

EDUCACIÓN FÍSICA



“CUIDAMOS NUESTRA SALUD APROVECHANDO LOS NUTRIENTES DE LOS ALIMENTOS”

ACTIVIDAD 2	" Secuencia de movimientos rítmicos con materiales" (Aros).			
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	Realizara con sus compañeros juegos lúdicos y afianzaran los lazos de compañerismo.			
PROPÓSITO	Que los estudiantes a través de juegos lúdicos afiancen los lazos De compañerismo.			
CRITERIO DE EVALUACIÓN	Realiza Con sus compañeros actividades lúdicas y tomando consensos sobre la mejor forma de lograr una meta.			
ÁREA:	EDUCACIÓN FÍSICA	Grado	Primero	Fecha: 26 al 30/09/22

ACCIÓN 1 - MOTIVACIÓN

Saludo:

Asistencia.

Dinámica: “EL BAILE DE LA MANÉ”

Todos los niños y niñas deben de bailar siguiendo el ritmo de la canción, Debera colocar las manos en las partes del cuerpo mencionado.

responden:

¿Que sera una secuencia de movimientos rítmicos?

¿Que son juegos lúdicos?

¿Cuál crees que es nuestro propósito del día de hoy?

TITULO - PROPÓSITO

ACCIÓN 2 – ACTIVACIÓN CORPORAL



Ahora viene el calentamiento: La Activación corporal, es importante porque te ayudará a ser más flexible, más rápido y a que el entrenamiento resulte más eficiente, El calentamiento también nos ayuda a evitar dolores musculares y lesiones. Y muy importante tener una botella de agua, para hidratarnos.

Realizar movimientos articulares, pequeños saltos, trotes, etc. y estiramientos en general.

ACCIÓN 3: “JUGAMOS COORDINANDO MOVIMIENTOS CON DIFERENTES RITMOS”

¡Muy bien! ¡Ahora vamos a coordinar movimientos con el ritmo de carnavalito! Necesitamos aros y mucha energía.



Volvemos a la calma, trabajo de inspiración y expiración, hidratación

“EL JUEGO DE LA MATATENA”.

- ¡Muy bien! Ahora vamos a liberar tu creatividad, con este reto de colocar todas las pelotitas en la bandeja sin dejar caer el globo, nos colocamos 5 grupos de 5 estudiantes y nos vamos a ir turnando, y cada uno deberá ir colocando las pelotitas en la bandeja y el reto es lanzar recoger y no dejar caer el globo.



Volvemos a la calma, trabajo de inspiración y expiración, hidratación

ACCIÓN 4: “VAGON EN MOVIMIENTO”

En esta actividad, vamos a necesitar de dos cuerdas atadas a la caja que se va a encontrar en medio del campo, y vamos a enumerar los conos del 1 al 5, los estudiantes se van a colocar en 4 columnas de seis integrantes cada uno frente a frente e irán lanzando las pelotas hasta que uno de ellos enceste en la caja la pelotita, cuando esto suceda jalará la cuerda hacia su fila, gana la columna que mueva el vagón hacia su lado.



• **Volvemos a la calma, trabajo de inspiración y expiración, hidratación**

Al terminar, dialoga con ellos sobre las siguientes preguntas:

“¿Cómo te has sentido el día de hoy?”

“¿De qué manera lanzaste, y cuando conseguiste el mejor resultado?”



Autoevaluación

Instrumento de Evaluación	Ficha de Cotejo		
Criterios de Evaluación	Lo logré	Lo estoy intentando	Necesito apoyo
<ul style="list-style-type: none"> Se desplaza por diversos espacios sin dificultad, coordinando movimientos y toma acuerdos en las actividades lúdicas, sobre la mejor forma de lograr una meta. 			
Realiza diferentes tipos de lanzamiento con un grado aceptable de precisión.			