



Recrea

Educación para refundar 2040





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



Recrea
Educación para refundar 2040



Educación





Primaria

Educación Física

Tercer Grado

OBJETIVO

En la presente ficha didáctica encontrarás una propuesta para el desarrollo de una unidad didáctica para el mes de septiembre. 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.



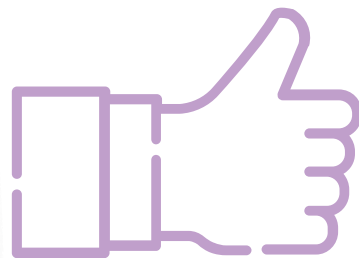
UNIDAD DIDÁCTICA:

- Eje: competencia motriz.
- Componente pedagógico didáctico: desarrollo de la motricidad.
- Aprendizaje esperado: Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan.



Recomendaciones Generales

Considera las siguientes orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación que te proponemos para el diseño o adecuación de otras actividades motrices de acuerdo a las características de tu contexto, materiales e intereses de tus alumnos, que favorezcan el logro de la intención pedagógica planteada para todas las sesiones.



En la presente unidad didáctica se pretende favorecer el reconocimiento que los alumnos realizan sobre los elementos que estructuran los juegos (reglas, espacio, tiempo, roles, entre otros) les permite distinguir lo que pueden llevar a cabo y lo que se les dificulta, y adaptar sus posibilidades a la dinámica de cada situación.



**Reconozco mis
habilidades
motrices**

Intención Didáctica de la Unidad:

**Que el alumno reconozca e integre sus
habilidades y destrezas motrices en
situaciones de juego motor.**

¡Para Iniciar!



Actividades de inicio.

- **Investiga y anota en tu cuaderno qué son las habilidades motrices básicas.**
- **Comenta con tu familia qué habilidades motrices básicas dominas y cuáles se te dificultan realizar.**

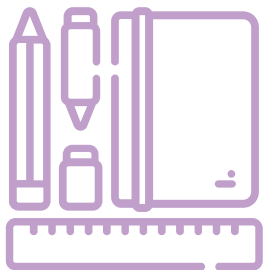
¿Qué queremos lograr?

¿Qué temas conoceremos?

Sesión 1.

Intención Pedagógica:

Explore acciones motrices que ligen el control del cuerpo y el manejo de objetos en las actividades de juegos libres y de reglas.



- Sesión 1. La ruta adecuada



Sesión 1: La ruta adecuada

Organización:

Trabajo por parejas.

Espacio: En el interior de toda la casa.

Recursos didácticos

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

Espacio con obstáculos(objetos que no se rompan y seguros).

Una pelota.

¡A Trabajar!



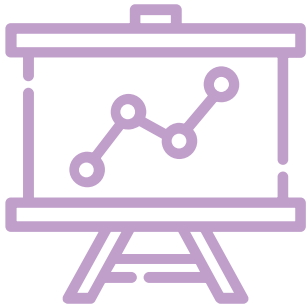
- Descripción de la actividad:

Un integrante de la familia te orientará en el recorrido puede ser en la sala o usar el espacio de toda la casa. En el traslado deberás de manipular la pelota, algunas formas de manipulación que se recomiendan son: lanzar y cachar, girarla en tu propio cuerpo, entre las piernas, botando, lanzando con una mano y cachándola con la otra etc.

El fin es que al finalizar el recorrido deposites la pelota en el lugar acordado. Una vez terminado el juego cambian los roles y es tu turno para dar las indicaciones.

Eviten tropezar o que se caiga la pelota.

Productos/ Retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

Se sugiere que el alumno describa su desempeño en el uso de habilidades motrices en los juegos propuestos, puede utilizar su cuaderno para rescatar su experiencia en cada actividad propuesta.

Orientaciones didácticas:

Diferenciar acciones motrices que implican el control del cuerpo y las que se relacionan con el manejo de objetos e implementos mediante juegos en los que el cuerpo se mueve alrededor de sus ejes y planos (giros, flexiones y balanceos), o en los que se impacta o conduce objetos.

