



# Recrea

Educación para refundar 2040



# ¡Eduquemos tanto la mente, como el corazón!

Marzo 2022

**Recrea**  
Educación para refundar 2040



Educación





# Educación Física

## Unidad didáctica:

“Aún sin hablar, me puedo expresar”

**Primaria-Segundo grado**



# ¿Qué voy a aprender?

**Eje:** Competencia motriz

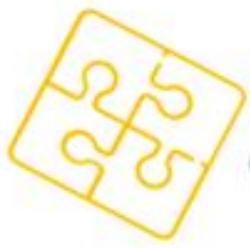
**Componente pedagógico:** Integración de la corporeidad

**Aprendizaje esperado:**

Expresa ideas y emociones al comunicarse verbal, corporal y actitudinalmente en distintas actividades motrices, para asignarles un carácter personal.

**Intención Pedagógica de la Unidad:**

En esta unidad, descubrirás nuevas maneras de expresarte utilizando códigos de comunicación no verbal, para que les asignes un carácter propio.



# ¿Qué necesito?

## Recomendaciones generales:

Realiza las actividades bajo la supervisión de un adulto, verificando en todo momento las medidas de seguridad.

Utiliza un espacio libre de obstáculos y de objetos peligrosos que puedan ocasionar alguna lesión.

Realiza estiramientos suaves antes y después de la actividad.

Recuerda que debes utilizar ropa cómoda y adecuada para las actividades, así como mantenerte bien hidratado.

## Materiales:

- ✓ Sesión 1: Hoja y lápiz para anotar o dibujar los códigos creados.
- ✓ Sesión 2: Cámara de video o sólo la imaginación, hojas de papel y lápiz.
- ✓ Sesión 3: Hojas de rehúso y lápiz.
- ✓ Sesión 4: Hojas de colores o blancas, marcadores, lápiz, cartón, pegamento o cinta y bolsa de plástico.

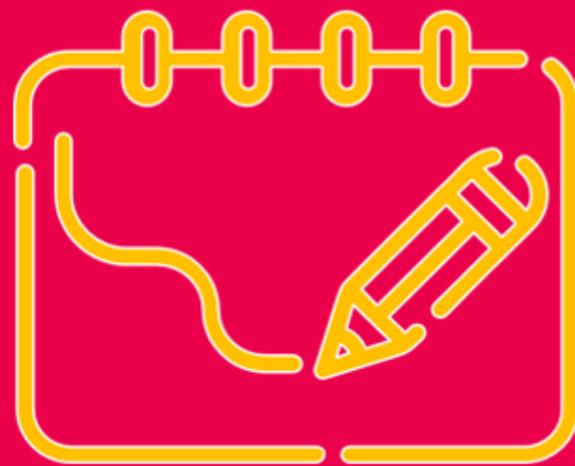


## Organizador de actividades:

Marca con una  las sesiones realizadas.

Sesiones	Producto a entregar	Actividad Realizada
<b>Sesión 1</b> Mi código motriz	Contestar las preguntas en tu cuaderno.	
<b>Sesión 2</b> Mi primera obra maestra	Contestar las preguntas en tu cuaderno.	
<b>Sesión 3</b> ¡Quédate quieto!	Contestar las preguntas en tu cuaderno.	
<b>Sesión 4</b> La ruleta de las emociones	Realizar un texto breve y contestar la pregunta en tu cuaderno.	

**¡Manos a la obra!**



## Sesión 1. “Mi código motriz”

### Intención Pedagógica

En esta sesión te expresarás corporalmente a través de códigos de movimiento, para favorecer la conquista de tú identidad.



Fotografía 1. Nota: En esta imagen se muestra como jugar la actividad: “Mi código motriz” Corona S. (2021) .

# Actividades de inicio

Con la ayuda de un adulto investiga:

- ¿Qué es la comunicación verbal?
- ¿Qué es la comunicación corporal?

