



MUNICIPIO DE PEREIRA

“INSTITUCION EDUCATIVA”

INSTITUTO TECNICO SUPERIOR

Preescolar – Primaria y Bachillerato Industrial

Aprobado por Resolución N°.456 de Octubre 14 de 2004

Nº DANE 166001002061 NIT 891480070-7

PLAN DE CLASE

DOCENTE	AREA	ASIGNATURA
Liliana Palacio, Diana Rosero, Cristina Marín, Francia Díaz , Ángela María Trejos.	Educación Física	Educación Física
NIVEL	GRADO	GRUPOS
Primaria	Primero	1,2,3,4 y 5
CORTE EVALUATIVO		SEMANA
II		2

ESTANDAR BASICO POR CORTE EVALUATIVO	ELEMENTO DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE
1. Realizar los movimientos del calentamiento adecuadamente. 2. Ubicarse en lugares determinados, estableciendo adecuadamente relaciones espaciales. 3. Comprender que las normas pueden ayudar a prevenir el maltrato en el aula y en el juego. 4. Realizar actividades de locomoción adoptando diferentes posiciones. 5. Participar en diferentes tipos de juegos como rondas, juegos de relevo, juegos tradicionales, etc.	EL CALENTAMIENTO Y SU IMPORTANCIA LATERALIDAD, DIRECCIONALIDAD, ESPACIALIDAD PATRONES BASICOS DE LOCOMOCION Y MANIPULACION CONSTRUCCION DE CIUDADANIA	1.Reconoce la importancia del calentamiento, sus ventajas y beneficios al realizarlo. 2. Aplica la coordinación, el equilibrio y el ritmo de acuerdo a las actividades propuestas en clase. 3. Identifica los patrones básicos de locomoción y manipulación en las actividades cotidianas. 5. Sigue instrucciones dadas para participar en juegos de relevos rondas y mini competencias.

CONDUCTA DE ENTRADA	El acudiente y el estudiante hablarán sobre la importancia del calentamiento teniendo en cuenta el plan de clase anterior.
----------------------------	--



MUNICIPIO DE PEREIRA

"INSTITUCION EDUCATIVA"

INSTITUTO TECNICO SUPERIOR

Preescolar – Primaria y Bachillerato Industrial

Aprobado por Resolución Nº.456 de Octubre 14 de 2004

Nº DANE 166001002061 NIT 891480070-7

DESARROLLO

ACTIVIDAD #1: Ejercicios de calentamiento



En el desarrollo de esta actividad el acudiente motivará al estudiante hacer los ejercicios de calentamiento juntos teniendo en cuenta el siguiente video :

<https://www.youtube.com/watch?v=ymigWt5TOV8>



ACTIVIDAD # 2 : Dinámicas en familia

En familia realizarán las siguientes dinámicas con el estudiante :

- ✚ En la selva me encuentre:
<https://www.youtube.com/watch?v=IR33A7w1Us0>
- ✚ Súbete al tren de la alegría
<https://www.youtube.com/watch?v=iFceQRSO87g>
- ✚ El baile del esqueleto
<https://www.youtube.com/watch?v=-YgYZnnTQZ4>



MUNICIPIO DE PEREIRA

“INSTITUCION EDUCATIVA”

INSTITUTO TECNICO SUPERIOR

Preescolar – Primaria y Bachillerato Industrial

Aprobado por Resolución N°.456 de Octubre 14 de 2004

Nº DANE 166001002061 NIT 891480070-7

	<p>Para finalizar realizarán ejercicios de estiramientos y se hidratarán con agua.</p>  <p>The diagram illustrates 12 numbered stretching exercises with their respective durations:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1: 30 seg. cada pierna 2: 15 seg. cada pierna 3: 20 seg. cada pierna 4: 20 seg. cada pierna 5: 20 seg. cada pierna 6: 30 seg. 7: 30 seg. 8: 30 seg. 9: 15 seg. cada lado 10: 20 seg. cada pierna 11: 15 seg. cada brazo 12: 20 seg.
<p>REFUERZO DE APRENDIZAJE</p>	<p>En familia realizarán las siguientes dinámicas en familia :</p> <ul style="list-style-type: none"> https://www.youtube.com/watch?v=52ouVTEfbN0 https://www.youtube.com/watch?v=eU5Pd-Aj85w
<p>EVALUACIÓN</p>	<p>El estudiante con ayuda del acudiente realizará un audio corto donde explique :</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Con quién realizo las dinámicas? ¿Cuál le gusto más?
<p>RECURSOS TECNOLÓGICOS</p>	<p>https://www.youtube.com/watch?v=cgEnBkmcpuQ https://www.youtube.com/watch?v=bwl5ohtqmfQ https://www.youtube.com/watch?v=WUol0rMWxAc</p>
<p>OBSERVACIONES</p>	<p>Se recomienda resolver el plan de clase con la participación activa de todos los integrantes de la familia aportando significativamente al desarrollo integral del estudiante.</p>