

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: 8/Octubre/2024**

**1.- NOMBRE DEL PROFESOR:** Gutiérrez Legorreta Diego **GRADO: 2° GRUPO: A**

**2.- ASIGNATURA: EDUCACION FISICA**

**3.- TRIMESTRE:** PRIMERO

**4.- SEMANA: 7** de octubre – 11 de octubre

**5.- TIEMPO:** 50 min

**6.- TEMA:** / HISTORIA DEL TENIS

**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 pasando lista y cuestionando a los alumnos sobre lo que se vio la clase pasada, si saben algunos fundamentos básicos del tenis y si recuerdan del objetivo del tenis. (10 min)

* **Actividad rompe hielo:** Retroalimentación
* **Preguntas introductorias** ¿Cuánto puede durar un partido de tenis?, ¿Cuántos jugadores pueden jugar el tenis?, ¿El tenis es un deporte de contacto?, ¿Cuál es un fundamento del tenis?

**14.- DESARROLLO:** El docente de manera rápida realizará una serie de movimientos para activar los músculos y articulaciones, los alumnos deberá estar en movimiento para poder hacerlo (10 min)

El docente procederá a realizar un pequeño circuito en donde habrá algunos obstáculos agarrando una pelota de tenis, en donde cuando los pasen estos tendrán que aventar la pelota para derribar unos conos; esta actividad la realizaran en equipos y se competirá para ver quien los derriba primero. La variante de este ejercicio es cuando pasen los obstáculos pasen con la raqueta y pelota en mano y traten pegarle a la pelota con la raqueta, con la finalidad de meter la pelota en un bote. (25 min)

pongan nuevas reglas y pondrá nuevas variantes de la actividad. (15 min)

**15.- CIERRE:**

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

Antes de pasar al salón el docente retroalimentará sobre los ejercicios vistos y hará ejercicios de respiración para llevarlos a su salón (5 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.**

**PLAN DE CLASE/NOTA TÉCNICA**

**NIVEL: SECUNDARIA**

**FECHA: 10/Octubre/2024**

**1.- NOMBRE DEL PROFESOR:** Gutiérrez Legorreta Diego **GRADO: 2° GRUPO: A**

**2.- ASIGNATURA: EDUCACION FISICA**

**3.- TRIMESTRE:** PRIMERO

**4.- SEMANA:** 7 de octubre – 11 de octubre

**5.- TIEMPO:** 50 min

**6.- TEMA:** / HISTORIA DEL TENIS

**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 pasando lista al grupo y comenzara preguntando la importancia de los ejercicios de coordinación, cuestionara a los alumnos si conocen alguno y platicara sobre como lo podemos llevar a la vida diaria. (10 min)

* **Actividad rompe hielo:** Retroalimentación.
* **Preguntas introductorias** ¿Cómo se imaginan o piensan que se puede llevar la coordinación del cuerpo?, ¿Por qué es importante estos ejercicios para el tenis?, ¿Por qué es importante hacer un calentamiento antes de hacer un deporte?

**14.- DESARROLLO:**

El docente continuará en la cancha y pondrá un juego ara activar a los chicos, -cazador y liebres-. Consiste en un chico deberá ponerse sobre una línea blanca (cazador) y este solo se podrá desplazar sobre esa línea nada más, los demás alumnos deberán pasar sin dejar que los toquen (liebres); si uno de ellos los llega a tocas se pasara a colocar en la línea blanca y se estarán desplazando, intentando tocar a sus compañeros (20 min)

Continuara formando una línea a lo largo de la cancha, un alumno tendrá que aventar pelotas con precaución para no lastimar a los chicos, los demás tendrán que esquivar la pelota de tenis, el objetico es esquivar las pelotas, el ultimo que quede tendrá la oportunidad de aventar las pelotas (20 min)

**15.- CIERRE:**

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

Se subirán al aula para dar revisión sobre los conceptos anotados. (5 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.**

**PLAN DE CLASE/NOTA TÉCNICA**

**NIVEL: SECUNDARIA**

**FECHA: 11/Octubre/2024**

**1.- NOMBRE DEL PROFESOR:** Gutiérrez Legorreta Diego **GRADO: 2° GRUPO: A**

**2.- ASIGNATURA: EDUCACION FISICA**

**3.- TRIMESTRE:** PRIMERO

**4.- SEMANA:7** de octubre – 11 de octubre

**5.- TIEMPO:** 50 min

**6.- TEMA:** PRESENTACION / HISTORIA DEL TENIS

**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. (10 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. (35 min)

**15.- CIERRE:**

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

Se terminará con unos ejercicios de flexibilidad y relajación para volver a la calma y procederán a ir a su salón. (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)