Emplear actividades circenses en las que salten obstáculos, realicen acrobacias sencillas, golpeen una pelota con la mano o cualquier otra parte del cuerpo, entre otras; organizar juegos de persecución donde utilicen algún objeto para atrapar a sus compañeros o requieran quitar alguno.

Sugerencias de Evaluación:

Pautas para observar los desempeños:

Autoevalúa su desempeño, considerando lo que sabe y lo que puede hacer.

Muestra avances en su coordinación y fluidez al utilizar habilidades motrices.

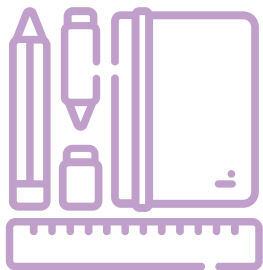
Propone modificaciones a las reglas de juego (espacio, objetos u organización).



¿Qué queremos lograr?

Intención Pedagógica:

Explore acciones motrices que ligen el control del cuerpo y el manejo de objetos en las actividades de juegos libres y de reglas.



¿Qué temas conoceremos?

- Sesión 2. Reto jinetes



Sesión 2: Reto Jimetes

Organización:

El reto se realiza por parejas.

Espacio: Al interior de la casa, pueden elegir un lugar en el que se puedan esquivar obstáculos.

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

Espacio con obstáculos.

Venda para los ojos.

Cuerda, Suéter o camisa de manga larga.

¡A Trabajar!

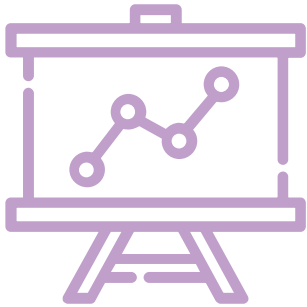


Descripción de la actividad:

Un integrante de la familia te orientará en el recorrido, a partir de conocer la ubicación de los objetos del espacio donde se encuentren. Los integrantes se forman uno detrás del otro, de tal manera que quien quede atrás (El jinete) pueda rodear la cintura de su compañero con una cuerda, un suéter o camisa de manga larga.

El jinete da instrucciones de como y hacia donde debe moverse el compañero de adelante para evitar tropezar con los obstáculos, por ejemplo: salta, ve hacia adelante, camina hacia atrás, cambia de dirección etc.

Productos/ Retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

Se sugiere que el alumno describa su desempeño en el uso de habilidades motrices en los juegos propuestos, puede utilizar su cuaderno para rescatar su experiencia en cada actividad propuesta.

Orientaciones didácticas:

Para Lograr mayor control del cuerpo se recomiendan proponer actividades de desplazamiento donde requiere caminar, reptar, correr y saltar (horizontal y verticalmente).

Organizar circuitos de acción motriz que impliquen correr entre conos en zigzag, saltar entre aros alternando los pies, pasar por debajo de un resorte sin tocarlo, saltar la cuerda con un pie o ambos al mismo tiempo (en parejas o tercias), etcétera. Esto se puede llevar a cabo a partir de proponer diversas reglas en la ejecución de cada tarea establecida.

Sugerencias de Evaluación:

Pautas para observar los desempeños:

Autoevalúa su desempeño, considerando lo que sabe y lo que puede hacer.

Muestra avances en su coordinación y fluidez al utilizar habilidades motrices.

Propone modificaciones a las reglas de juego (espacio, objetos u organización).

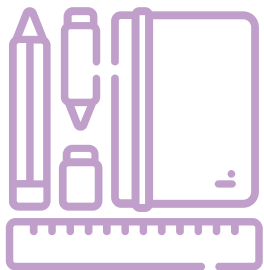
Sugiere acciones que permiten mejorar la participación e interacción en las actividades.



¿Qué queremos lograr?

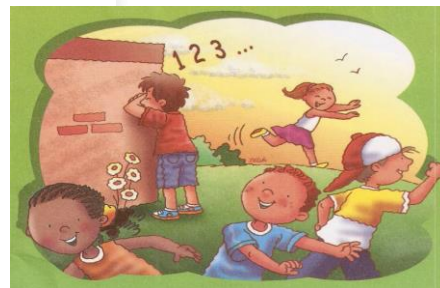
Intención Pedagógica:

Que los alumnos pongan en práctica sus habilidades motrices al asumir distintas funciones.



