

## PLANIFICACIÓN CLASE DIARIA

ASIGNATURA: Educación Física y Salud CURSO: 2 ° A – B FECHA: 24 al 28 de Agosto 2020

OBIT	TIVOC DE ADDENDIZATEC	HABILIDADES DESTREZAS			
OBJETIVOS DE APRENDIZAJES		HABILIDADES/DESTREZAS			
EF02 OA 01: Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en		Practicar –Realizar– Escuchar - Ejecutar			
diferentes direcciones, alturas y niveles, como saltar de forma continua en un pie y luego en el otro,					
botear un balón mientras camina, mantener el equilibrio sobre una base a una pequeña altura, realizar					
suspensiones, giros y rodadas o volteos.					
OA 06: Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que incrementen la condición					
física, por medio de juegos y circuitos.					
OBJETIVO DE LA CLASE		ACTITUDES			
		<b>EF01 OAA D</b> Demostrar disposición a participar de manera activa en la clase.			
seguro y adaptado		<b>EF01 OAA H</b> Demostrar disposición al esfuerzo personal, superación y perseverancia.			
M			INDICADOR	RECURSOS	EVALUACIÓN
	ACTIVIDADES/ ESTRATEGIAS METODOLOGICAS				
	Saludo de bienvenida,		Escuchan con respeto		Formativa
INIC O	Explicación del objetivo y actividades a realizar en la clase.		la información. 100%	Botella de agua	
	Realizan calentamiento a través canción aplicando diferentes tipos de movimientos.		-		
	Saltos laterales: realiza saltos laterales a pie junto, utilizando una línea, lana o cinta adhesiva puesta en el		Ejecutan actividades		
	suelo, impúlsate con los brazos.				
	Saltos frontales: realiza saltos frontales a pie junto, utilizando una línea, lana, cinta	a adhesiva o algún objeto de	100%		
	tamaño mediano (algún peluche te puede servir) puesta en el suelo, impúlsate con los bra				
	suenen al caer.				
		inne de eleón eleinte de			
	Saltos frontales con giro: realiza saltos frontales a pies ligeramente separados, util	_ ,			
	tamaño mediano (algún peluche te puede servir) puesta en el suelo, impúlsate con los bra	izos, gira en el aire y trata	Realizan actividades		
0	que tus pies no suenen al caer.				
DESARROLLO	• Saltos multidireccionales a un pie: realiza saltos en múltiples direcciones con un o dos pies junto (tu elijes), impúlsate con los brazos y trata que tus pies no suenen al caer. Pídele a un acompañante que te indique las		con actitud de autocuidado. 100%		
RR					
SA	direcciones para saltar.				
DE	·				
	Se reitera la importancia del calentamiento y les explica lo vital de realizar una vuelta a la calma y una elongación pertinente luego				
	de la clase. Rutina de aseo e higiene.				
RE					
U de la clase. Nutina de aseo e filgierie.					
0					