platica sobre el cuidado del agua.</p> <p>Juego libre.</p>
<p>Intención didáctica: Que el alumno ponga a prueba distintos tipos patrones de movimiento al realizar cualquier reto.</p>		
<p>Materiales: Pelotita de Esponja</p>		
<p>Sugerencias de evaluación: Sugiere tareas a resolver de manera individual y colectiva.</p>		
<p>Evidencias de la evaluación: Descripción verbal sobre respuestas motrices propuestas en las actividades.</p>		
<p>Sesión # 4, Fecha de aplicación: 20 y 23 de Mayo.</p>		

INICIO	DESARROLLO	CIERRE
<p>Realizar un calentamiento utilizando el aro de diferentes formas.</p> <p>Ejercicios de flexibilidad con respiración utilizando el aro.</p> <p>Realizar carrera lenta y colocarse a la señal dentro de su aro.</p> <p>Ejercicios de flexibilidad con respiración utilizando el aro.</p> <p>Jugar a lobo.</p>	<p>Girar y atrapar el bastón antes de que caiga al suelo.</p> <p>Atrapar un bastón por parejas.</p> <p>En equipos de diez y formando un círculo realizar la misma acción con desplazamiento al lado izquierdo y después a lado derecho.</p> <p>Formar dos equipos y saltar los bastones colocados sobre los conos de diferentes formas y desplazamientos.</p>	<p>Higiene personal.</p> <p>La importancia que tiene el descansar bien.</p> <p>La importancia del beber agua.</p>
<p>Intención didáctica: Participa en juegos con reglas sencillas que promueva la interacción y convivencia con los demás.</p>		
<p>Materiales: Aros.</p>		
<p>Sugerencias de evaluación: Sugiere tareas a resolver de manera individual y colectiva.</p>		
<p>Evidencias de la evaluación: Descripción verbal sobre respuestas motrices propuestas en las actividades.</p>		
<p>Sesión # 5. Fecha de aplicación: 27 y 30 de Mayo.</p>		

PRIMER GRADO

RUBRICA PARA EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

EJE	Componente pedagógico didáctico	Aprendizaje esperado	N-1 (5)	N-2 (6-7)	N-3 (8-9)	N-4 (10)
Competencia motriz	Desarrollo de la motricidad	.Pone a prueba sus respuestas motrices en actividades y juegos, individuales y colectivos, con la intención de canalizar y expresar el gusto por moverse.	No identifica ni reconoce sus patrones básicos de movimiento ni sus posibilidades de acción.	Identifica pero no reconoce sus habilidades motrices básicas en las actividades y juegos.	Identifica y reconoce sus habilidades motrices básicas y acciones de movimiento utilizándolas durante el juego.	Se comunica con sus compañeros reconociendo sus habilidades motrices y las de ellos generando alternativas de solución durante el juego.
		Identifica las normas de convivencia en actividades y juegos, con el propósito de asumir actitudes que fortalecen el respeto y la inclusión de los demás.	No propone ni expresa diferentes formas de comunicación y acción durante el juego.	Emplea algunas formas de comunicación y ejecuciones motrices.	Emplea diferentes formas de comunicación y combinación de movimientos y habilidades tratando de dar respuestas.	Emplea diferentes formas de comunicación para establecer acuerdos motrices dentro y fuera del juego dando respuestas asertivas.

N-1= Indica dominio insuficiente de los aprendizajes esperados.

N-2= Indica dominio básico de los aprendizajes esperados.

N-3= Indica dominio satisfactorio de los aprendizajes esperados

N-4= Dominio sobresaliente de los aprendizajes esperados

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

Unidad Didáctica No. 3

Temporalidad: Mayo.

No. De Sesiones: 5.

Escuelas: Miguel Hidalgo.

Turno: Matutino

Municipio: Luvianos.

Grado: 3º y 4º.

Nombre del Promotor: Daniel Soria Cruz.

EJE: Competencia motriz.

COMPONENTE PEDAGÓGICO - CURRICULAR: Creatividad en la acción motriz.

