




# EDUCACIÓN FÍSICA



<b>Grado:</b>	<b>1° Secundaria</b>		
<b>Academia</b>	<b>Educación Física</b>	<b>Periodo de realización:</b>	<b>Del 15 al 30 de noviembre</b>
<b>Componente pedagógico</b>	Desarrollo de la motricidad		
<b>Aprendizaje esperado:</b>	Identificar los elementos de tu condición física al participar en actividades motrices y recreativas como alternativas para mejorar su salud.		
<b>Actividades:</b>			
1.-Inicia realizando un <u>breve calentamiento</u> , posteriormente lleva a cabo las actividades de la <b>app 30 días</b> en la forma que has estado trabajando ó en su caso ir a la siguiente liga: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ChPzeh54ARI&amp;list=RDCMUCqCBgrv7SZX-HLfn1qxFbmA&amp;index=3">https://www.youtube.com/watch?v=ChPzeh54ARI&amp;list=RDCMUCqCBgrv7SZX-HLfn1qxFbmA&amp;index=3</a> realiza la que más te acomode y reúne tus evidencias.			
<b>Actividad 2</b> Actividad baile de números <a href="https://www.youtube.com/watch?v=I_SeAZ_AGrU&amp;t=90s">https://www.youtube.com/watch?v=I_SeAZ_AGrU&amp;t=90s</a> <b>son 2</b> checa el Segundo 44 y el minuto 1:30			
<b>Recursos:</b>	-Videos		
<b>Observaciones</b>	No envíes videos		
<b>Evidencias:</b>	<b>Actividad 1 30 días app</b> Checa son - <b>5 fotos</b> donde tu realices los ejercicios de la app 1 punto por cada una (si entregas 1, solo tendrás 1 punto, si entregas 2 serán 2 puntos, etc.)  Total 5 puntos 	<b>Actividad 2 Rodeo</b>  Aquí deberás <b>integrar 5 fotos</b> donde evidencias que llevas a cabo por lo menos 5 ejercicios diferentes de baile de números  De igual forma cada foto vale un punto  Total 5 puntos 	<b>Fecha de Entrega:</b>  <b>Ahora si es para el</b> lunes 30 de de noviembre
<b>Actividad permanente:</b>	 Reto Deportivo De 30 ... Leap Fitness Group  No olvides estar acompañado al hacer la rutina, y realizar un pequeño calentamiento previo.	<b>Días:</b>  lunes miércoles viernes	<b>Transversalidad:</b> Vida saludable
		<b>Temas:</b>  - Alimentos	Comportamiento del movimiento  - Actividad física