



Recrea

Educación para refundar 2040





¡Así como la **vida educa**
la **educación da vida!**

Recrea
Educación para refundar 2040



Educación





Secundaria

Educación Física

Tercer Grado

OBJETIVO DE LA FICHA DIDÁCTICA

En la presente ficha didáctica encontrarás una propuesta para el desarrollo de una unidad didáctica para el mes de octubre. Incluimos las intenciones pedagógicas de cada sesión que la conforman.

Se considera una actividad específica por sesión y las orientaciones didácticas y las sugerencias de evaluación para la integración de otras actividades que promuevan el logro de la intención pedagógica.



UNIDAD DIDÁCTICA:

Eje: Competencia motriz.

Componente pedagógico didáctico:
Desarrollo de la motricidad.

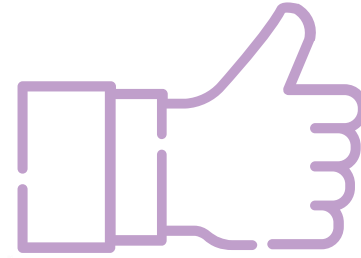
Aprendizaje esperado:

“Demuestra su potencial motor en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, caracterizadas por la interacción, para fomentar su disponibilidad corporal y autonomía motriz”.

Recomendaciones Generales

En las presentes fichas didácticas encontrarás una propuesta para el desarrollo de una unidad didáctica para el mes de octubre. Incluimos las intenciones pedagógicas de cada sesión que la conforman.

Se considera una actividad específica por sesión que promueva el logro de la intención pedagógica.



Considera lo siguiente:

Espacio libre de objetos que representen riesgos.

Objetos de fácil manipulación y/o adaptados para las actividades.

Aprovechar los muebles y espacios disponibles, dentro y fuera de casa.

Ropa adecuada para realizar las actividades.

Apoyo y participación de cualquier miembro de familia.



Titulo de la unidad

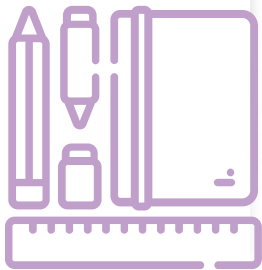
“Mis capacidades motrices y yo”

Intención didáctica de la Unidad:

“Que el alumno analice el significado de sus capacidades, habilidades y destrezas motrices, participando en la construcción e implementación de juegos, evaluando su potencial motor ante situaciones novedosas, demostrando mayor autonomía motriz y disponibilidad corporal; a través de juegos tradicionales, juegos modificados, formas jugadas y cuentos motores para fomentar su disponibilidad corporal y autonomía motriz”.

¿Qué temas conoceremos?

- Capacidades, habilidades y destrezas.
- Juegos tradicionales



¿Qué queremos lograr?

Sesión 1.

Intención Pedagógica:

“Que el alumno analice el significado de sus capacidades, habilidades y destrezas, a través de un juego tradicional, para fomentar su disponibilidad corporal y autonomía motriz”.

¡Para iniciar!



En un breve texto, responde la siguiente pregunta en tu cuaderno:

¿Qué es un juego tradicional?

Enumera 3 juegos tradicionales que conozcas.

Sesión 1: “Piedra papel o tijera y la gallinita ciega”

Organización:

En un espacio de casa, se llevan a cabo el juego “piedra papel o tijera” y posteriormente elegirá un espacio en donde se puedan desenvolver con mayor holgura y no existan obstáculos donde se puedan ocasionar accidentes, ya que se moverán con los ojos tapados.

2 o más integrantes de la familia.

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- 1 pañuelo o pedazo de tela para cada jugador.

¡A jugar!



Descripción de la actividad

Para iniciar el primer juego, "Piedra papel o tijera" se realiza en parejas, si es una dos o más, se colocan y se contarán los aciertos durante 3 minutos, quedando ganador el que más tenga al final del tiempo, si son más parejas se enfrentan ganadores, quedando al final uno que determinará quién se coloca el pañuelo para el siguiente juego "La gallinita ciega", una vez colocado el pañuelo, se acomodarán dentro del área (patio, cochera, sala, etc.), no podrán moverse una vez colocados, la "gallinita ciega" los buscará y tocará y deberá adivinar quién es la persona tocada.

¡A jugar!

