

RG-PRI 02-01

VERSION 6

Colegio “Villa de las Flores” S.C.

“Ofreciendo una formación integral para toda la vida”

www.cvf.edu.mx

**PLAN DE CLASE/NOTA TÉCNICA**

**NIVEL SECUNDARIA**

**ESCUELA: COLEGIO VILLA DE LAS FLORES C.C.T. 15PES0568Z**

**NOMBRE DEL DOCENTE: JORGE ARROYO GARCÍA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | **13 al 17 de feb-2023** |
|  | | |
| **Sesión 4** | ***REPASO DE LA SESION 3***  **Ejercicios de desarrollo de capacidades físicas combinados con elementos técnicos.**  **Ejercicio 1: Pasa y corre.**   * Objetivo técnico: Pase y recepción en movimiento * Objetivo básico: Capacidad coordinativa. * Objetivo específico: Capacidad velocidad (de reacción) * Participantes: Todos los alumnos. Terreno: Todo el campo de cancha de tenis o voleibol. * Materiales: Pelotas de vinyl, volante o gallito. Organización: hileras.   A diferencia de otros deportes de raqueta en el **HOKEY** se desarrolla en una cancha de futbol de salón y la pelota se golpea con un BASTON, HECHO DE HULE ESPUMA , hay 5 jugadores y el portero por cada equipo.  **Propósito del jueg**o: la intención del juego es meter la pelota a la portería con golpes de raqueta.  **Reglas principales:**  Saque inicial al centro de la cancha con un rebote al piso por el árbitro o juez.  Se golpea la pelota cuantas veces sea necesario por el jugador para dar pase o tirar a gol.  No se permite golpear directamente a un jugador, de ser así se marca falta y se hace un tiro directo a la portería o pase.  Cuenta como tanto o gol cuando la pelota rebasa la línea de la portería.  Los golpes mal intencionados dentro del área del portero por la defensa se marcan como penalti.  El partido se compone de dos tiempos de 15 min. |  |
| **Intensión pedagógica:** | | |

Villa de las Flores, Coacalco, Méx., a 13 de febrero del 2023.

|  |  |
| --- | --- |
| **Elaboró**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **Profe. Jorge Arroyo García** | **Vo. Bo.**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **Dir. Beatriz Salazar** |

LISTA DE COTEJO

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Capacidades | Motrices | | Cognitivas | | | Trabajo en equipo | | | |
|  | Alumno | Conoce las normas básicas del juego | Distingue su posición y la de sus compañeros dentro del juego. | Se desplaza botando la pelota | Recepciona pase de los compañeros | Realiza lanzamientos controlando la dirección. | Respeta las normas del juego | Colabora en las actividades colectivas | Acepta sus posibilidades en el juego | Se maneja con respeto hacia sus compañeros ante situaciones de alegría y frustración.. |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 20 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Material de educación física que usaremos a partir del6 de febrero del 2023.

Elaborar un bastón de “Hockey “con un palo de escoba y un tramo de espagueti-hule espuma de alberca. Instrucciones:

Recortar una sección del espagueti de 60cm de largo y colocar dentro de este un tramo de bastón de madera que debe medir 35cm de largo (**así como se muestra en la imagen**). Una vez hecho esto el tramo que queda por fuera y que servirá de mango o empuñadura debe medir 15cm para poder sujetarlo. No colocar cinta plástica o de aislar para evitar que se resbale de la mano, pintar o dejarlo natural.

Mango15cm 20cm adentro del tubo



60cm

Colocar un cinturón de plástico para sujetar

El hule con el bastón de madera. Aislar con

Cinta.



**SE RECOMIENDA RESPETAR LOS MATERIALES PARA TENER UNA PRACTICA DEPORTIVA SEGURA Y SIN RIESGOS.**