Responde las siguientes preguntas:

1. ¿Qué entendiste sobre la comunicación verbal y comunicación corporal?
2. ¿Crees que a través de los movimientos del cuerpo de una persona, se pueda comunicar con los demás?, ¿por qué?

# Actividad de desarrollo

- Para esta actividad es preciso que invites a dos o más participantes que te ayudarán a enriquecer la experiencia del juego.
- Cada participante tiene que inventarse tres movimientos y/o posturas diferentes y darle un significado a cada una, por ejemplo: aplaudir significa saltar, cruzar las manos significa sentarse. Antes de que comience la actividad la persona que invento los movimientos comunicará verbalmente el significado de cada uno de sus movimientos a todos los participantes.
- Posteriormente pasarán en orden al frente a realizar sus movimientos inventados, diciendo “Hola soy...” y realizando uno de sus movimientos creados, los demás participantes deben de realizar la acción que significa ese movimiento, cuando el participante que está al frente termina con sus tres movimientos pasa otro jugador.

## **Variantes:**

- Compartir los códigos para comunicarse entre la familia.
- Crear entre toda la familia, una contraseña motriz (código), para cada acción que realizan en el hogar. Por ejemplo, un código para: reunirse a comer, reunión familiar en la sala, actividades escolares, realizar actividades de limpieza en el hogar, etc.

# Actividad de cierre

Responde estas preguntas en un texto breve en tu cuaderno.

1. ¿Logré crear mi código con facilidad y creatividad?, ¿por qué?
2. ¿Qué usos puedo darle a mi código matriz en la vida diaria?, ¿cuáles?
3. ¿Propusiste nuevas formas de realizar el juego?, ¿cuáles?

## Sesión 2

### Mi primera obra maestra

## Intención Pedagógica

En esta sesión explorarás códigos motrices, para mejorar el autoconocimiento y comprender el valor de las posturas corporales para el cuidado de la salud.



**Habia  
una vez ...**



Fotografía 2. Nota: En esta imagen se muestra como jugar la actividad: "Mi primera obra maestra" Corona S. (2021)".

# Actividad de inicio:

En un breve texto, responde las siguientes preguntas en tu cuaderno:

- 1) Sin utilizar la voz, ¿cómo te puedes comunicar con los demás?
- 2) ¿Qué otras formas de comunicación con el cuerpo conoces?
- 3) ¿Qué otras cosas se pueden expresar con el cuerpo?

# Actividad de desarrollo

- Debes invitar a quién te cuida o acompaña, para que observe y/o grabe tu representación.
- En una hoja de papel redacta una historia o cuento donde tú seas el protagonista, para que posteriormente la representes con tu cuerpo.

- Realiza a través de movimientos la historia que creaste, utilizando tu expresión corporal.
- Es importante tratar de vivenciar emocionalmente cada uno de los personajes o situaciones de la historia, es decir que no te limites solamente a fingirlos, para mejorar la actuación.

## **Variante:**

- Pueden planearse códigos motrices de cada personaje para diferenciarlos.

# Actividad de cierre

Responde estas preguntas en un texto breve en tu cuaderno.

1. ¿Fuiste creativo para inventar historias y movimientos?, ¿por qué?
2. ¿Lograste expresarte corporalmente con claridad y fluidez?, ¿por qué?
3. ¿Por qué crees que es importante poderte comunicar corporalmente?

## Sesión 3

### ¡Quédate quieto!

## Intención Pedagógica

En esta sesión utilizarás tú cuerpo como medio de comunicación en juegos y actividades lúdicas.



Fotografía 3. Nota: En esta imagen se muestra como jugar la actividad: "Mi cuerpo, ¿es?" (una silla) Hernández. G. (2021).

# Actividad de inicio

En un breve texto, responde las siguientes preguntas en tu cuaderno:

1. ¿Crees que tu cuerpo pueda comunicar ideas y sentimientos?, ¿por qué?
2. ¿Cómo comunicarías ideas y sentimientos con tu cuerpo?

# Actividad de desarrollo

Un integrante de la familia te ayudará a realizar la actividad.  
En una hoja escribe objetos y animales.