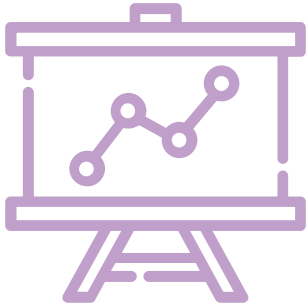


Descripción de la actividad

El objetivo principal, es encontrar a las personas a través de la disponibilidad corporal y percepción de los espacios.

Reglas: Una vez elegido el lugar, no deben moverse, aunque llegue la gallinita ciega, evitar hablar o generar alguna modificación en donde cada persona le hable para pueda descubrir quién lo hace y buscar con nombre a quién corresponde.

Productos/ Retroalimentación



Comenta con tu familia la experiencia que tuvieron.

¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

Escribe los movimientos que realizaste para encontrar a los demás o alguna estrategia de piedra papel o tijera que te ha funcionado para ganar o pregúntale a quien lo ganó y regístralo.

Productos/ Retroalimentación



Responde estas preguntas en tu cuaderno.

¿Respetaste las reglas propuesta al poner en práctica los juegos?

¿Qué sentidos y habilidades utilizaste para localizar a tus compañeros de juego?

Ejemplo: Sentido de la vista olfato, gusto, oído o tacto, habilidades como: desplazarme lateral, de frente, estirando manos, etc.

Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

Orientaciones didácticas:

Realizar actividades motrices que impliquen desafíos que promuevan diversos retos o pruebas relacionadas con la aplicación de habilidades y destrezas motrices:

- 1.- Saltos (distancia y altura).
- 2.- Desplazamientos (agilidad).
- 3.- Armado de objetos (velocidad de ejecución).
- 4.- Lanzamientos (distancia).
- 5.- Control del cuerpo (fuerza).

Sugerencias de Evaluación:

Pautas que debe de manifestar cada alumno en su desempeño:

- Reconoce la importancia de la educación física para la adquisición de estilos de vida saludable.
- Registró de acciones que fomente la practica de actividades físicas dentro y fuera de casa que mejoren su salud.
- Cronograma de acciones físicas.

¿Qué temas conoceremos?

- Juegos modificados
- Construcción e implementación de juegos.



¿Qué queremos lograr?

Sesión 2.

Intención Pedagógica:

“Que el alumno participe en la construcción e implementación de juegos en el que retome sus experiencias previas a través de juegos modificados que convine las características y la lógica de juego, para fomentar su disponibilidad corporal y autonomía motriz”.

¡Para iniciar!



En un breve texto, responde las siguientes preguntas:

¿Para ti qué es un juego modificado?

¿Qué beneficios consideras tiene el juego modificado en tu salud?

Sesión 2: “Juego con costales”

Organización:

Espacio: En este juego se requiere de un espacio considerable, en patio de la casa o la cochera.

Se divide el área en dos partes, puedes separarlo con una soga o colocar líneas en el piso para que sean la salida y la llegada.

Elijan a un Juez o anotador que contabilizar los puntos obtenidos.

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Costales, de preferencia uno por persona de las que participan.

¡A jugar!



Descripción de la actividad:

Una vez colocadas las líneas de salida y llegada, deberán realizar un calentamiento sencillo de 5 minutos en donde pondrás énfasis en tus piernas.

Posteriormente, se llevarán a cabo las carreras de costales por pareja, en donde saldrá un ganador y posteriormente se enfrentarán entre sí, de tal manera que tengamos uno solo, posteriormente buscarán crear un nuevo juego con los mismos costales respetando las reglas.

¡A jugar!



Descripción de la actividad:

Las principales reglas son:

- Evitar empujar a la persona contra quién compites
- Salir de atrás de la línea de salida
- Al llegar a la línea de salida el juez determina al ganador.
- Las reglas que se construyan deben construirse con relación a los valores como: respeto, honestidad, justicia y equidad para todos.

Productos/ Retroalimentación

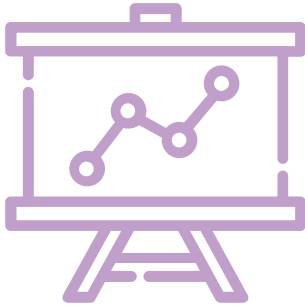


Comenta con tu familia la experiencia que tuvieron.

Después de realizar el juego explica las reglas utilizadas y cuáles se construyeron a partir de la iniciativa.

¿Cómo fue tu desempeño con las reglas propuestas o creadas por ustedes?

Productos/ Retroalimentación



Describe y/o explica

¿Cuál es la lógica interna del juego de “los costales”?

¿Cuál sería el objetivo?

