

# Informática Primer Grado

Semana del 02 de octubre al 06 de octubre

Tema
5 Sopa de teclas. P. 22-24

Semana del 09 de octubre al 13 de octubre

Tema
6 ¡Hoy aprendo a teclear! P. 25-28

Semana del 16 de octubre al 20 de octubre

Tema
7 ¡Tecleando por aquí y por allá! P. 29-32

Semana del 23 de octubre al 27 de octubre

Tema
8 El escritorio de mi computadora. P. 33-36

Semana del 30 de octubre al 03 de noviembre

Tema
9 Abro y cierro ventanas. P. 37-40



**Semaine du 02 au 06 Octobre 2023**

Date	Sujet
Session 1	Revue des sons de l'alphabet. Activité de compréhension orale et d'expression écrite. Épelé (spelling) des mots pour les écrire correctement. Page 10 et 12.
Session 2	Phrases de politesse pour se saluer et se présenter. Page 14 – 16.

**Semaine du 09 au 13 Octobre 2023**

Date	Sujet
Session 1	Verbe « s'appeler » et sa conjugaison. Savoir l'utiliser dans des phrases à l'orale et à l'écrit. Page 17.
Session 2	Pronoms personnels IL et ELLE, savoir les différencier par rapport féminin et masculin. Page 18.

**Semaine du 16 au 20 Octobre 2023**

Date	Sujet
Session 1	Les couleurs. Leur écriture et leur prononciation. Page 20 – 22.
Session 2	Activité auditive, dictée des couleurs. Activité ludique pour colorier et identifier la couleur des objets. Pages 25 – 27.

**Semaine du 23 au 27 Octobre 2023**

Date	Sujet
Session 1	Chanson des couleurs. Quelle est ta couleur préférée ? Localisation des objets dans l'école selon leur couleur.
Session 2	Revue : lettres voyelles ; pronoms personnels ; adjectifs possessifs et couleurs.

**Semaine du 30 Octobre au 03 Novembre 2023**

Date	Sujet
Session 1	Évaluation #2. RAC / C / AC
Session 2	Jour férié. La Fête des Morts.

**PLANEACIÓN ESPAÑOL DE 1° AÑO OCTUBRE 2023-2024**

<p align="center"><b>2 de Octubre</b></p>	<p align="center">VALOR PAZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lectura, reflexión de la lectura.</li> <li>• Matemáticas: Cálculo mental Manual 33</li> <li>• Español: Establece y escribe reglas sencillas para la convivencia en el aula. Guía integrada Aprendizajes CLAVE, entrada de unidad, p. 61 y 62</li> <li>• Matemáticas: Lee, escribe y ordena números naturales hasta 100.</li> <li>• Conocimiento del Medio: Reconoce que es una persona única y valiosa que tiene derecho a la identidad y a vivir en una familia que lo cuide, proteja y brinde afecto. Guía integrada Aprendizajes CLAVE, lección 10, pp. 76-77.</li> </ul>
<p align="center"><b>3 de Octubre</b></p>	<p align="center">VALOR PAZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Español: Lectura, reflexión de la lectura.</li> <li>• Matemáticas: Cálculo mental Manual 33</li> <li>• Español: Guía integrada Aprendizajes CLAVE: 63 a 65</li> <li>• Matemáticas: Lee, escribe y ordena números naturales hasta 100. Guía integrada Aprendizajes CLAVE, lección 6, pp. 68-69.</li> <li>• Conocimiento del Medio: Aprendizajes CLAVE: 78 a 81</li> <li>• Selecciona y analiza la letra de una canción o ronda infantil que eligió en conjunto con sus compañeros, para interpretarla frente a público.</li> </ul>
<p align="center"><b>4 de Octubre</b></p>	<p align="center">VALOR PAZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimiento del Medio: Lectura, reflexión de la lectura.</li> <li>• Matemáticas: Cálculo mental Manual33</li> <li>• Español: Establece y escribe reglas sencillas para la convivencia en el aula. Guía integrada Aprendizajes CLAVE, lección 1, pp. 66-67.</li> <li>• Matemáticas: Guía integrada Aprendizajes CLAVE: 70 y 71</li> <li>• Educación Socioemocional: Reconoce el efecto de las emociones en su conducta y en sus relaciones con los demás.</li> </ul>
<p align="center"><b>5 de</b></p>	<p align="center">VALOR PAZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lectura, reflexión de la lectura.</li> <li>• Matemáticas: Cálculo mental Manual 33</li> <li>• Español: Establece y escribe reglas sencillas para la convivencia en el aula.</li> </ul>