APRENDIZAJE ESPERADO: Reconoce la cooperación, el esfuerzo propio y de sus compañeros en situaciones de juego, con el fin de disfrutar de las actividades y resolver los retos motores que se les presentan.

Propone acciones y estrategias en retos motores para hacer fluir su participación y la de los demás.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS: Formas jugadas, circuitos de acción motriz, terrenos de aventuras, juegos cooperativos, juegos tradicionales.

TÉCNICAS DE ENSEÑANZA: Mando directo, resolución de problemas, asignación de tareas, libre exploración.

INICIO	DESARROLLO	CIERRE
<p>Realizar un calentamiento céfalo caudal.</p> <p>Ejercicios de flexibilidad con respiración utilizando la pelota.</p> <p>Realizar carrera lenta rodando el aro y a la señal lazarlo y atraparlo.</p> <p>Ejercicios de flexibilidad con respiración utilizando el aro.</p> <p>Realizar diferentes movimientos manipulando un aro..</p>	<p>Manipular la pelota libremente.</p> <p>Atrapar un bastón por parejas.</p> <p>En equipos de diez y formando un círculo realizar la misma acción con desplazamiento al lado izquierdo y después a lado derecho.</p> <p>Formar dos equipos y saltar los bastones colocados sobre los conos de diferentes formas y desplazamientos.</p>	<p>Higiene personal.</p> <p>La importancia que tiene el descansar bien.</p> <p>La importancia del beber agua.</p>
<p>Intención didáctica: Reflexionar con los alumnos acerca de la importancia de seguir las reglas y valorar la actuación de cada integrante del grupo.</p>		
<p>Materiales: Aros y Pelotas.</p>		
<p>Sugerencias de evaluación: Observar el interés el gusto por compartir la actividad motriz y la sensación de bienestar que propician las actividades de cooperación.</p>		
<p>Evidencias de la evaluación: Colaborar con sus compañeros en los diseños de estrategias y en el cumplimiento de las tareas.</p>		
<p>Sesión # 1. Fecha de aplicación: 30 de Abril y 01 Mayo.</p>		

INICIO	DESARROLLO	CIERRE
<p>Realizar un calentamiento de extremidades inferiores a superiores utilizando el pañuelo.</p> <p>Ejercicios de flexibilidad con respiración utilizando la pelota.</p> <p>Realizar carrera lenta y realizar el juego de quitarle la cola al burro.</p> <p>Ejercicios de flexibilidad con respiración utilizando la pelota.</p> <p>Realizar diferentes movimientos manipulando el pañuelo.</p>	<p>Rodar la pelota por todo el patio con diferentes partes del cuerpo.</p> <p>Pasarse la pelota de diferentes formas por parejas.</p> <p>Realizar carrera lenta y realizar el juego de quitarle la cola al burro.</p> <p>Formar dos equipos y pasar la pelota de diferentes formas.</p> <p>La misma acción pero con el pañuelo</p>	<p>Ejercicios de Lateralidad.</p> <p>Higiene personal.</p> <p>La importancia del beber agua.</p>
<p>Intención didáctica: Exploren distintas maneras de interacción motriz con sus compañeros.</p>		
<p>Materiales: Pelotas y Pañuelos.</p>		
<p>Sugerencias de evaluación: Sugiere tareas a resolver de manera individual y colectiva.</p>		
<p>Evidencias de la evaluación: Descripción verbal sobre respuestas motrices propuestas en las actividades.</p>		
<p>Sesión # 2. Fecha de aplicación: 07 y 08 de Mayo.</p>		

