

Segunda sesión

Maestro:

- 1) Pasa lista de asistencia.
- 2) Aplica un examen de diagnóstico.
- 3) Presenta el tema del Capítulo I.
- 4) Explica brevemente el tema "Historia de la Educación Física".
- 5) Forma grupos para integrar mesas redondas.
- 6) Pide llevar a cabo las Actividades de Aula (Ver Apéndice: Cuadro 1)
 - a) Pide leer el tema, utilizando la estrategia TRIPaS
 - b) Pide discutir el tema.
 - c) Pide elaborar un cuadro sinóptico del tema.
 - d) Pide elaborar las conclusiones del tema.
 - e) Pide la exposición del tema (c y d)
- 7) Registra en la Ficha de Control No. 2 las actividades de aula realizadas.
- 8) Utiliza el método interrogativo para verificar la comprensión.
- 9) Efectúa la recapitulación del tema.
- 10) Pide como tarea realizar las actividades del libro y un resumen del Capítulo I.
- 11) Pide como tarea el trabajo de investigación de Educación Física.
- 12) Pide de tarea leer el tema de Flexibilidad.

Alumno:

- 1) Responde al oír su nombre.
- 2) Presenta el examen de diagnóstico.
- 3) Presta atención a la presentación.
- 4) Presta atención y toma notas.
- 5) Participa en la formación de grupos para integrar las mesas redondas.
- 6) Realiza las Actividades de Aula (Ver Apéndice: Cuadro 1).
 - a) Lee el tema, utilizando la estrategia TRIPaS
 - b) Discute el tema.
 - c) Elabora un cuadro sinóptico del tema.
 - d) Elabora las conclusiones del tema.
 - e) Expone el tema (c y d)
- 7) Verifica que el maestro registre las Actividades de Aula que realizó.
- 8) Responde a las preguntas, demostrando su comprensión.
- 9) Presta atención a la recapitulación del tema.
- 10) Realiza las actividades del libro.
- 11) Toma nota del trabajo y sus características.
- 12) Lee el tema de Flexibilidad.

Tercera sesión

Maestro:

- 1) Pasa lista de asistencia.
- 2) Revisa las actividades del libro Capítulo 1 y las registra en su Ficha de Control No. 2. Recoge el trabajo de "Investigación de la Educación Física".
- 3) Hace un repaso de lo realizado en la sesión anterior.
- 4) Explica brevemente los temas "Introducción a las capacidades físicas" y "Flexibilidad".
- 5) Fomenta grupos para integrar mesas redondas.
- 6) Pide llevar a cabo las Actividades de Aula (Ver Apéndice: Cuadro 1)
 - a) Pide leer el tema, utilizando la estrategia TRIPaS.
 - b) Pide discutir el tema.
 - c) Pide la exposición del tema.
 - d) Pide elaborar las conclusiones del tema.
- 7) Registra la realización de las Actividades de Aula en su Ficha de Control No. 2.
- 8) Utiliza el método interrogativo para verificar la comprensión.
- 9) Efectúa una recapitulación de lo realizado en esta sesión.
- 10) Pide como tarea realizar las actividades del libro, Capítulos II y III.

Alumno:

- 1) Responde al oír su nombre.
- 2) Muestra las actividades del libro Capítulo 1 y verifica su registro.
- 3) Presta atención.
- 4) Presta atención y toma notas.
- 5) Participa en la formación de grupos para integrar las mesas redondas.
- 6) Realiza las Actividades de Aula (Ver Apéndice: Cuadro 1)
 - a) Lee el tema, utilizando la estrategia TRIPaS.
 - b) Discute el tema.
 - c) Expone el tema.
 - d) Elabora las conclusiones del tema.
- 7) Muestra las actividades del libro (Cap. I) y verificará su registro.
- 8) Responde a las preguntas, demostrando su comprensión.
- 9) Presta atención a la recapitulación.
- 10) Realiza las actividades del libro.

Cuarta sesión

Maestro:

- 1) Pasa lista de asistencia.
- 2) Revisa las actividades del libro, Capítulos II y III y las registra en su Ficha de Control No. 2.
- 3) Hace un repaso de lo realizado en la sesión anterior.
- 4) Pide llevar a cabo las actividades de campo (Ver Apéndice cuadro 2).
 - a) Pide realizar un calentamiento (ejemplo del libro u otro).
 - b) Pide realizar la rutina de flexibilidad.
 - c) Pide realizar los ejercicios de relajación.
- 5) Registra la realización de los ejercicios de flexibilidad y calentamiento en su Ficha de Control No. 3.
- 6) Efectúa una recapitulación de lo realizado en esta sesión.

Alumno:

- 1) Responde al oír su nombre.
- 2) Muestra las actividades del libro y verifica su registro.
- 3) Presta atención.
- 4) Realiza las actividades de campo (Ver Apéndice, cuadro 2).
 - a) Realiza los ejercicios de calentamiento.
 - b) Realiza los ejercicios de flexibilidad.
 - c) Realiza los ejercicios de relajación.
- 5) Verifica que el maestro registre los ejercicios de flexibilidad y calentamiento en su Ficha de Control No. 3.
- 6) Presta atención a la recapitulación.