El integrante de la familia que participa en la actividad va a dirigir el juego, deberá ir mencionando la lista de objetos y animales elaborada previamente, mientras tú, deberás realizar el objeto u animal mencionado, utilizando todo tú cuerpo.

Por ejemplo: si el encargado de dirigir la actividad menciona silla, debes simular con tú cuerpo la forma de una silla.

# Actividad de cierre

Escribe en tu cuaderno las respuestas a las siguientes preguntas:

1. ¿Fue fácil o complicado imitar los objetos y animales con todo tu cuerpo?
2. ¿Crees que solo utilizando tu cuerpo puedas comunicar ideas y emociones en tu vida diaria?, ¿por qué?

## Sesión 4. La ruleta de las emociones

### Intención Pedagógica

En esta sesión expresarás y comunicarás emociones con tú cuerpo, para vivenciar la experiencia durante el juego.



Fotografía 4. Nota: En esta imagen se muestra la ruleta de las emociones con las diferentes emociones. Martínez G. (2021).

# Actividad de inicio

En un breve texto, responde las siguientes preguntas en tu cuaderno:

1. ¿Qué son las emociones?
2. ¿Cuáles emociones conoces?

# Actividad de desarrollo:

- Elabora una ruleta del tamaño de tu preferencia, que contenga las emociones:
  - ✓ Alegría, tristeza sorpresa, miedo, ira, desagrado, vergüenza.
- Escribe en papelitos los patrones básicos de movimiento y colócalos en una bolsa de plástico:
  - ✓ Saltar, gatear, trotar, caminar, girar etc.

- Busca un espacio libre de obstáculos donde te puedas desplazar.
- Después de elaborar la ruleta y el adulto que te acompañe, debe girar la ruleta y tú expresarás la emoción que indique la ruleta.
- Cambio de rol, ahora tú gira la ruleta y el acompañante expresará la emoción.

- Posteriormente debes realizarlo de la siguiente forma;
- Gira la ruleta y saca un papelito de la bolsa, ahora deberás expresar la emoción que indique la ruleta mientras realizas el patrón básicos de movimiento que tenga el papelito.
- Por ejemplo:
  - ✓ Saltar alegre
  - ✓ Girar con miedo

# Actividad de cierre

En tu cuaderno:

1. Escribe un breve texto, donde expreses ¿qué te gusto más de la actividad? , ¿qué se te dificultó?.
1. Responde ¿Cuál es la emoción que más expresas cuando juegas con tus amigos?

# ¿Qué aprendí?



# Rúbrica de autoevaluación de la sesión

En la siguiente autoevaluación, marca con una  el nivel de cómo crees que realizaste la actividad, solo puedes marcar una casilla.

Sesión	Excelente	Bueno	Suficiente
<b>Sesión 1</b> <b>Mi código motriz</b>	Siempre me exprese corporalmente a través de los códigos de movimiento. <input data-bbox="784 862 1014 993" type="checkbox"/>	Algunas veces me exprese corporalmente a través de los códigos de movimiento. <input data-bbox="1340 862 1569 993" type="checkbox"/>	Pocas veces me exprese corporalmente a través de los códigos de movimiento. <input data-bbox="1895 862 2125 993" type="checkbox"/>

Registra en tu cuaderno: ¿En qué otros momentos de tu vida utilizas códigos motrices?

# Rúbrica de autoevaluación de la sesión

En la siguiente autoevaluación marca con una ✓ el nivel de cómo crees que realizaste la actividad, solo puedes marcar una casilla.

Sesión	Excelente	Bueno	Suficiente
<b>Sesión 2</b> <b>Mi primera obra maestra</b>	Siempre utilice los códigos motrices para representar la historia inventada. <input type="checkbox"/>	Algunas veces utilice los códigos motrices para representar la historia inventada. <input type="checkbox"/>	Pocas veces utilice los códigos motrices para representar la historia inventada. <input type="checkbox"/>

Registra en tu cuaderno: ¿Cuales fueron los códigos motrices que utilizaste para representar la historia inventada?

