

RG-SEC-02-03

VERSIÓN 7

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**

**FECHA: 1/Octubre/2024**

**1.- NOMBRE DEL PROFESOR:** Gutiérrez Legorreta Diego **GRADO: 3° GRUPO: A**

**2.- ASIGNATURA: EDUCACION FISICA**

**3.- TRIMESTRE:** PRIMERO

**4.- SEMANA:** 30 de septiembre – 4 de octubre

**5.- TIEMPO:** 100 min

**6.- TEMA:** / RECONOCER SUS CAPACIDADES MOTRICES

**7.- CAMPO FORMATIVO:** ( ) LENGUAJES. ( ) SABERES Y PENSAMIENTO CIENTÍFICO. ( ) ÉTICA, NATURALEZA Y SOCIEDAD. (**X**) DE LO HUMANO Y LO COMUNITARIO.

**8.- EJES ARTICULADORES:** (**X**) IGUALDAD DE GÉNERO. ( ) INCLUSIÓN. (**X**) VIDA SALUDABLE. ( ) PENSAMIENTO CRÍTICO ( ) APROPIACIÓN DE LAS CULTURAS A TRÁVES DE LA LECTURA Y LA ESCRITURA. (**X**) INTERCULTURALIDAD CRÍTICA. ( ) ARTES Y EXPERIENCIAS ESTÉTICAS.

**9.- CONTENIDO:** Estilos de vida activos y saludables. Interacción motriz.

**10.- PROCESO DE DESARROLLO DE APRENIZAJE (PDA):**

Participa en juegos y dinámicas que le permitan mantenerse físicamente activo en distintos momentos. Colabora en la definición de normas básicas de convivencia para reconocer su influencia en la interacción presente en juegos y situaciones cotidianas.

**11.- RECURSOS: Nota técnica**

**12.- MATERIALES:** Cuaderno, plumas, pants escolar.

El docente inicia la sesión pasando lista al grupo y analizando a los alumnos, hará unas preguntas y pondrá a prueba sus conocimientos hacer del ping pong (8 min)

* **Actividad rompe hielo:** Retroalimentación
* **Preguntas introductorias:** ¿Menciona una característica del ping pong?

**14.- DESARROLLO:**

El docente dará un dictado sobre algunos conceptos del ping pong (puntaje, dimensiones, organizaciones) para el conocimiento de esto y aprendan las reglas básicas de este deporte.

En lo que queda de la clase bajaran al patio para empezar a golpear una pelota con la paleta, trataran de pegarle 15 veces de manera continua, sin que se les caiga la pelotita. Esta activad tendrá variantes dependiendo como valla la evolución de los chicos en el ejercicio. Después se buscara que jueguen frontón con el material de ping pong.

**15.- CIERRE:**

**Actividad y Tipo de organización: Individual ( ) Equipo ( ) Grupal ( X )**

Se cerra la sesión la revisión de su apunte, que el alumno haya trabajado de manera limpia y ordena (el docente pasara a cada lugar de los alumnos)

**16.- EVALUACIÓN: Autoevaluación ( ) Coevaluación ( ) Heteroevaluación ( X )**

* **ACTITUDINAL:** Comportamiento en la clase
* **CONCEPTUAL:** Como se desarrollaron con sus compañeros
* **PROCEDIMENTAL:** Como se desarrollaron en el transcurso de la clase

**17.- TAREA: No hay tarea.**

**PLAN DE CLASE/NOTA TÉCNICA**

**NIVEL: SECUNDARIA**

**FECHA: 3/Octubre/2024**

**1.- NOMBRE DEL PROFESOR:** Gutiérrez Legorreta Diego **GRADO: 3° GRUPO: A**

**2.- ASIGNATURA: EDUCACION FISICA**

**3.- TRIMESTRE:** PRIMERO

**4.- SEMANA:** 30 de septiembre – 4 de octubre

**5.- TIEMPO:** 100 min

**6.- TEMA:** / RECONOCER SUS CAPACIDADES MOTRICES

**7.- CAMPO FORMATIVO:** ( ) LENGUAJES. ( ) SABERES Y PENSAMIENTO CIENTÍFICO. ( ) ÉTICA, NATURALEZA Y SOCIEDAD. (**X**) DE LO HUMANO Y LO COMUNITARIO.

**8.- EJES ARTICULADORES:** (**X**) IGUALDAD DE GÉNERO. ( ) INCLUSIÓN. (**X**) VIDA SALUDABLE. ( ) PENSAMIENTO CRÍTICO ( ) APROPIACIÓN DE LAS CULTURAS A TRÁVES DE LA LECTURA Y LA ESCRITURA. (**X**) INTERCULTURALIDAD CRÍTICA. ( ) ARTES Y EXPERIENCIAS ESTÉTICAS.

**9.- CONTENIDO:** Estilos de vida activos y saludables. Interacción motriz.

**10.- PROCESO DE DESARROLLO DE APRENIZAJE (PDA):**

Participa en juegos y dinámicas que le permitan mantenerse físicamente activo en distintos momentos. Colabora en la definición de normas básicas de convivencia para reconocer su influencia en la interacción presente en juegos y situaciones cotidianas.

**11.- RECURSOS: Nota técnica**

**12.- MATERIALES:** Cuaderno, plumas, pants escolar.

**13.- INICIO:**

El docente inicia la sesión retroalimentando conceptos básicos y preguntando las reglas básicas del voleibol. (20 min)

* **Actividad rompe hielo:**
* **Preguntas introductorias:** ¿Cómo se juega? ¿Qué se necesita para jugar? ¿Dónde lo han visto?

**14.- DESARROLLO:**

El docente procederá a bajar al patio con los alumnos para realizar actividad física, mediante algunos ejercicios de coordinación, competencia individual-equipo, resistencia y fuerza. El docente estará atento para que los chicos no se lastimen y realicen correctamente los ejercicios, no deberán estar jugando y estar atentos a las indicaciones. (min)

El docente procederá a bajar con el grupo y realizaran rápido una activación física para calentar. Después el docente determinara una distancia y los chicos empezaran a correr con la pelota con la pelota; deberán cuidar que no se les caiga la pelota de ping pong de la paleta. Esto lo intentaran caminando y luego aumentaran la velocidad, con sus determinadas variantes dependiendo el desarrollo de los alumnos. (min)

Luego por equipos tendrán que formar una fila y pegarle a la pared, estos deberán hacer 10 golpes continuos sin dejar caer la pelota y tener el control del golpe (no pegarle demasiado duro), el docente pondrá variantes para desarrollar su agilidad y reacción. (min)

**15.- CIERRE:**

**Actividad y Tipo de organización: Individual ( ) Equipo ( ) Grupal ( X )**

Se cerra la sesión la revisión de su apunte, que el alumno haya trabajado de manera limpia y ordena (el docente pasara a cada lugar de los alumnos)

(8 min)

**16.- EVALUACIÓN: Autoevaluación ( ) Coevaluación ( ) Heteroevaluación ( X )**

* **ACTITUDINAL:** Comportamiento en la clase
* **CONCEPTUAL:** Como se desarrollaron con sus compañeros
* **PROCEDIMENTAL:** Como se desarrollaron en el transcurso de la clase

**17.- TAREA: No hay tarea.**

Lic. Ana Lilia Hernández Sánchez

Dirección Académica

Nombre y firma del profesor (a)