Octubre		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matemáticas: Guía integrada Aprendizajes CLAVE: 72 y 73</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Club de Tareas Matemáticas: "Conteo de colecciones de hasta 50 elementos" p. 11</li> <li>• Matemáticas: Cálculo mental Manual 33</li> <li>• Tesoro de Mi Fe: páginas:42 a 45</li> </ul>
10 de Octubre	VALOR PAZ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matemáticas: Lee, escribe y ordena números naturales hasta 100.</li> <li>• Lectura reflexión de la lectura.</li> <li>• Club de Tareas Matemáticas: Cálculo mental y un problema</li> <li>• Español: Elabora convocatorias para participar en actos escolares.</li> <li>• Tesoro de Mi Fe: páginas:46 a 49</li> </ul>
6 de Octubre		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Matemáticas: Guía integrada Aprendizajes CLAVE :74 y 75</li> </ul>
Octubre	VALOR PAZ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lectura reflexión de la lectura, madurez y vejez como parte del desarrollo emocional: Aprendizajes</li> <li>• Matemáticas: Cálculo mental Manual 33</li> <li>• Club de Tareas Matemáticas. Juegos de lotería de números, figuras geométricas y el tiempo (página 12)</li> <li>• Club de Tareas Matemáticas (página 12)</li> </ul>
11 de Octubre 9 de Octubre	VALOR PAZ VALOR PAZ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Español: Trabaja con su nombre y el de sus compañeros, y utiliza sus datos personales para crear una tarjeta de identificación.</li> <li>• Actividades de integración.</li> <li>• Matemáticas: Lee, escribe y ordena números naturales hasta 100.</li> <li>• Español: Elabora convocatorias para participar en actos escolares.</li> <li>• Recursos digitales: Galería de imágenes: "Aprendamos a dialogar".</li> <li>• Matemáticas: Estima e interpreta números en el sistema de numeración maya. Guía integrada Aprendizajes CLAVE. Lección 7, pp. 58-59</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formación Cívica y Ética: Guía integrada Aprendizajes CLAVE. pp. 85</li> <li>• Club de Tareas de Lectura: 6 a 8</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>Club de Tareas de Lectura: 9 a 11</li> </ul>
<p>26 de Octubre</p> 	<p>VALOR PAZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lectura, reflexión de la lectura.</li> <li>Matemáticas: Cálculo mental y un problema</li> <li>Matemáticas: Resolverán una hoja de su manual de matemáticas.</li> <li>Matemáticas: Lee, escribe y ordena números naturales hasta 50</li> <li>Español: Trabaja con su nombre y el de sus compañeros; y utiliza sus datos personales para crear una tarjeta de identificación.</li> <li>Emociones digitales, galería de imágenes: "Tarjetas numéricas".</li> <li>Matemáticas: Lee, escribe y ordena números naturales hasta 100.</li> <li>Club de Matemáticas: Juegos de lotería de números, figuras geométricas, cálculo mental) página: 12</li> <li>Conocimiento del Medio: Reconoce formas de comportamiento y sugiere reglas que favorecen la convivencia en la escuela y la familia.</li> <li>Club de Tareas de Lectura: 9 y 30</li> </ul>
<p>17 de Octubre</p> <p>25 de Octubre</p>	<p>VALOR PAZ</p> <p>VALOR PAZ</p> <p>VALOR PAZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Familia reflexión de la lectura.</li> <li>Matemáticas: Cálculo mental y un problema</li> <li>Matemáticas: Resolverán una hoja de su manual de matemáticas.</li> <li>Matemáticas: Lee, escribe y ordena números naturales hasta 50.</li> <li>Español: Reconoce las unidades del sonido que crean.</li> <li>Tesoro de Mi Fe: páginas: 50 a 55</li> <li>Matemáticas de escritura y ordena números naturales hasta 80.</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>Comportamiento del Medio: Reconoce las distintas partes del cuerpo, y sugiere reglas que favorecen la convivencia en la escuela y la familia.</li> <li>Matemáticas: Cálculo mental y un problema</li> <li>Club de Tareas de Lectura: 9 y 30</li> <li>Matemáticas: Cálculo mental y un problema</li> <li>Lectura reflexión de la lectura.</li> <li>Matemáticas: Resolverán una hoja de su manual de matemáticas.</li> <li>Matemáticas: Cálculo mental y un problema</li> <li>Club de Matemáticas: Juegos de lotería de números, figuras geométricas, cálculo mental) página: 12</li> <li>Conocimiento del Medio: Reconoce formas de comportamiento y sugiere reglas que favorecen la convivencia en la escuela y la familia.</li> <li>Club de Tareas de Lectura: 9 y 30</li> </ul>
