|  |  |
| --- | --- |
| **Week : 3**  | **Monthly Topic: Body Movement** |
| **Class Activity : Time: 20 minutes** | **Equipment : Music**  |
| **Class – Objectives****Wilf: Students will dance to their favorite music in a room that is safe to dance** |
|  |
| **Gross Motor:**Whole body movement of muscles | **Cognitive :**Staying on beat of the music |
| **Time** | **Lesson Instructions** | **Student expectations** |
| **20 min** | * **Students pick a room ( siblings can join )**
* **Select type of music you want to dance to**
* **Attempt to dance for 20 minutes which is basically 5 songs**
* **Try different moves while dancing to your favorite music**

**Safety tips:*** **No loud jumping**
* **Have enough space to dance**
* **Make sure objects around you will not hurt you**
* **Enjoy**
 | **Student will be able to move their body which will increase their heart rate and let them use their whole body for exercise** |

|  |  |
| --- | --- |
| **Semana :**  **3** | **Tema mensual: Movimiento corporal** |
| **Actividad de clase : Tiempo: 20 minutos** | **Equipo : Música** |
| **Clase – Objetivos****Wilf: Los estudiantes bailarán con su música favorita en una habitación que es segura para bailar** |
|  |
| **Motor bruto:**Movimiento de todo el cuerpo de los músculos | **Cognitivo:**Mantenerse al ritmo de la música |
| **hora** | **Instrucciones de la lección** | **Expectativas de los estudiantes** |
| **20 min** | * **Los estudiantes eligen una habitación (los hermanos pueden unirse)**
* **Seleccione el tipo de música que desea bailar**
* **Intenta bailar durante 20 minutos, que es básicamente 5 canciones**
* **Prueba diferentes movimientos mientras bailas con tu música favorita**

**Consejos de seguridad:*** **Sin saltos fuertes**
* **Tener suficiente espacio para bailar**
* **Asegúrate de que los objetos que te rodean no te hagan daño**
* **Disfrutar**
 | **El estudiante podrá mover su cuerpo lo que aumentará su frecuencia cardíaca y les permitirá usar todo su cuerpo para hacer ejercicio** |