

Tercera Sesión

Maestro:

- 1) Pasará lista de asistencia.
- 2) Hará un repaso de lo realizado en la sesión anterior.
- 3) Continuará con las actividades de escritorio (ver apéndice cuadro 1) "Fuerza".
 - a) Pedirá leer utilizando la estrategia TRIPaS.
 - b) Pedirá discutir el tema.
 - c) Pedirá elaborar las conclusiones del tema.
 - d) Pedirá la exposición del tema.
- 4) Registrará en la ficha de control No. 2 las actividades de escritorio realizadas.
- 5) Pedirá llevar a cabo las actividades de campo ver apéndice Cuadro 2.
 - a) Pedirá realizar un Calentamiento (ejemplo del libro u otro).
 - b) Pedirá realizar la rutina de Flexibilidad.
 - c) Pedirá realizar los ejercicios de Fuerza.
 - d) Pedirá realizar los ejercicios de Relajación
- 6) Registrará la realización de los ejercicios de Calentamiento, Flexibilidad, Fuerza y Relajación en su Ficha de Control. No. 3
- 7) Efectuará una recapitulación de lo realizado en esta sesión.
- 8) Pedirá como tarea un resumen del tema Capítulo I.
- 9) Pedirá como tarea un Programa de acondicionamiento físico, diario con flexibilidad y fuerza.

Alumno:

- 1) Responderá al oír su nombre.
- 2) Prestará atención.
- 3) Realizará las actividades de escritorio (ver Apéndice Cuadro 1).
 - a) Leerá el tema utilizando la estrategia TRIPaS.
 - b) Discutirá el tema.
 - c) Elaborará las conclusiones del tema.
 - d) Expondrá el tema.
- 4) Verificará que el maestro registre las actividades de escritorio que realizó.
- 5) Realizará las actividades de campo.
 - a) Realizar los ejercicios de Calentamiento.
 - b) Realizar los ejercicios de Flexibilidad.
 - c) Realizar los ejercicios de Fuerza.
 - d) Realizar los ejercicios de Relajación.
- 6) Verificará que el maestro registre los ejercicios de Calentamiento, Flexibilidad, Fuerza y Relajación en su Ficha de Control No. 3.
- 7) Prestará atención a la recapitulación.
- 8) Redactará un resumen del tema.
- 9) Tomará nota de la tarea y sus características.

Cuarta Sesión

Maestro:

- 1) Pasará lista de asistencia.
- 2) Recogerá el resumen (Capítulo I).
- 3) Recogerá el Programa de acondicionamiento físico.
- 4) Hará un repaso del tema anterior.
- 5) Presentará el nuevo tema.
- 6) Explicará brevemente el tema lanzamientos
- 7) Formará grupos para integrar mesas redondas.
- 8) Pedirá llevar a cabo las actividades de campo. (Ver Apéndice: Cuadro No. 2).
 - a) Pedirá realizar los ejercicios de calentamiento.
 - b) Pedirá realizar rutina de flexibilidad.
 - c) Pedirá realizar la práctica de lanzamientos
 - d) Pedirá realizar los ejercicios de relajación.
- 9) Registrará en la Ficha de Control No. 3. las actividades de campo realizadas.
- 10) Utilizará el método interrogativo para verificar la comprensión.
- 11) Efectuará la recapitulación del tema.
- 12) Pedirá como tarea el trabajo de Investigación de Atletismo "Lanzamientos de Jabalina y Martillo" y "Saltos de Longitud, Altura, Triple y Garrocha".

Alumno:

- 1) Responderá al oír su nombre.
- 2) Entregará el resumen (Capítulo I).
- 3) Entregará el Programa de Acondicionamiento Físico.
- 4) Prestará atención al repaso.
- 5) Prestará atención.
- 6) Prestará atención y tomará notas.
- 7) Participará en la formación de grupos para integrar mesas redondas.
- 8) Realizará las actividades de campo (Ver Apéndice: Cuadro No. 2).
 - a) Realizará los ejercicios de calentamiento.
 - b) Realizará la rutina de flexibilidad.
 - c) Realizará la práctica de lanzamientos.
 - d) Realizará los ejercicios de relajación.
- 9) Verificará que el maestro registre en su Ficha de Control No. 3 las actividades de campo que realizó.
- 10) Responderá a las preguntas, demostrando su comprensión.
- 11) Prestará atención a la recapitulación del tema.
- 12) Tomará nota del trabajo y sus características.