<p>18 de Octubre</p>	<p>VALOR PAZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Matemáticas: Cálculo mental y un problema</li> <li>Club de Matemáticas: Juegos de lotería de números, figuras geométricas, cálculo mental) página: 12</li> <li>Conocimiento del Medio: Reconoce formas de comportamiento y sugiere reglas que favorecen la convivencia en la escuela y la familia.</li> <li>Club de Tareas de Lectura: 9 y 30</li> </ul>
<p>26 de Octubre</p>	<p>VALOR PAZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Matemáticas: Cálculo mental y un problema</li> <li>Club de Matemáticas: Juegos de lotería de números, figuras geométricas, cálculo mental) página: 12</li> <li>Conocimiento del Medio: Reconoce formas de comportamiento y sugiere reglas que favorecen la convivencia en la escuela y la familia.</li> <li>Club de Tareas de Lectura: 9 y 30</li> </ul>
<p>13 de Octubre</p>	<p>VALOR PAZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Matemáticas: Cálculo mental y un problema</li> <li>Club de Matemáticas: Juegos de lotería de números, figuras geométricas, cálculo mental) página: 12</li> <li>Conocimiento del Medio: Reconoce formas de comportamiento y sugiere reglas que favorecen la convivencia en la escuela y la familia.</li> <li>Club de Tareas de Lectura: 9 y 30</li> </ul>
<p>27 de Octubre</p>	<p>VALOR PAZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Matemáticas: Cálculo mental y un problema</li> <li>Club de Matemáticas: Juegos de lotería de números, figuras geométricas, cálculo mental) página: 12</li> <li>Conocimiento del Medio: Reconoce formas de comportamiento y sugiere reglas que favorecen la convivencia en la escuela y la familia.</li> <li>Club de Tareas de Lectura: 9 y 30</li> </ul>
<p>30 de Octubre</p>	<p>VALOR PAZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Familia reflexión de la lectura.</li> <li>Matemáticas: Cálculo mental y un problema</li> <li>Matemáticas: Resolverán una hoja de su manual de matemáticas.</li> <li>Español: Reconoce las unidades del sonido que crean.</li> <li>Matemáticas de escritura y ordena números naturales hasta 80.</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>Comportamiento del Medio: Reconoce las distintas partes del cuerpo, y sugiere reglas que favorecen la convivencia en la escuela y la familia.</li> <li>Matemáticas: Cálculo mental y un problema</li> <li>Club de Matemáticas: Juegos de lotería de números, figuras geométricas, cálculo mental) página: 12</li> <li>Conocimiento del Medio: Reconoce formas de comportamiento y sugiere reglas que favorecen la convivencia en la escuela y la familia.</li> <li>Club de Tareas de Lectura: 9 y 30</li> </ul>
<p>20 de Octubre</p> <p>31 de Octubre</p>	<p>VALOR PAZ</p> <p>VALOR PAZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lectura reflexión de la lectura.</li> <li>Matemáticas: Cálculo mental y un problema</li> <li>Matemáticas: Resolverán una hoja de su manual de matemáticas.</li> <li>Matemáticas: Lee, escribe y ordena números naturales hasta 70.</li> <li>Matemáticas: Cálculo mental y un problema</li> <li>Matemáticas: Resolverán una hoja de su manual de matemáticas.</li> <li>Matemáticas: Cálculo mental y un problema</li> <li>Club de Matemáticas: Juegos de lotería de números, figuras geométricas, cálculo mental) página: 12</li> <li>Conocimiento del Medio: Reconoce formas de comportamiento y sugiere reglas que favorecen la convivencia en la escuela y la familia.</li> <li>Club de Tareas de Lectura: 9 y 30</li> </ul>
<p>23 de Octubre</p>	<p>VALOR PAZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Club de Tareas Matemáticas: "Los números del 1 al 50 , p. 28 y 29.</li> </ul>