INICIO	DESARROLLO	CIERRE
<p>Realizar un calentamiento donde se involucren diferentes partes del cuerpo.</p> <p>Ejercicio de respiración y fuerza al inflar un globo y soltarlo, tratar de atraparlo.</p> <p>Carrera lenta y lanzar y atrapar un círculo de cartón colocado en el suelo.</p> <p>Ejercicio de respiración y fuerza al inflar un globo y soltarlo, tratar de atraparlo.</p>	<p>Con el globo tocar a los compañeros sus diferentes partes de su cuerpo, evitando ser tocado.</p> <p>Ejercicio de recuperación.</p> <p>Trasportar el globo con el círculo de un lado a otro.</p> <p>La misma acción pero esquivando obstáculos.</p> <p>Golpear el globo con el círculo a diferentes alturas.</p> <p>Ejecutar el juego de los gallitos, col el globo y el estambre amarrarlo en un pie a la altura del tobillo.</p>	<p>La importancia del baño diario.</p> <p>Revisión de uñas y oídos.</p> <p>La importancia del beber agua.</p>
<p>Intención didáctica: Exploren distintas maneras de interacción motriz con sus compañeros.</p>		
<p>Materiales: Globos y Círculos de Cartón y Estambre.</p>		
<p>Sugerencias de evaluación: Sugiere tareas a resolver de manera individual y colectiva.</p>		
<p>Evidencias de la evaluación: Descripción verbal sobre respuestas motrices propuestas en las actividades.</p>		
<p>Sesión # 3. Fecha de aplicación: 14 y 15 de Mayo.</p>		

INICIO	DESARROLLO	CIERRE
<p>Realizar desplazamientos por toda la cancha a hacer cambios de dirección.</p> <p>Ejercicio de respiración con flexibilidad manipulando la pelota de esponja.</p> <p>Realizar carrera lenta y realizar la ronda de pares y nones.</p>	<p>Manipular libremente la pelotita de esponja.</p> <p>Botar la pelotita de esponja con mano derecha e izquierda.</p> <p>Lanzar y atrapar la pelotita de esponja.</p> <p>Por parejas pasar la pelotita de esponja de diferentes formas.</p> <p>Jugar a pares y nones.</p>	<p>Platica sobre el cuidado del agua.</p> <p>Juego libre.</p>
<p>Intención didáctica: Que el alumno ponga a prueba distintos tipos patrones de movimiento al realizar cualquier reto.</p>		
<p>Materiales: Pelotita de Esponja</p>		
<p>Sugerencias de evaluación: Sugiere tareas a resolver de manera individual y colectiva.</p>		
<p>Evidencias de la evaluación: Descripción verbal sobre respuestas motrices propuestas en las actividades.</p>		
<p>Sesión # 4. Fecha de aplicación: 21 y 22 de Mayo.</p>		

INICIO	DESARROLLO	CIERRE
<p>Realizar un calentamiento utilizando el aro de diferentes formas.</p> <p>Ejercicios de flexibilidad con respiración utilizando el aro.</p> <p>Realizar carrera lenta y colocarse a la señal dentro de su aro.</p> <p>Ejercicios de flexibilidad con respiración utilizando el aro.</p> <p>Jugar a lobo.</p>	<p>Girar y atrapar el bastón antes de que caiga al suelo.</p> <p>Atrapar un bastón por parejas.</p> <p>En equipos de diez y formando un círculo realizar la misma acción con desplazamiento al lado izquierdo y después a lado derecho.</p> <p>Formar dos equipos y saltar los bastones colocados sobre los conos de diferentes formas y desplazamientos.</p>	<p>Higiene personal.</p> <p>La importancia que tiene el descansar bien.</p> <p>La importancia del beber agua.</p>
<p>Intención didáctica: Participa en juegos con reglas sencillas que promueva la interacción y convivencia con los demás.</p>		
<p>Materiales: Aros.</p>		
<p>Sugerencias de evaluación: Sugiere tareas a resolver de manera individual y colectiva.</p>		
<p>Evidencias de la evaluación: Descripción verbal sobre respuestas motrices propuestas en las actividades.</p>		
<p>Sesión # 5, Fecha de aplicación: 28 y 29 de Mayo.</p>		

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

HOJA DE FIRMAS

<p>PROMOTOR DE EDUCACIÓN FÍSICA ZONA F050.</p> <p><u>L.E.F. DANIEL SORIA CRUZ.</u></p>	<p>COORDINADOR DE ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA.</p> <p>_____</p>	<p>DIRECTOR ESCOLAR.</p> <p>_____</p>
--	---	--