



# EQUIPO DE EDUCACIÓN FÍSICA 2023-2024

## Maestrxs de Educación física

**Maestra Mercado**

[smercado@lasac.info](mailto:smercado@lasac.info)

**C-2**

**Ms Gellie.**

[tgellie@lasac.info](mailto:tgellie@lasac.info)

Room 26 (location:Gym)

**Maestro Franco**

[mfranco@lasac.info](mailto:mfranco@lasac.info)

Room 26 (location:Gym)

## Maestra Mercado

Recibió su título universitario de la Universidad Estatal de Stanislaus. Se graduó con un bachillerato de Kinesiología con una autorización para enseñar Salud. Recibió su credencial para enseñar de la misma institución con un énfasis en estudios bilingües. A estado enseñando en LAS por 20 años. Es la entrenadora de baloncesto, y Asesora de Club Colibrí y Club Q. *Su filosofía de docente es no solo proveer una variedad de actividades física para que los estudiantes adopten una vida activa y saludable si no también proveer la oportunidad de ver la educación como una herramienta para contribuir a que la sociedad sea más equitativa, promover la justicia social y el pensamiento crítico.*

## Maestra Gellie

Maestra Gellie obtuvo su título universitario de La Universidad Estatal de Sacramento California . Se graduó con una licenciatura en Kinesiología y Salud con un énfasis en Educación Física. Obtuvo su credencial de enseñanza de esta misma institución con una Autorización de Educación Física Adaptada. Maestra Gellie enseña educación física de Pre-Kinder hasta Octavo grado.

## Maestro Franco

Maestro Franco obtuvo su título universitario de La Universidad Estatal de Sacramento California . Se graduó con una licenciatura en Kinesiología y Salud con un énfasis en Educación Física. Obtuvo su credencial de enseñanza de esta misma institución con una Autorización Bilingüe en Español. Maestro Franco enseña educación física de Kinder hasta Octavo grado.



# TRES DOMINIOS DE “P.E”

## SALUD FÍSICA

La habilidad del cuerpo para funcionar apropiadamente mientras realiza actividades físicas apropiadas a su edad.

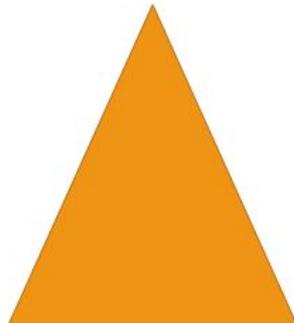
**Factores:** *nutrición, ejercicio, descanso*



## SALUD SOCIAL

La habilidad de crear y mantener relaciones positivas con los demás.

**Factores:** *auto-estima, comunicación, aceptar diferencias*



## SALUD MENTAL-EMOCIONAL

La habilidad de manejar y expresar comportamiento, emociones y pensamientos en una manera apropiada

**Factores:** *amistades, familia, normas sociales*



## Bloque #1 Horario de Clase

**martes / jueves 8:20 - 9:45**

**Lxs estudiantes vienes vestidos desde casa con su ropa para la escuela en una bolsa.**

**Viernes 10:30 - 11:30**

**Uniforme de educación física en una bolsa**

## Bloque #2 Horario de Clase

**martes/jueves 9:55 - 11:20**

**viernes: 11:30-12:30**

# Uniforme de Educación Física



- Los días de educación física lxs estudiantes se cambian con su uniforme para la clase.
- Deben de usar una playera gris y unos pantalones cortos verdes.
- El uniforme debe de tener por escrito:  
La primera letra de su primer nombre y su apellido completo.

**NO CROCS**



# ¿Qué pasa si olvide mi uniforme?

Al inicio de la clase:

- Agarra un uniforme prestado de la bolsa negra en el gimnasio
- Al final de la clase, asegúrate de regresar el uniforme prestado al mismo carro gris de donde lo agarraste
- Los estudiantes recibirán una “N” en el grado de ciudadanía una vez que hayan usado más de tres uniformes prestados cada semestre



Uniforme prestado!

# Antes de clase

**Bloque #1** tiene 7 minutos para estar sentados en su lista de asistencia dentro de el gimnasio

**Bloque #2** tiene 10 minutos para estar sentados en su lista de asistencia dentro de el gimnasio



# Final de clase

**Tienes 10 minutos para:**

1. Ir a tu respectivo vestidores
2. Cambiarte a tu ropa escolar
3. Llegar a tu siguiente clase a tiempo  
**Asegurate de usar este tiempo sabiamente**



# Notas Médicas

Nota del  
padre/madre o  
tutor:

Nota de Doctor

1. Tu nombre y fecha
2. Contacto telefónico
3. ¿Qué tienes permitido hacer en clase?

# Sistema de calificación en secundaria

Participación= 50%

Seguir las reglas y procedimiento  
de manera correcta en clase.

Hacer las actividades físicas con  
esfuerzo



Condicionamiento Personal=  
40%

Calentamiento diario

Carpeta del estado físico Jaguar

Conocimiento = 10%

Pruebas, exámenes

Evaluaciones: Habilidades /  
Trabajo en parejas

# ¿Cómo obtener mis puntos en P.E.?

Tu obtienes **10 puntos** por día

**4 puntos** = Condicionamiento personal

**6 puntos**= Participación

-Calentamiento diario

-Seguir las reglas y procedimientos  
-Realizar las tareas y actividades dirigidas por el maestro o maestra

## ***Aula Virtual GOOGLE***

**Necesitas estar presente en la clase de educación física para obtener tus puntos del día**

**Cuando estas ausente tu obtienes un cero por ese día de clase**

***Cuando estés ausente ...***

**Aula Virtual Google Classroom se usa para:**

- 1. Cuando estas ausente de la clase de educación física**
  - a.Asiste a la academia de ejercicio**
  - b.Completa una tarea**
- 2. Anuncios relacionados con la clase de educación física**

**Maestro Franco:**

Bloque 1: [wqfheyb](#)

Bloque 2: [d4xdbkw](#)

**Ms Gellie:**

Bloque 1: [kzji7ce](#)

Bloque 2: [73m7yx5](#)

**Maestra Mercado:**

Bloque 1: [6s6zbxr](#)

Bloque 2: [4fesfpu](#)

# Hidratación

¡Se recomienda a los estudiantes traer una botella de agua reutilizable a clase diario!

*¿Cuánta agua debes tomar diariamente?*

