

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: 5/Noviembre/2024**

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

**2.- ASIGNATURA: EDUCACION FISICA**

**3.- TRIMESTRE:** PRIMERO

**4.- SEMANA:**  4 de noviembre – 8 de noviembre

**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 presentándose con los alumnos, dará una breve explicación de lo que se aprenderá en el curso, dará el reglamento de la clase y cuestionará a los alumnos sobre si conocen algunos conceptos básicos. (20 min)

* **Actividad rompe hielo:** Dime tu jugador favorito.
* **Preguntas introductorias:** ¿Cuál es su deporte favorito?, ¿Cuál es tu jugador favorito?, ¿Por qué les gusta hacer deporte?, ¿Por qué no les gusta hacer deporte?, ¿Si practican algún deporte?, ¿Cuál es su pasatiempo favorito?

**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 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 ping 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)

**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: 7/Noviembre/2024**

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

**2.- ASIGNATURA: EDUCACION FISICA**

**3.- TRIMESTRE:** PRIMERO

**4.- SEMANA:**  4 de noviembre – 8 de noviembre

**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. A partir de ahí, el docente cambiara la actividad y el material, se trabajara igual por parejas y el docente les dará 10 platos, un alumno estará sentado con las piernas estiradas y el otro estará de pie con los platos en la mano; en el momento que el docente de la señal, el alumno que se encuentra parado deberá de ir soltando los platos de manera aleatoria y enfrente de su compañero, cuidando no pegarle en la cara al jugador (los platos son de plástico pero se debe de respetarse al hacer las actividades); estos deberán de contar cuantos pudieron agarrar sin que se cayeran al piso (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)



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: 12/Noviembre/2024**

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

**2.- ASIGNATURA: EDUCACION FISICA**

**3.- TRIMESTRE:** PRIMERO

**4.- SEMANA:**  11 de noviembre – 15 de noviembre

**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 presentándose con los alumnos, dará una breve explicación de lo que se aprenderá en el curso, dará el reglamento de la clase y cuestionará a los alumnos sobre si conocen algunos conceptos básicos. (20 min)

* **Actividad rompe hielo:** Dime tu jugador favorito.
* **Preguntas introductorias:** ¿Cuál es su deporte favorito?, ¿Cuál es tu jugador favorito?, ¿Por qué les gusta hacer deporte?, ¿Por qué no les gusta hacer deporte?, ¿Si practican algún deporte?, ¿Cuál es su pasatiempo favorito?

**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 al patio y pondrá un calentamiento dinámico de manera rápido y continuara con los alumnos en donde trataran de jugar con la pelotita buscando no dejarla caer, si logran hacer 15 golpes continuos deberán cambiar de pareja y dejar que otros lo intenten, después lo realizaran golpeando a la pared, no deberán dejar caer la pelotita al piso y deberán estar cuidando no chocar con sus compañeros. Al terminar buscara el juego 1vs1 con la mesa a 2 puntos, para cambiar de pareja o contrincante.

**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: 14/Noviembre/2024**

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

**2.- ASIGNATURA: EDUCACION FISICA**

**3.- TRIMESTRE:** PRIMERO

**4.- SEMANA:**  11 de noviembre – 15 de noviembre

**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 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)

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)



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: 19/Noviembre/2024**

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

**2.- ASIGNATURA: EDUCACION FISICA**

**3.- TRIMESTRE:** PRIMERO

**4.- SEMANA:**  18 de noviembre – 22 de noviembre

**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 presentándose con los alumnos, dará una breve explicación de lo que se aprenderá en el curso, dará el reglamento de la clase y cuestionará a los alumnos sobre si conocen algunos conceptos básicos. (20 min)

* **Actividad rompe hielo:** Dime tu jugador favorito.
* **Preguntas introductorias:** ¿Cuál es su deporte favorito?, ¿Cuál es tu jugador favorito?, ¿Por qué les gusta hacer deporte?, ¿Por qué no les gusta hacer deporte?, ¿Si practican algún deporte?, ¿Cuál es su pasatiempo favorito?

**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 al patio y pondrá un calentamiento dinámico de manera rápido (paso yogui, talones, brincos en pies juntos, en un pie, caperuzas, bailarinas) el docente dejará que compitan en las filas cuidando que no sobrepasar líneas de enfrentamientos entre los alumnos. Después se continuará separando a los chicos de las chicas para jugar boti-bol, en donde lo llevaran a cabo como si fuera el tenis, respetando las mismas reglas que en el pin 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: 21/Noviembre/2024**

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

**2.- ASIGNATURA: EDUCACION FISICA**

**3.- TRIMESTRE:** PRIMERO

**4.- SEMANA: 18** de noviembre – 22 de noviembre

**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 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)

A partir de ahí, el docente cambiara la actividad, se trabajara igual por parejas y el docente les dará 10 platos, un alumno estará sentado con las piernas estiradas y el otro estará de pie con los platos en la mano; en el momento que el docente de la señal, el alumno que se encuentra parado deberá de ir soltando los platos de manera aleatoria y enfrente de su compañero, cuidando no pegarle en la cara al jugador (los platos son de plástico pero se debe de respetarse al hacer las actividades); estos deberán de contar cuantos pudieron agarrar sin que se cayeran al piso (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)



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: 26/Noviembre/2024**

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

**2.- ASIGNATURA: EDUCACION FISICA**

**3.- TRIMESTRE:** PRIMERO

**4.- SEMANA:**  25 de noviembre – 29 de noviembre

**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 presentándose con los alumnos, dará una breve explicación de lo que se aprenderá en el curso, dará el reglamento de la clase y cuestionará a los alumnos sobre si conocen algunos conceptos básicos. (20 min)

* **Actividad rompe hielo:** Dime tu jugador favorito.
* **Preguntas introductorias:** ¿Cuál es su deporte favorito?, ¿Cuál es tu jugador favorito?, ¿Por qué les gusta hacer deporte?, ¿Por qué no les gusta hacer deporte?, ¿Si practican algún deporte?, ¿Cuál es su pasatiempo favorito?

**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)

Se seguirá con la actividad “carrera con un pie”, se hacen dos o tres equipos con el mismo número de integrantes (dependiendo la cantidad de alumnos) y se determinara una meta; el equipo que llegue primero a la meta sin hacer trampa (que apoye el otro pie, cambie de pie durante la carrera) ganara. Jugador que haga trampa se tendrá que regresar al inicio. El mejor de tres carreras ganará; si en dado caso existiera un empate se hará una nueva carrera. ( min)

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 pedirá que saquen las mesas para hacer una pequeña partida entre ellos de ping pong, lo podrá hacer en parejas o de manera individual y unos de sus compañeros deberán contar los puntos y algunas faltas que puedan cometer sus compañeros.

**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: /Noviembre/2024**

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

**2.- ASIGNATURA: EDUCACION FISICA**

**3.- TRIMESTRE:** PRIMERO

**4.- SEMANA:**  de noviembre – de noviembre

**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 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 al patio y 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. Por último, el docente les ondra competencia de uno contra uno con la pelotita de pegarle de pared buscando que no caiga la pelotita en el piso. 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)