COL EGIO MON TRE AL A.C ACTI VITIE S AND HOM EWO RK FIRS T GRA DE A

Week from Mond ay, Octo ber 2<sup>nd</sup> to Frida y, Octo ber 6<sup>th</sup>, 2023

2  
n  
d



--

•

3 r d	•  •  •







--	--

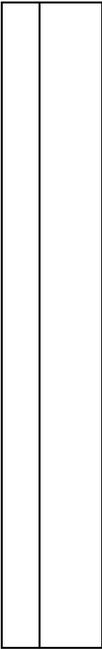
5 t h	•  •  •  •



6 t h	<ul style="list-style-type: none"><li>•</li><li>•</li><li>•</li></ul>







**COLEGIO MONTREAL A.C  
ACTIVITIES AND HOMEWORK  
FIRST GRADE A**

**PRIMARY**

**Week from Monday October 9<sup>th</sup> to Friday, October 13<sup>th</sup>, 2023**

9th	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pray</li><li>• Warm up</li><li>• Vocabulary 5 Words (1<sup>st</sup> part)</li><li>• Level A: 19, 20, 21 (Days of the week)</li><li>• Level A: verbs (colour, understand, draw, ask, answer)</li></ul>
10th	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pray</li><li>• Warm up</li><li>• Daily dictation</li><li>• Vocabulary 5 words (2<sup>nd</sup> part)</li><li>• Vocabulary 5 Missing letter</li><li>• Level A: 22, 23</li></ul>
11th	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pray</li><li>• Warm up</li><li>• Daily dictation</li><li>• Alice in Wonderland (pages 10,11)</li><li>• Level A (Science: 158 A1 /151 A)</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Level A (Reading: 138, 139 /131, 132 A)</li> </ul>
12th	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pray</li> <li>• Warm up</li> <li>• Daily dictation</li> <li>• Enjoy Student´s Book (Module 2: 19, 20, 21)</li> <li>• Enjoy Workbook (Module 2: 13, 14, 15)</li> </ul>
13th	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pray</li> <li>• Warm up</li> <li>• Daily dictation</li> <li>• Spelling bee</li> <li>• Speaking: What´s your favorite color?</li> <li>• Reading notebook (worksheet)</li> <li>• Level A (Speaking Worksheet 1 page 189 A1/ 182 A)</li> </ul>



**COLEGIO MONTREAL A.C**  
**ACTIVITIES AND HOMEWORK**  
**FIRST GRADE A**

**PRIMARY**

**Week from Monday October 16<sup>th</sup> to Friday, October 20<sup>th</sup>, 2023**

16th	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pray</li> <li>• Warm up</li> <li>• Vocabulary 6 Words (1<sup>st</sup> part)</li> <li>• Level A: 24, 25 (Months of the Year)</li> <li>• Level A: verbs (put, play, run, watch, wash)</li> </ul>
17th	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pray</li> <li>• Warm up</li> <li>• Daily dictation</li> <li>• Vocabulary 6 words (2<sup>nd</sup> part)</li> <li>• Vocabulary 6 Unscramble Words</li> <li>• Level A: 27, 28, 29 (A/An)</li> </ul>
18th	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pray</li> <li>• Warm up</li> <li>• Daily dictation</li> <li>• Alice in Wonderland (pages 12, 13)</li> <li>• Use of English: A/An exercise</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Level A (Writing 124 and 125 A1 /117 and 118 A)</li> </ul>
19th	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pray</li> <li>• Warm up</li> <li>• Daily dictation</li> <li>• Enjoy Student´s Book (Module 2: 22, 23, 24, 25)</li> <li>• Enjoy Workbook (Module 2: 16, 17, 18)</li> </ul>
20th	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pray</li> <li>• Warm up</li> <li>• Daily dictation</li> <li>• Spelling bee</li> <li>• Speaking: Make a collage of flowers and plants in ¼ of a cardboard. Describe them</li> </ul>



