

A continuación, te dejo las actividades correspondientes a las semanas correspondientes de los días **31 enero al 11 de febrero 2022.**

Indicaciones

1. Las actividades se aplican 3 veces por semana, trata de invitar a tus familiares o las personas con quienes convives para hacerlo más divertido.
2. Deberás entregar dichas actividades por medio de fotografías:
 - a) Imágenes de las actividades lúdicas aplicadas de manera individual o acompañado.a través de Messenger de Facebook o por medio electrónico al correo profejoe.90@gmail.com.
3. Procura administrar tus tiempos para que puedas elaborar tus actividades en el tiempo correspondiente.
4. Cualquier duda será respondida a través de mi cuenta personal de Facebook, por correo o por mensajería de Messenger.

**Ficha de actividades de aprendizaje integradora Con relación al COVID-19.
EDUCACIÓN FÍSICA.**

SECUNDARIA 1ER GRADO

Recursos			
No. de sesiones:	Hacerlo por lo menos 3 veces en la semana de 30 a 35 minutos.	Fecha de aplicación:	Periodo que comprende del 31 enero al 11 de febrero 2022.
Material didáctico:	Hojas, cartones, tijeras, trapos, material reciclado, telas y lo que se tenga a la mano en casa.	Espacio:	Patio o tras patio de la casa cochera o jardín.

2do Trimestre		
Eje:	Componente pedagógico didáctico.	Aprendizajes esperados
Competencia motriz	CREATIVIDAD DE ACCION MOTRIZ	<ul style="list-style-type: none"> • Elabora estrategias de juego al identificar la lógica interna de las situaciones de iniciación deportiva y deporte educativo en las que participa, para ajustar sus desempeños a partir del potencial, individual y de conjunto. • Pone a prueba la interacción motriz en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el objeto de alcanzar una meta en común y obtener satisfacción al colaborar con sus compañeros.

RECOMENDACIONES

- ✓ **ALIMENTACIÓN SALUDABLE:** No saltarse ninguna comida, darle importancia al desayuno, no abusar de dulces y comida chatarra. Comer una fruta al día y beber agua natural.
- ✓ **HIGIENE:** Una ducha diaria, lavarse los dientes después de cada comida, lavarse las manos frecuentemente.
- ✓ **ACTIVACIÓN FÍSICA:** Realizar cualquier actividad de tu agrado o las sugeridas por tu maestro durante 30 minutos al día, mínimo 3 días a la semana.

ACTIVIDAD 31 enero al 04 febrero 2022

ESTAS ACTIVIDADES LAS HARÁS CON TU FAMILIA EN MEDIDA DE LO POSIBLE, PUEDES MODIFICARLAS A TU NECESIDAD

- NOMBRE:** Colorín colorado esta botella te ha tocado **ESTRATEGIA:** Juego motor
MATERIAL: Gises y botellas de plástico **DESCRIPCION:** El área de juego se divide en 3 círculos subsecuentes (pequeño, mediano y grande). Dentro del primer círculo (pequeño) se coloca el alumno con una pelota, en el segundo colocamos botellas de diferentes colores mientras que el último círculo queda



vació. Todos los alumnos deberán estar viendo hacia el centro, a la indicación deben girar y lanzar su pelota tratando de tirar la botella de color que se menciona en la indicación (pueden hacer una ruleta con cartón para seleccionar el color).

- NOMBRE:** Carrera de trineos **ESTRATEGIA:** Juego cooperativo **MATERIAL:** Costales **DESCRIPCION:** Por parejas uno se sube al costal y el otro compañero lo jala hasta el otro extremo del espacio.



En tu libreta, junto con tu padre, madre o tutor, contesta lo siguiente:

Aspecto para evaluar del alumno	Logrado	No logrado
Logra ubicarse dentro del espacio, desplazarse y no tropezarse con los conos o botes.		
Logra desplazarse dentro del espacio con poca dificultad.		
Logra coordinar vista mano de tal manera que logra arrastrar al compañero hasta el otro lado del espacio.		
Logra mantener el equilibrio y no caerse del costal mientras es jalado hacia el otro extremo del espacio.		

- Para evaluar a los alumnos pida como evidencias los siguientes materiales:
 - Registro de sus evidencias en la libreta y fotografías.

ACTIVIDAD. Del 07 al 11 febrero del 2022

ESTAS ACTIVIDADES LAS HARAS CON TU FAMILIA EN MEDIDA DE LO POSIBLE, PUEDES MODIFICARLAS A TU NECESIDAD

- **NOMBRE:** Navegando con la escoba **ESTRATEGIA:** Formas jugadas **MATERIAL:** Escobas **DESCRIPCION:** Cada alumno con una escoba realizarán las siguientes actividades:
 1. Caminar y mantener el equilibrio de la escoba sobre la palma.
 2. Caminar y mantener equilibrio de la escoba en la barbilla o frente.
 3. Formar una fila de escobas verticales con una separación de 40 cm ente cada una, pasar corriendo entre ellas sin pisarlas.
 4. Formar un círculo con las escobas trotar y correr en diferentes direcciones que se indique adentro o afuera quien se equivoque pasa al centro y baila con su escoba.
 5. Por parejas uno se sube sobre el cepillo de la escoba en cucillas, el otro lo jala del palo.
 6. Por tercias con dos escobas, dos las sostienen por los extremos y el otro se sienta sobre ellas y trasportarlo.
 7. Formar un túnel con todas las escobas en diagonal y pasar adentro sin que se caiga.

- **NOMBRE:** Fútbol con escobas **ESTRATEGIA:** Juego modificado **MATERIAL:** Conos, escobas y pelotas **DESCRIPCION:** Se divide el grupo en equipos de uno a seis integrantes, se delimita la cancha y colocar las porterías de fútbol. Se juega conduciendo y golpeando la pelota con la escoba entre su equipo. El portero solo puede detener la pelota con la escoba. Gana el equipo que meta más goles.



En tu libreta, junto con tu padre, madre o tutor, contesta lo siguiente:

Aspecto para evaluar del alumno	Logrado	No logrado
Logra manipular la escoba con poca dificultad.		
Logra mejorar sus lanzamientos para intentar derribar meter gol.		
Logro realizar los lanzamientos de distintas formas y con distintas formas del cuerpo.		
Numero de pruebas logradas con la escoba en 1 solo intento.		

✚ Para evaluar a los alumnos pida como evidencias los siguientes materiales:

- Registro de sus evidencias en la libreta y fotografías.