Quinta Sesión

Maestro:

- 1) Pasará lista de asistencia.
- 2) Recogerá el trabajo de investigación de atletismo.
- 3) Entregará el resumen ya revisado (Capítulo 1).
- 4) Entregará el Programa de Acondicionamiento Físico ya revisado y lo registrará en la Ficha de Control No. 2.
- 5) Presentará el nuevo tema.
- 6) Explicará brevemente el tema: "Fundamentos del Fútbol Americano".
- 7) Formará grupos para integrar mesas redondas.
- 8) Pedirá llevar a cabo las actividades de escritorio (Ver apéndice: Cuadro 1).
 - a) Pedirá leer el tema utilizando la estrategia TRIPaS.
 - b) Pedirá discutir el tema.
 - c) Pedirá elaborar un esquema conceptual.
 - d) Pedirá elaborar las conclusiones.
 - e) Pedirá exposición del tema (c y d).
- 9) Registrará en la Ficha de Control No. 2 las actividades de escritorio realizadas.
- 10) Utilizará el método interrogativo para verificar la comprensión.
- 11) Efectuará la recapitulación del tema.
- 12) Pedirá como tarea un resumen del tema Capítulo II.
- 13) Pedirá como tarea realizar las actividades del libro (capítulo II).
- 14) Pedirá como tarea un resumen del juego de "tochito".

Alumno:

- 1) Responderá al oír su nombre.
- 2) Entregará el trabajo de atletismo.
- 3) Recogerá el resumen ya revisado Capítulo I.
- 4) Recogerá el Programa de Acondicionamiento Físico ya revisado y verificará su registro.
- 5) Prestará atención.
- 6) Prestará atención y tomará notas.
- 7) Participará en la formación de grupos para integrar las mesas redondas.
- 8) Realizará las actividades de escritorio (Ver apéndice: Cuadro 1).
 - a) Leerá el tema, utilizando la estrategia TRIPaS.
 - b) Discutirá el tema.
 - c) Elaborará un esquema conceptual.
 - d) Elaborará las conclusiones.
 - e) Expondrá el tema (c y d).
- 9) Verificará que el maestro registre las actividades de escritorio que realizó.
- 10) Responderá a las preguntas, demostrando su comprensión.
- 11) Prestará atención a la recapitulación del tema.
- 12) Redactará un resumen del tema.
- 13) Realizará las actividades del libro (Capítulo II).
- 14) Redactará un resumen del tema.

Sexta Sesión

Maestro:

- 1) Pasará lista de asistencia.
- 2) Entregará el trabajo de atletismo ya revisado y lo registrará en la ficha de control No. 2.
- 3) Recogerá el resumen (Capítulo II).
- 4) Revisará actividades del libro Capítulo II registrará en la Ficha de Control No. 2.
- 5) Recogerá el resumen del juego de "tochito".
- 6) Pedirá llevar a cabo las actividades de campo. (Ver apéndice: Cuadro No. 2).
 - a) Pedirá realizar los ejercicios de Calentamiento.
 - b) Pedirá realizar rutina de flexibilidad.
 - c) Pedirá realizar la práctica de "tochito"
 - d) Pedirá realizar los ejercicios de Relajación.
- 7) Registrará en la Ficha de Control No. 3 las actividades de campo realizadas.
- 8) Efectuará una recapitulación de lo realizado en esta sesión.

Alumno:

- 1) Responderá al oír su nombre.
- 2) Recogerá el trabajo de atletismo y verificará su registro.
- 3) Entregará el resumen (Capítulo II).
- 4) Mostrará las actividades del libro Capítulo II y verificará su registro.
- 5) Entregará el resumen del "tochito".
- 6) Realizará las actividades de campo (Ver Apéndice: Cuadro No. 2).
 - a) Realizará los ejercicios de Calentamiento.
 - b) Realizará la rutina de flexibilidad.
 - c) Realizará la práctica de "tochito".
 - d) Realizará los ejercicios de Relajación.
- 7) Verificará que el maestro registre en su Ficha de Control No. 3 las actividades de campo que realizó.
- 8) Prestará atención a la recapitulación de la sesión.

Séptima Sesión

Maestro:

- 1) Pasará lista de asistencia.
- 2) Entregará el resumen ya revisado (tochito).
- 3) Entregará el resumen ya revisado (Capítulo II).
- 4) Presentará el nuevo tema. Capítulo III
- 5) Explicará brevemente el tema "Primeros Auxilios I"
- 6) Formará grupos para integrar mesas redondas.
- 7) Pedirá llevar a cabo las actividades de escritorio (Ver apéndice: Cuadro 1).
 - a) Pedirá leer el tema utilizando la estrategia TRIPaS.
 - b) Pedirá discutir el tema.
 - c) Pedirá elaborar un esquema conceptual.
 - d) Pedirá elaborar las conclusiones.
 - e) Pedirá exposición del tema (c y d).
- 8) Registrará en la Ficha de Control No. 2 las actividades de escritorio realizadas.
- 9) Utilizará el método interrogativo para verificar la comprensión.
- 10) Efectuará la recapitulación del tema.
- 11) Pedirá como tarea de trabajo de investigación "Shock y R.C.P."
- 12) Pedirá llevar el material de primeros auxilios para la práctica de la sesión 8.
- 13) Pedirá como tarea un resumen de tema (Capítulo III).
- 14) Pedirá como tarea realizar las actividades del libro (Capítulo III).

