

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: 22/Octubre/2024**

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

**2.- ASIGNATURA: EDUCACION FISICA**

**3.- TRIMESTRE:** PRIMERO

**4.- SEMANA:** 21 de octubre – 25 de octubre

**5.- TIEMPO:** 100 min

**6.- TEMA:** / HISTORIA DEL TENIS DE MESA / PROYECTO TRIMESTRAL

**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 explicando la importancia de mantenerse activos físicamente y de que manera el deporte (ping pong) ayuda a mantenerse con una vida saludable

* **Actividad rompe hielo:**.
* **Preguntas introductorias:**

**14.- DESARROLLO:**

Los alumnos realizaran un cartel fomentando la participación de tener una vida saludable, fomentando el deporte ping pong, que tan influyente puede ser para que una persona que no le gusta hacer ejercicio se motive para participar. (10 min)

* **Actividad rompe hielo:** Retroalimentación.
* **Preguntas introductorias:** ¿Por qué no la puedo agarrar desde lo negro o rojo? ¿Por qué no cubrir toda la paleta con mi mano?

**15.- DESARROLLO:**

El docente procederá a bajar al patio y colocara a los alumnos en grupos con 6-7 personas por grupo, en donde los pondrá una activación promoviendo la competencia; el docente pondrá algunos obstáculos a los alumnos y algunas variantes para la prueba de habilidades motrices y de velocidad (se harán adecuaciones para aquellos alumnos que no puedan o no estén en las condiciones para realizar mucho esfuerzo físico). Se continuará con los mismos integrantes y el docente explicara el cómo se debe de pegarle a la pelotita de pin pong y los practicaran en una práctica/simulación se partido a 5 puntos y cambiaran los alumnos (lo pueden hacer en equipos de dos o individual) (min)

**16.- 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)

**17.- 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

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

**PLAN DE CLASE/NOTA TÉCNICA**

**NIVEL: SECUNDARIA**

**FECHA: 24/Octubre/2024**

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

**2.- ASIGNATURA: EDUCACION FISICA**

**3.- TRIMESTRE:** PRIMERO

**4.- SEMANA:** 21 de octubre – 25 de octubre

**5.- TIEMPO:** 100 min

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

**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 y se harán algunos ejercicios de activación física para entrar en ritmo y prever alguna lesión (10 min)

A partir de ahí, el docente realizara equipos, el docente aplicara una serie de ejercicios con el golpeo de la pelota en equipos; los alumnos deberán de estar con un cono volteado y los chicos pasaran algunas serie de obstáculos cuidando no dejar que caiga la pelota, al final a una distancia determinada propuesta por los alumnos trataran de pegarle a la pelotita y meterle dentro del cono, su compañero podrá ayudar a que entre dentro del cono pues, el docente los pondrá de una forma de competencia para lograr poner a prueba sus habilidades bajo la competencia. Después el docente hará dos equipos con la misma cantidad de gente y jugaran un juego -gato-, consiste en una fila y tomando distancias deberán tener las piernas separadas ligeramente más abierta que a la altura de sus hombros, estos estarán pasando un cono (en el caso del otro grupo un plato) por debajo de sus piernas pasándoselo a sus compañero, así hasta llegar al último de la fila; este tendrá que correr a donde se encuentra el gato formado por el docente para colocar el cono en cualquiera de los espacios disponibles, si en dado caso que se ocupan los 4 platos y los cuatro conos los alumnos deberán chocar la mano por debajo de sus piernas (no se deberá golpear l mano) así hasta llegar con el último de la fila y así podrá mover algún cono o plato. Gana el que logre colocar una hilera de su material. (min)

Antes de pasar al salón el docente se realizará un estiramiento (Flex) para regular la respiración y bajar la adrenalina de los alumnos. (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)