**COLEGIO MONTREAL A.C  
ACTIVITIES AND HOMEWORK  
FIRST GRADE A**

**PRIMARY**

**Week from Monday October 23<sup>rd</sup> to Friday, October 27<sup>th</sup> , 2023**

23rd	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pray</li> <li>• Warm up</li> <li>• A/ An review</li> <li>• Let´s do a germinated</li> <li>• Enjoy Workbook (19, 20, 21)</li> </ul>
24th	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pray</li> <li>• Warm up</li> <li>• Daily dictation</li> <li>• English Exam</li> <li>• Vocabulary review</li> </ul>
25th	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pray</li> <li>• Warm up</li> <li>• Daily dictation</li> <li>• English Exam</li> <li>• Days of the week review</li> </ul>
26th	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pray</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Warm up</li> <li>• Daily dictation</li> <li>• English Exam</li> <li>• Alice in Wonderland (14, 15)</li> </ul>
27th	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CTE</li> </ul>



**COLEGIO MONTREAL A.C  
ACTIVITIES AND HOMEWORK  
FIRST GRADE A**

**PRIMARY**

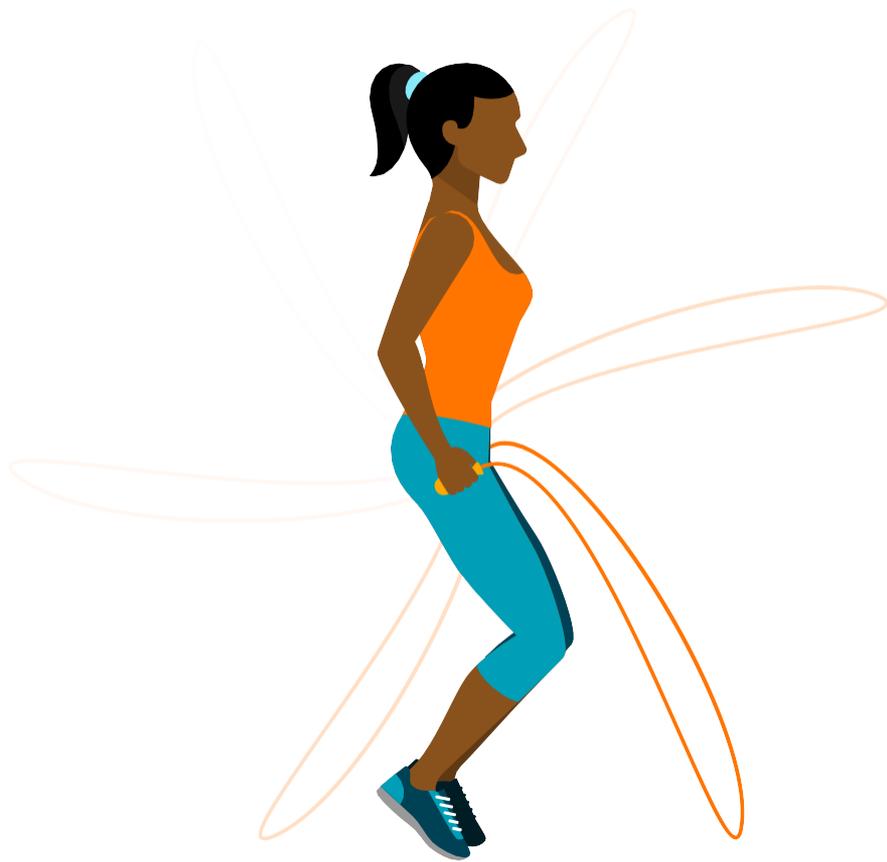
**Week from Monday October 30<sup>th</sup> to Friday, November 3<sup>rd</sup> , 2023**

30th	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pray</li> <li>• Warm up</li> <li>• Vocabulary 7 Words (1<sup>st</sup> part)</li> <li>• Level A: 30, 31(Verb to be)</li> <li>• Level A: verbs (move, dance, sleep, eat, climb)</li> </ul>
31st	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pray</li> <li>• Warm up</li> <li>• Daily dictation</li> <li>• Vocabulary 7 words (2<sup>nd</sup> part)</li> <li>• Level A: 32, 33</li> <li>• Use of English verb to be exercise</li> </ul>
1st	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pray</li> <li>• Warm up</li> <li>• Daily dictation</li> <li>• Alice in Wonderland (pages 16, 17)</li> <li>• Level A (Science page 159 A1 /152 A)</li> </ul>
2nd	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No classes</li> </ul>