# Rúbrica de autoevaluación de la sesión

En la siguiente  autoevaluación marca con una  el nivel de cómo crees que realizaste la actividad, solo puedes marcar una casilla.

Sesión	Excelente	Bueno	Suficiente
<b>Sesión 3</b> <b>¡Quédate quieto!</b>	Siempre utilice mí cuerpo como medio de comunicación en el juego para representar los objetos y animales. <input type="checkbox"/>	Casi siempre utilice mí cuerpo como medio de comunicación en el juego para representar los objetos y animales. <input type="checkbox"/>	Algunas veces utilice mí cuerpo como medio de comunicación en el juego para representar los objetos y animales. <input type="checkbox"/>

Registra en tu cuaderno: ¿Cómo utilizaste tu cuerpo como medio de comunicación en el juego al representar objetos o animales?

# Rúbrica de autoevaluación de la sesión

En la siguiente autoevaluación, marca con una  el nivel de cómo crees que realizaste la actividad, solo puedes marcar una casilla.

Sesión	Excelente	Bueno	Suficiente
<b>Sesión 4</b> <b>La ruleta de las emociones</b>	Siempre exprese y comunique las emociones con mi cuerpo como lo indicaba la ruleta.  <input data-bbox="784 858 1014 986" type="checkbox"/>	Casi siempre utilice mi cuerpo como medio de comunicación en el juego para representar los objetos y animales.  <input data-bbox="1340 858 1569 986" type="checkbox"/>	Algunas veces exprese y comunique las emociones con mi cuerpo como lo indicaba la ruleta.  <input data-bbox="1895 858 2125 986" type="checkbox"/>

Registra en tu cuaderno: ¿De qué manera te expresaste y comunicaste tus emociones con tu cuerpo?

En tu cuaderno escribe y contesta las siguientes preguntas:

1. ¿Qué aprendiste con las actividades que realicé en este mes?
2. ¿Qué actividades disfrutaste?
3. ¿Qué información no sabías y te pareció interesante?

**Para aprender  
más...**



## La Lengua de Señas Mexicana.

Sabías que la Lengua de Señas Mexicana (LSM), es la lengua que utilizan las personas sordas en México.

La Lengua de Señas Mexicana, se compone de signos visuales con estructura propia, con la cual se identifican y expresan las personas sordas en México.

Para la gran mayoría de quiénes han nacido sordos o han quedado sordos desde la infancia o la juventud, ésta es la lengua en que articulan sus pensamientos y sus emociones, la que les permite satisfacer sus necesidades comunicativas, así como desarrollar sus capacidades cognitivas al máximo, mientras interactúan con el mundo que les rodea.

# ¿Cómo apoyar en las tareas desde casa?



# Recomendaciones para acompañar al alumno en las actividades sugeridas.

- ✓ Motive a su hijo(a) en todo momento.
- ✓ Haga preguntas a su hijo(a) con respecto a las actividades.
- ✓ Apoye e involúcrese de manera activa en las actividades.
- ✓ Entregue en tiempo y forma los productos solicitados por el maestro o maestra de Educación Física.
- ✓ Ayude a su hijo a realizar la autoevaluación de todas las sesiones, después de terminar la actividad, para que esta sea lo mas apegado a la realidad.

# DIRECTORIO

Enrique Alfaro Ramírez

**Gobernador Constitucional del Estado de Jalisco**

Juan Carlos Flores Miramontes

**Secretario de Educación del Gobierno del Estado de Jalisco**

Pedro Diaz Arias

**Subsecretario de Educación Básica**

Emma Eugenia Solórzano Carrillo

**Encargada del Despacho de la Dirección de Educación Física y Deporte del Estado de Jalisco**

## **Responsables del contenido**

Gabriela Elizabeth Corona Solórzano

Gildardo Martínez Gutiérrez

Mario Alberto Hernández Gómez

## **Diseño gráfico**

Liliana Villanueva Tavares

Jalisco, ciclo escolar 2021-2022

