

## SESIÓN DE APRENDIZAJE N°01

**IIEE:** "DORA MAYER"  
**Disciplina:** JUEGOS MOTICES  
**Profesor:** ROSA MARÍA ALZAMORA  
**Ciclo:** III  
**Fecha:** 29 noviembre – 03 diciembre  
**Nº de alumnos:** 5

### I.- TÍTULO "JUEGOS CON GLOBOS"

#### II.- Situación de Aprendizaje:

Explorar diversos movimientos con diferentes objetos.

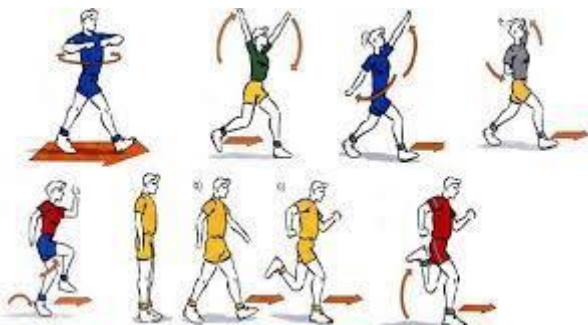
#### III.- APRENDIZAJE ESPERADO

(El aprendizaje esperado son las competencias, capacidades y desempeños seleccionados por el técnico deportivo, las evidencias y/o productos e instrumentos de la evaluación constituyen la parte evaluativa de la sesión.)

COMPETENCIA(S)	CAPACIDAD(ES)	DESEMPEÑO PRECISADO	EVIDENCIA	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN
Asume una vida saludable	Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	<p>Mejora su tono muscular, postura y equilibrio teniendo como referencia la trayectoria con diferentes objetos para los realizar habilidades motrices específicas y capacidades en actividades lúdicas.</p> <p>Explica y resalta los beneficios, de la práctica de actividades para mejorar su salud aptitud física y calidad de vida.</p>	Mejora su postura de trabajos con diferentes formas de lanzar, rebotar entre otros, acompañado de movimientos que expresan emociones al jugar.	Escala Descriptiva

PROPUESTA DE FORMATO DE PLANIFICACION CURRICULAR PARA TALLERES DEPORTIVOS RECREATIVOS 2017

IV.- MOMENTOS DE LA SESIÓN

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	MEDIOS Y/O MATERIALES	TIEMPO
INICIO	<p><b>Calentamiento general:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Articulaciones. Mover todas las articulaciones durante 1 minuto.</li> <li>• Movimientos. Aumentar la temperatura y frecuencia cardiaca durante 3 minutos.</li> <li>• Estiramientos. Realizar diferentes tipos de estiramientos durante 2 min</li> </ul> 	<p>Limones</p> <p>Vasos</p> <p>Escoba</p> <p>Globos</p> <p>Botellas de plástico</p>	10 minutos
DESARROLLO	<p><b>Trabajo con diferente materia</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajar con 4 cintas, ponerlos en el suelo 3 de las cintas y con una de ellas tratar de levantarla solo con la cinta.</li> <li>• Con un globo y una cinta rodear el globo en el aire y tratar de pasar la cinta, el trabajo corresponde a cuantas veces pueda pasar la cinta antes que toque el piso</li> <li>• Trabajo con globos, ponerlo entre las piernas y llevarlo a una cesta con saltos</li> <li>• Posición de cangrejo llevar el globo a una cesta</li> <li>• Tocar el globo con cualquier parte del cuerpo</li> </ul>		30 minutos

PROPUESTA DE FORMATO DE PLANIFICACION CURRICULAR PARA TALLERES DEPORTIVOS RECREATIVOS 2017

	 		
<b>CIERRE</b>	Relajación: Hidratación Preguntar a los alumnos ¿Qué aprendimos hoy? ¿Con que partes del cuerpo hemos trabajado? ¿Con que manos crees que es más fácil golpear?		5 minutos

**V.- REFLEXIÓN:**