De acuerdo a las modificaciones que se llevaron a cabo. ¿Crees qué podría ser más divertido y por qué?

Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

Orientaciones didácticas:

Realizar actividades motrices que impliquen desafíos que promuevan diversos retos o pruebas relacionadas con la aplicación de habilidades y destrezas motrices:

- 1.- Saltos (distancia y altura).
- 2.- Desplazamientos (agilidad).
- 3.- Armado de objetos (velocidad de ejecución).
- 4.- Lanzamientos (distancia).
- 5.- Control del cuerpo (fuerza).

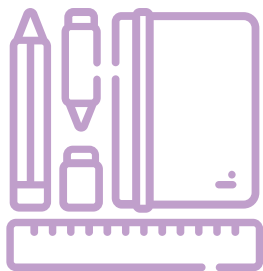
Sugerencias de Evaluación:

Pautas que debe de manifestar cada alumno en su desempeño:

- Participa en la organización y puesta en marcha de actividades físicas.
- Instrumentos de autoevaluación en los que explique acciones que han emprendido para mejorar su salud e incrementar su actividad física sistemática.

¿Qué temas conoceremos?

- Retos Motores
- Formas jugadas



¿Qué queremos lograr?

Sesión 3.

Intención Pedagógica:

“Que el alumno evalúe su potencial ante situaciones novedosas de juego a través de formas jugadas que presentes situaciones de retos motores para fomentar su autonomía corporal y autonomía motriz”.

¡Para iniciar!



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

- ¿Qué es un reto motor?
- ¿Conoces las formas jugadas?

Sesión 3: “Retos motores”

Organización:

Se requiere de un espacio exterior de la casa, patio o cochera, en donde tengas la posibilidad de girar un implemento de un metro y medio de largo.

Poniendo siempre en primer plano la seguridad de todos.

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Soga de 1.5 metros con una bolsa de plástico o bolsa para mandado con ropa adentro amarrada en un extremo.
- Algunos objetos diversos que tendrá que recolectar, como cuaderno, libros, lápices, plumas, etc.

¡A jugar!



Descripción de la actividad:

El juego consiste en designar a una persona que manipule el objeto, en donde todos tendrán que pasar, una vez elegida, se le explica lo que debe hacer:

El guía moverá el objeto como péndulo de un lugar a otro, una vez que pasen todos por el espacio en donde se genera el péndulo, la persona cambiará de movimiento.

Ahora de forma circular al frente, y pasan de nuevo los demás jugadores por el lugar, la idea es que no toque el objeto al jugador.

¡A jugar!



Descripción de la actividad:

Lo girará por encima de la cabeza y deberán pasar sin ser tocados por el objeto.

Lo gira de la misma manera circular por encima de la cabeza y se colocarán objetos alrededor, que cada jugador entrará a sacar un objeto de los que están en el piso.

Regla: Podrán cambiar al que está en el centro, las veces que lo requieran, propón algunos retos motores diferentes y con el mismo objeto.

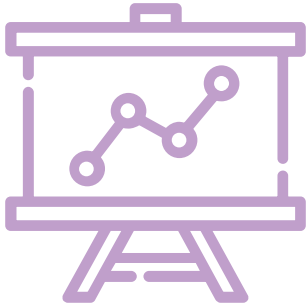
¡A jugar!



Descripción de la actividad:

Ahora designen a una persona que manipule el objeto, en donde todos tendrán que pasar, una vez elegida, se le explica lo que debe hacer:
Dibuja el esquema de la actividad a realizar

Productos/ Retroalimentación



Después de jugar a los Retos motores responde las siguientes preguntas en tu cuaderno.

¿Lograste pasar en todos los momentos y como lo has hecho?

Explica los Retos motores diferentes que pudiste construir.

Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

Orientaciones didácticas:

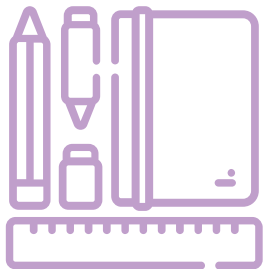
- Seleccionar actividades donde se ponga en práctica habilidades motrices que impliquen un reto a alumnos de 3er grado de secundaria.
- Proponer variantes en materiales para la manipulación.
- Ampliar tiempo y repeticiones en las actividades.

Sugerencias de Evaluación:

- Realizar un listado de las acciones motrices donde puso en práctica el equilibrio.
- Contabilizar el número de repeticiones de malabares y segundos en el control de objetos.
- Grabarse realizando las actividades para observar su desempeño, una vez hecho la revisión del video realizar un texto de lo observado.

