



Ciclo escolar:	2021-2022	Profesor:	OSCAR ALEJANDRO LOPEZ MARTINEZ	Grado:	1,2,3
Eje	Competencia motriz	Componente:	Desarrollo de la motricidad	Trimestre	1
N° de sesiones	4	Fecha de aplicación	13 – 24 septiembre	Alumnos a distancia	si

Aprendizaje Fundamental	Identifica los elementos de la condición física al participar en actividades motrices y recreativas como alternativas para mejorar su salud.
Estrategia didáctica	• Iniciación deportiva o Cancha propia o Cancha invasión • Juegos cooperativos • Juegos modificados • Formas jugadas • Circuito de acción motriz • Juegos tradicionales
Estilo de enseñanza	• Asignación de tareas • Resolución de problemas • Descubrimiento guiado • Mando Directo
Materiales	Bocina
Evidencia	
Actividades Permanentes	Que el docente permita la libre participación de los alumnos y asigne tareas no sólo para la sesión sino que haga que los alumnos se organicen, a fin de comprender las sugerencias creativas de los alumnos y evitar exigirles estereotipos copiados de medios de comunicación.
Ajustes Razonables	Incluir a niños con barreras de aprendizajes a todas las actividades, dosificando la intensidad de los ejercicios a medida de sus posibilidades.
Propósito	Integrar su corporeidad a partir del conocimiento de sí y su aceptación, y utilizar la expresividad y el juego motor para mejorar su disponibilidad corporal. -Canalizar y demostrar su potencial expresivo y motriz al participar y diseñar juegos y actividades donde requieren comunicarse e interactuar con sus compañeros, identificando su condición física
Evaluación	Diagnostica

Inicio: ejercicios de orden cerrado (firmes, paso redoblado, marcar el paso, flancos, media vuelta por tiempos, etc.), flexiones, Circunducciones, trote, Explicar pruebas de diagnóstico, Sacar la frecuencia cardiaca en reposo

Desarrollo: Realizar pruebas diagnóstico:

*Prueba de flexibilidad: hacer la prueba con el banco *Prueba de salto horizontal *prueba de fuerza en abdomen

Cierre: Dar platica de recuperación de las pruebas sobre la importancia del ejercicio físico en la vida diaria para tener un estilo de vida saludable, así como la importancia de portar su agua y no compartirla en este momento por motivos de salud, ir a lavarse las manos

Actividad a distancia:

Grupo a distancia:

Generar en una hoja de libreta: prueba de flexibilidad: subirse a una silla de casa flexionar el cuerpo hacia abajo, sin doblar rodillas marcar hasta donde se llega si rebasa la base de la silla es + si no llega se marca – la distancia obtenida.

Salto horizontal: dar un salto con el puro impulso de piernas medir la distancia obtenida.

Abdominales: durante un minuto marcar cuantas abdominales logras, no te preocupes si no haces muchas.