Quinta sesión

Sexta sesión

Maestro:

- 1) Pasa lista de asistencia.
- 2) Procede a realizar las pruebas de aptitud física, registrando los datos en su Ficha de Control No. 1.
- 3) Pide llevar a cabo las Actividades de Campo (Ver Apéndice, Cuadro 2).
 - a) Pedirá realizar la rutina de flexibilidad.
 - b) Pide realizar los ejercicios de relajación.
- 4) Pide de tarea leer el tema de "Atletismo".

Alumno:

- 1) Responde al oír su nombre.
- 2) Realiza las pruebas de aptitud física, registrando los datos en la Ficha de Control No. 1 que se encuentra en el Apéndice de su libro.
- 3) Realizará las Actividades de Campo (Ver Apéndice, Cuadro 2).
 - a) Realiza la rutina de flexibilidad.
 - b) Realiza los ejercicios de relajación.
- 4) Lee el tema de "Atletismo".

Quinta sesión
Sexta sesión

Maestro:

- 1) Pasa lista de asistencia.
- 2) Presenta el nuevo tema (Cap. IV).
- 3) Explica brevemente el tema "Introducción al Atletismo".
- 4) Forma grupos para integrar mesas redondas.
- 5) Pide llevar a cabo las Actividades de Aula (Ver Apéndice, Cuadro 1).
 - a) Pide leer el tema utilizando la estrategia TRIPaS.
 - b) Pide elaborar un cuadro sinóptico.
 - c) Pide exposición del tema.
 - d) Pide discutir el tema.
 - e) Pide elaborar las conclusiones.
- 6) Registra en la Ficha de Control No. 2 las Actividades de Aula realizadas.
- 7) Utiliza el método interrogativo para verificar la comprensión.
- 8) Efectúa la recapitulación del tema.

Alumno:

- 1) Responde al oír su nombre.
- 2) Presta atención.
- 3) Presta atención y tomará notas.
- 4) Participa en la formación de grupos para integrar las mesas redondas.
- 5) Realiza las Actividades de Aula (Ver Apéndice: Cuadro 1)
 - a) Lee el tema utilizando la estrategia TRIPaS.
 - d) Discute el tema.
 - b) Elabora un cuadro sinóptico.
 - e) Expone las conclusiones.
 - c) Expone el tema.
- 6) Verifica que el maestro registre las Actividades de Aula que revisó.
- 7) Responde a las preguntas, demostrando su comprensión.
- 8) Presta atención.

Séptima sesión

Maestro:

- 1) Pasa lista de asistencia.
- 2) Revisa las Actividades del Libro (Cap. IV) y las registra en su Ficha de Control No. 2.
- 3) Pide llevar a cabo las Actividades de Campo (Ver Apéndice: Cuadro 2).
 - a) Pide realizar la rutina de flexibilidad.
 - b) Pide realizar los ejercicios de pruebas de pista.
 - c) Pide realizar los ejercicios de relajación.
- 4) Efectúa una recapitulación de lo realizado en esta sesión.
- 5) Registra en su Ficha de Control No. 3 las actividades de campo realizadas.

Alumno:

- 1) Muestra las Actividades del libro (Cap. IV) y verifica su registro.
- 2) Realiza las actividades de Campo (Ver Apéndice: Cuadro 2).
 - a) Realiza la rutina de flexibilidad.
 - b) Realiza los ejercicios de pista.
 - c) Realiza los ejercicios de relajación.
- 3) Presta atención a la recapitulación.
- 4) Verifica que el maestro registre en su Ficha de
- 5)

Octava sesión

Maestro:

- 1) Pasa lista de asistencia.
- 2) Presenta y explica el tema de atletismo en su forma práctica.
- 3) Integra equipos para la mejor realización de los trabajos.
- 4) Pide llevar a cabo las actividades de campo siguientes: (Ver Apéndice Cuadro 2)
 - Pide realizar ejercicios de calentamiento.
 - Pide realizar pruebas de pista de atletismo.
 - Pide realizar los ejercicios de relajación.
- 5)

Registra en la Ficha de Control No. 3 las actividades de campo realizadas.

Efectúa una recapitulación de la sesión práctica.
- 6) actividades de campo realizadas.

Alumno:

- 1) Responde al oír su nombre.
- 2) Presta atención y dará sus puntos de vista.
- 3) Se incorpora a un equipo para iniciar la práctica.
- 4) Realiza actividades de campo como: (Ver Apéndice Cuadro 2)
 - Ejercicios de calentamiento.
 - Realiza pruebas de pista de atletismo.
 - Realiza los ejercicios de relajación.
- 5) Verifica que el maestro registre en su Ficha de Control las actividades realizadas.
- 6) Presta atención a la recapitulación del tema.

Novena sesión

Maestro:

- 1) Pasa lista de asistencia.
- 2) Hace un repaso de lo realizado en la sesión anterior.
- 3) Realiza una comparación de los resultados obtenidos.
- 4) Permite una recuperación de las Actividades de Campo a los alumnos que no las hayan completado y las registra en su Ficha de Control No. 3.

Alumno:

- 1) Responde al oír su nombre.
- 2) Presta atención al repaso.
- 3) Valora los resultados obtenidos.
- 4) Verifica que el maestro registre las Actividades de Campo que realizó.