¿Qué temas conoceremos?

- Cuento motor
- Autonomía motriz
- Disponibilidad corporal



¿Qué queremos lograr?

Sesión 4.

Intención Pedagógica:

“Que el alumno favorezca el incremento de la base motriz a través de un cuento motor para favorecer su autonomía motriz y disponibilidad corporal.

”



¡Para iniciar!



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

- ¿Conoces que es un cuento motor?
- ¿Para ti que es la autonomía motriz?

Sesión 4: “Cuento motor”

Organización:

Se requiere un espacio al interior o exterior de la casa, libre de obstáculos que representen riesgos. En donde se pueda llevar a cabo, primero la terminación del cuento motor y posteriormente la actuación del mismo, ya sea que lo lea un adulto de la familia y lo actúe hijo(a) y al revés, para que observen las actuaciones de ambos.

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Lápiz o pluma
- Cuaderno
- Los implementos que requiera de acuerdo a su creatividad de construcción.

¡A jugar!



Descripción de la actividad:

Construiremos un cuento motor, este se deberá estar actuando al estarse leyendo en voz alta, pero primero termina de construirlo.

Erase una vez, hace mucho tiempo, existía un mundo de magia, donde podríamos encontrar hechiceros poderosos y hadas pícaras y juguetonas. Y todos ellos, vivían en las profundidades de los bosques. Los hechiceros vivían en un pueblo llamado Misterio y las hadas vivían en un pueblo vecino, llamado Amanecer.

¡A jugar!



Descripción de la actividad:

Al darse cuenta que algo extraordinario había pasado _____ que posteriormente ya nada fue igual ya que Cada uno de los habitantes hizo _____ para poder compensar este suceso tan importante. El pueblo retomó sus actividades después de un tiempo de _____ para que haciendo ejercicio y cuidándose la salud, todo regresara a la vida feliz que tenían antes. Finalmente _____ y todos vivieron felices por siempre.

Productos/ Retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

- Después de realizar el cuento motor contesta las siguientes preguntas:

¿Cuáles son las acciones nuevas que inventaste?

¿Crees que llevaste a cabo acciones motrices durante la actividad?

¿Qué tan difícil fue realizar esta actividad?

Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

Orientaciones didácticas:













- Seleccionar actividades donde se ponga en práctica habilidades motrices que impliquen un reto a alumnos de 3er grado de secundaria.
- Proponer variantes en materiales para la manipulación.
- Ampliar tiempo y repeticiones en las actividades.
- Recomendar música del agrado de los alumnos.

Sugerencias de Evaluación:

- Realizar un listado de los movimientos y posturas seleccionados previamente para realizar tu rutina con música.
- Grabar tu rutina final, así como los intentos previos, puedes compartirla con tus amigos y familiares.

Rúbrica de evaluación

Selecciona en cada indicador con una X el nivel que obtuviste al realizar las actividades de esta Unidad didáctica.

Indicadores	óptimo	adecuado	suficiente
¿Respetaste cada una de las reglas de juego establecidas y propuestas por ti?			
¿Creaste actividades diferentes y las lograste?			
¿Diseñé estrategias y propuse variantes en las actividades?			
¿Cómo te sentiste durante las actividades?			

ANEXOS.

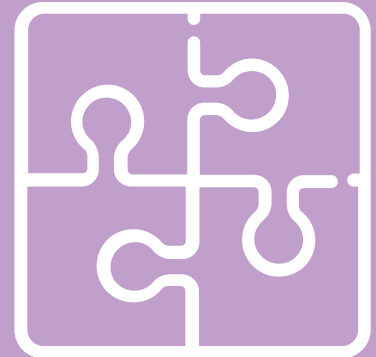
Bibliografía consultada:

SEP. (2017). Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Educación Física. Educación Básica. Plan y Programas de estudio, Orientaciones Didácticas y Sugerencias de Evaluación. Ciudad de México: CONALITEG.

https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/basica-educ-fisica/1LpMEducacion-Fisica_Digital.pdf

Para saber más:

Se recomienda que ingresen a youtube y vean algún video referente a cuento motor, para fortalecer la información



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 Educción Básica

Juan Chávez Ocegueda

Director de Formación Integral

Emma E. Solórzano Carrillo

Encargada del Despacho de la Dirección de Educación Física y Deporte

Salvador Nuño Sánchez

Autores:

Josué Gómez González

Diseño gráfico





Educación