3rd	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pray</li><li>• Warm up</li><li>• Daily dictation</li><li>• Spelling bee</li><li>• Speaking: What's your favorite animal?</li></ul>
-----	--

### **GUIDES**

- Use of English: Numbers 0 to 20, Days of the Week, Months of the Year, A/An (Level A1 pages: 210, 211, 213 and notebook/ Level A 203, 204, 206 and notebook)
- Writing: Vocabularies 1 to 7 (Level A1 page 211 and notebook/Level A page 204 and notebook)
- Reading: The students are going to read from other books. (Level A1 page 211 and notebook/Level A page 204 and notebook)
- Listening: The students are going to listen exercises from CD's. (Level A1 page 211 and notebook/Level A page 204 and notebook)
- Speaking: Speaking questions (What's your name/ How old are you? /What's your favorite color? /Flower description)



# Evaluación p2 físico-motrices

Nivel primaria  
Rita Gómez Hernández

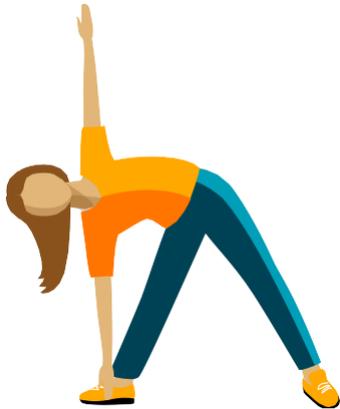
# MESOCICLO

Flexibilidad

Mes: Octubre

Diagnostico: 1° a 6° grado de Primaria

Físico Motriz  
1a Semana



Objetivo	Descripción del ejercicio	Desarrollo
Medir el nivel de flexibilidad	<p>Posición inicial:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• De pie aborde de la grada.</li><li>• Piernas unidas totalmente extendidas.</li></ul>	<p>Desde posición inicial, en una grada marcada previamente, realizar una flexión de tronco con la vista en dirección a las piernas sin flexionar la articulación de la rodilla, la mayor amplitud posible. Mantener la posición por 2 segundos, marcando el resultado en centímetros. Del punto cero (0) se marcan hacia abajo valores positivos 1, 2, 3.... y por arriba del cero valores negativos -1, -2- y -3....</p>

## Objetivo

Medir el nivel de fuerza resistencia de los músculos extensores de los brazos.

**Descripción del ejercicio:**

Posición Inicial Niños:

- Apoyo sobre las manos al ancho de los hombros con la dirección hacia el frente
- Apoyo de punta de pies y juntos, piernas y brazos en completa extensión

Niñas:

- Apoyo sobre las manos al ancho de los hombros con la dirección hacia el frente
- Apoyo de punta de pies y juntos.
- Rodillas, espalda y cabeza en línea recta con la vista al frente.

**Desarrollo:**

Desde la posición inicial el ejecutante realiza la flexión y extensión de los brazos, llevando los codos hacia afuera y sin parar se regresará a la posición inicial para repetir el ejercicio. El ejercicio termina en el momento que él ejecutante deforme la técnica.

## Objetivo

Medir el nivel de fuerza de los músculos abdominales.

**Descripción del ejercicio:**

Posición Inicial:

- Acostados boca arriba
- Con piernas juntas y flexionadas
- Pies juntos en apoyo plantar
- Brazos cruzados pegados al pecho
- Un compañero sostiene los pies del que realiza la prueba.

**Desarrollo:**

Desde la posición inicial, él evaluado se traslada desde la posición de acostado hasta que los codos toquen los muslos y regresen a la posición inicial. Se realiza el conteo de la mayor cantidad de repeticiones completas de manera continua sin pausas.

## Objetivo

- Medir el alcance de la extremidades superiores de la mano más hábil.
- Medir el nivel de fuerza explosiva de los músculos extensores de la cadera, rodillas y tobillos.

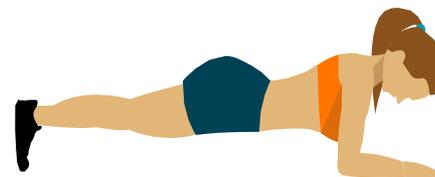
**Descripción del ejercicio:**

Posición Inicial:

- Posición lateral de pie, a 15 cm. Aproximadamente de la pared.
- Piernas separadas al ancho de las caderas y los pies con talones al suelo.
- Tronco ligeramente inclinado al frente.

