



GRADO:	PRIMERO	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: <i>(Aprendizajes esperados)</i>							
<ul style="list-style-type: none"> 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: <i>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.</i>							
INICIO							
<i>Es importante los 5 minutos de calentamiento al inicio y estiramiento al final.</i>							
<i>Realizaras un pequeño calentamiento estirando la cabeza, los brazos, el tronco y las piernas de diferentes formas (5 minutos).</i>							
DESARROLLO							
<i>a) Coloca los cinco objetos en una fila separados medio metro cada uno y al final coloca el recipiente grande a un metro _____ / _____/</i>							
<i>b) Saltando con los pies juntos en zigzag lo mas rápido posible y regresas corriendo al inicio y lanzas la pelotita para encestar.</i>							
<i>c) Repites el procedimiento pero ahora saltando con un pie.</i>							
<i>d) Después saltas por encima los objetos con los pies juntos y repites lo anterior.</i>							
<i>e) Finalmente caminas en patito librando los objetos en zigzag y te regresas para encestar. Todo lo tienes que hacer en 5 minutos. Puedes hacer retas con tus familiares.</i>							
CIERRE							
<i>Realizaras un estiramiento como al inicio durante 5 minutos.</i>							
<i>Recuerda alimentarte sanamente y dormir bien.</i>							
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