Alumno:

- 1) Responderá al oír su nombre.
- 2) Recogerá el resumen ya revisado (tochito).
- 3) Recogerá resumen ya revisado (Capítulo II).
- 4) Prestará atención.
- 5) Prestará atención y tomará notas.
- 6) Participará en la formación de grupos para integrar las mesas redondas.
- 7) Realizará las actividades de escritorio (Ver Apéndice: Cuadro 1).
 - a) Leerá el tema, utilizando la estrategia TRIPaS.
 - b) Discutirá el tema.
 - c) Elaborará un esquema conceptual.
 - d) Elaborará las conclusiones.
 - e) Expondrá el tema (c y d).
- 8) Verificará que el maestro registre las actividades de escritorio que realizó.
- 9) Responderá a las preguntas, demostrado su comprensión.
- 10) Prestará atención a la recapitulación del tema.
- 11) Tomará nota del trabajo y sus características.
- 12) Anotará la lista de material necesario.
- 13) Redactará un resumen del tema.
- 14) Tomará nota de la tarea y sus características.

Octava Sesión

Maestro:

- 1) Pasará lista de asistencia.
- 2) Recogerá el trabajo de investigación de Primeros auxilios.
- 3) Revisará las actividades del libro (Capítulo III) y las registrará en su Ficha de Control No. 2.
- 4) Recogerá el resumen del (Capítulo III).
- 5) Hará un repaso de lo realizado en la sesión anterior.
- 6) Formará Grupos para integrar mesas redondas.
- 7) Pedirá llevar a cabo las actividades de escritorio (Ver Apéndice, Cuadro 2).
 - a) Pedirá mostrar el material de primeros auxilios.
 - b) Pedirá evaluar los signos vitales de una persona.
 - c) Pedirá realizar la atención inmediata a los diferentes tipos de herida.
 - d) Pedirá realizar la técnica de atención de una hemorragia.
- 8) Registrará la realización de las actividades de escritorio en la Ficha de Control No. 2.

Alumno:

- 1) Responderá al oír su nombre.
- 2) Entregará el trabajo de primeros auxilios.
- 3) Mostrará actividades del libro (Capítulo III) y verificará su registro.
- 4) Entregará el resumen de (Capítulo III).
- 5) Prestará atención al repaso.
- 6) Participará en la formación de grupos para integrar mesas redondas.
- 7) Realizará las actividades de escritorio (Ver Apéndice, Cuadro 2).
 - a) Mostrará el material de primeros auxilios.
 - b) Realizará la evaluación.
 - c) Realizará la atención inmediata.
 - d) Realizará la técnica.
- 8) Verificará que el maestro registre las actividades de escritorio que realizó.

Novena Sesión

Maestro:

- 1) Pasará lista de asistencia.
- 2) Entregará el trabajo de investigación de primeros auxilios.
- 3) Entregará el resumen ya revisado (Capítulo III).
- 4) Presentará el nuevo tema. Capítulo IV
- 5) Explicará brevemente el tema Felicidad.
- 6) Formará grupos para integrar mesas redondas.
- 7) Pedirá llevar a cabo las actividades de escritorio (Ver apéndice: Cuadro 1).
 - a) Pedirá leer el tema utilizando la estrategia TRIPaS.
 - b) Pedirá discutir el tema.
 - c) Pedirá elaborar un esquema conceptual.
 - d) Pedirá elaborar las conclusiones.
 - e) Pedirá exposición del tema (c y d).
- 8) Registrará en la Ficha de Control No. 2 las actividades de escritorio realizadas.
- 9) Utilizará el método interrogativo para verificar la comprensión.
- 10) Efectuará la recapitulación del tema.
- 11) Pedirá como tarea contestar por escrito el laboratorio de Psicología.

Alumno:

- 1) Responderá al oír su nombre.
- 2) Recogerá el trabajo de Primeros Auxilios.
- 3) Recogerá resumen ya revisado (Capítulo III).
- 4) Prestará atención.
- 5) Prestará atención y tomará notas.
- 6) Participará en la formación de grupos para integrar las mesas redondas.
- 7) Realizará las actividades de escritorio (Ver Apéndice: Cuadro 1).
 - a) Leerá el tema, utilizando la estrategia TRIPaS.
 - b) Discutirá el tema.
 - c) Elaborará un esquema conceptual.
 - d) Elaborará las conclusiones.
 - e) Expondrá el tema (c y d).
- 8) Verificará que el maestro registre las actividades de escritorio que realizó.
- 9) Responderá a las preguntas, demostrando su comprensión.
- 10) Prestará atención a la recapitulación del tema.
- 11) Prestará atención a las instrucciones.

CAPITULO I

F U E R Z A