**Desarrollo:**

Flexionar las rodillas a media sentadilla, al mismo tiempo realice un movimiento de péndulo con los brazos y se impulse hacia arriba sin detener el movimiento lo más alto que le sea posible. Se repite dos veces y se considera el mayor salto.



## Velocidad

### Objetivo:

Medir el nivel de velocidad en una distancia de 30m en segundos y centésimas de segundos.

### Descripción del ejercicio:

Posición Inicial:

Posición de salida media:

\*Una pierna al frente en la línea de salida ligeramente flexionada.

\*Brazos flexionados alternados a la pierna que se encuentra en posición adelantada.

\*Tronco ligeramente inclinado al frente

### Desarrollo:

Al escuchar la señal de salida saldrá corriendo lo más rápido posible hasta la meta. Se tomará el tiempo registrado.



## Resistencia

### Objetivo:

Medir el nivel de resistencia aeróbica en minutos, segundos y décimas

### Descripción del ejercicio:

Posición Inicial:

- Una pierna al frente en la línea de salida ligeramente flexionada.
- Brazos flexionados alternados a la pierna que se encuentra en posición adelantada.

### Desarrollo:

Al escuchar la señal de salida saldrá corriendo a manera de recorrer la distancia establecida en el menor tiempo posible.

La distancia que recorren son 200 metro de 6 a 10 años y los de 11y 12 años, la distancia de 300 metros

## Coordinación

### Objetivo

Valorar la capacidad que tienen los músculos esqueléticos del cuerpo de sincronizarse respecto a un movimiento

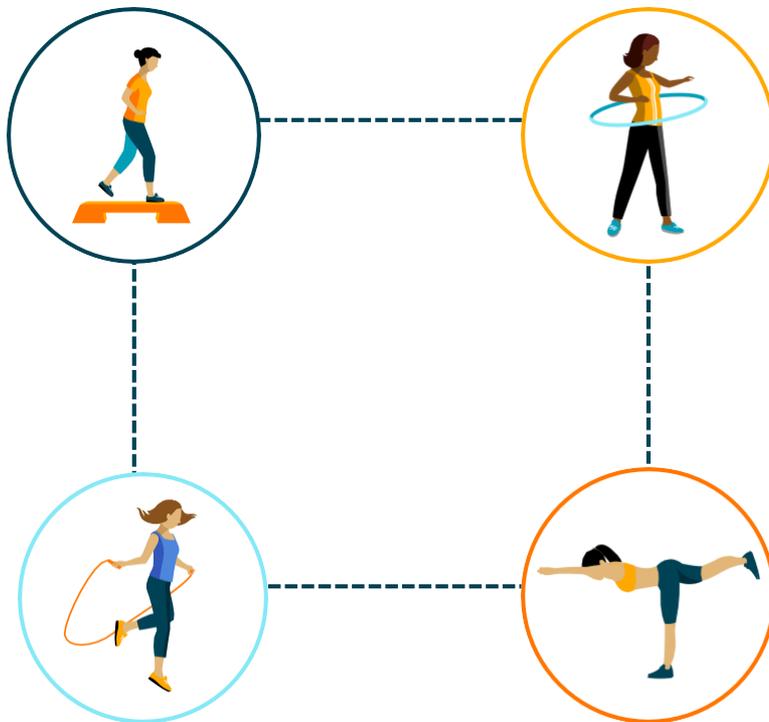
#### Descripción del ejercicio:

Se colocaran en 4 filas y realizaran las imitaciones y ejecuciones indicadas

#### Desarrollo:

Ejecutar las diferentes actividades conforme a edad cronológica del NN:

- Al silbatazo realizar las actividades indicadas de imitación (gateo del oso, paso del cangrejo, salto de conejo, etc.) .
- Recepción de pelota simple
- Rodar, saltar, etc.



## Coordinación

### Objetivo

Valorar la coordinación dinámica general

#### Descripción del ejercicio:

Colocar la escalera de coordinación formar una sola fila

#### Desarrollo:

Realizaran diferentes movimientos, con las piernas de acuerdo a las indicaciones, aplicando la mayor velocidad posible.