



GRADO:	TERCERO	ASIGNATURA:	EDUCACIÓN FÍSICA	PERIODO	Del 28 de marzo al 01 de abril.	FECHA DE ENTREGA	01 de abril.
TEMA:	“Libra los objetos y encesta”.				BLOQUE II	SEMANA	13
PROPÓSITO/APRENDIZAJE/ENFASIS							
Coloca el propósito: (Aprendizajes esperados)							
- Explora la combinación de los patrones básicos de movimiento en diferentes actividades y juegos, con la finalidad de favorecer el control de sí. - Coordina patrones básicos de movimiento en actividades y juegos que implican elementos perceptivo-motrices con el propósito de fomentar el control de sí y la orientación en el espacio.							
ACTIVIDAD (semana 13)							
Laboratorio de habilidades y destrezas motrices: “Libra los objetos y encesta”.							
Materiales: Un recipiente de plástico del tamaño de una jícara o más grande, cinco objetos para librar (peluches, envases, pequeños botes, etc. Pelotitas de periódico o papel que ya no uses.							
INICIO							
Es importante los 5 minutos de calentamiento al inicio y estiramiento al final.							
Realizaras un pequeño calentamiento estirando la cabeza, los brazos, el tronco y las piernas de diferentes formas (5 minutos).							
DESARROLLO							
a) Coloca los cinco objetos en una fila separados medio metro cada uno y al final coloca el recipiente grande a un metro ____ / ____ /							
b) Saltando con los pies juntos en zigzag lo mas rápido posible y regresas corriendo al inicio y lanzas la pelotita para encestar.							
c) Repites el procedimiento pero ahora saltando con un pie.							
d) Después saltas por encima los objetos con los pies juntos y repites lo anterior.							
e) Finalmente caminas en patito librando los objetos en zigzag y te regresas para encestar. Todo lo tienes que hacer en 3 minutos. Puedes hacer retas con tus familiares.							
CIERRE							
Realizaras un estiramiento como al inicio durante 5 minutos.							
Recuerda alimentarte sanamente y dormir bien.							
EVALUACIÓN CONTINUA.							

Grupo	Profesor (a)	Correo
A, B y C	Joaquín Miguel Tapia De La Vega.	joaquin.tapia.de@edomex.nuevaescuela.mx
D	Fernando Juventino Alvarado Valerio.	fernando.alvarado.val@edomex.nuevaescuela.mx