¿Qué temas conoceremos?

- Sesión 3. Las Escondidas



Sesión 3: Las Escondidas

Organización:

Elegir a un integrante de la familia.

Pueden utilizar una pared para contar y toda la casa para esconderse.

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

Ninguno.

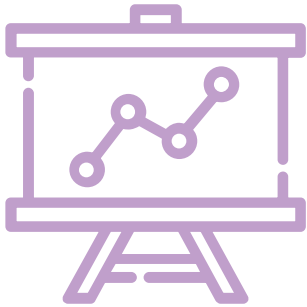
¡A Trabajar!



Descripción de la actividad:

Este juego consiste en elegir a un integrante de la familia para que cuente hasta una cifra frente a la pared, dándole la espalda a los demás participantes mientras ellos se esconden. Al terminar de contar, se debe ir a buscar. La primera persona en ser encontrada, será la que cuente en la segunda ronda. En algunos casos aquella persona que fue encontrada, puede correr hasta la pared del conteo, llegar antes que quien encuentra y gritar “Libre” quedando así, descartado para contar en la siguiente ronda.

Productos/ Retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

Se sugiere que el alumno describa su desempeño en el uso de habilidades motrices en los juegos propuestos, puede utilizar su cuaderno para rescatar su experiencia en cada actividad propuesta.

Orientaciones didácticas:

Se recomiendan los Juegos cooperativos y modificados en los que requieran experimentar las diferencias que suponen los roles, de acuerdo con las características de cada situación (nivelar fuerzas o superar al oponente; o bien, sumar esfuerzos para alcanzar la meta o evitar que los oponentes la alcancen).

Sugerencias de Evaluación:

Pautas para observar los desempeños:

Autoevalúa su desempeño, considerando lo que sabe y lo que puede hacer.

Muestra avances en su coordinación y fluidez al utilizar habilidades motrices.

Propone modificaciones a las reglas de juego (espacio, objetos u organización).

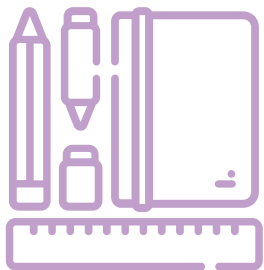
Sugiere acciones que permiten mejorar la participación e interacción en las actividades.



¿Qué queremos lograr?

Intención Pedagógica:

Que los alumnos reflexionen y los elementos de los juegos y su lógica.



¿Qué temas conoceremos?

- Sesión 4. Juguemos al boliche



Sesión 4: Juguemos al boliche

Organización:

Se acomodan las botellas en una fila a una distancia de 1 a 2 metros de los participantes.

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

Botellas plásticas vacías o vasos de plástico.

Dos Pelotas una pequeña y una grande pueden hacerlas con papel y cinta o pelota creada con varios calcetines.

¡A Trabajar!



Descripción de la actividad:

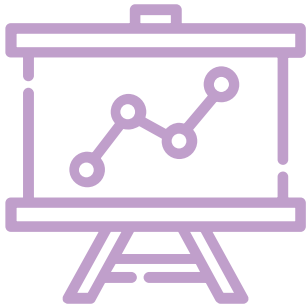
Los participantes deberán de estar en una línea de inicio.

Se acomodan las botellas o vasos en una fila. Cada integrante tendrá la oportunidad de derribar las botellas.

En este juego ustedes tendrán que crear sus propias reglas: acuerden entre ustedes como jugaran: por tiempo, por oportunidades, cambiando la distancia, cambiando el tamaño de las pelotas, y/o en parejas o más participantes.

Reflexionen sobre que elementos tomaron en cuenta: (reglas, tiempo, implementos, espacio, compañeros de acuerdo a lo que plantearon en el juego).

Productos/ Retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

Se sugiere que el alumno describa su desempeño en el uso de habilidades motrices en los juegos propuestos, puede utilizar su cuaderno para rescatar su experiencia en cada actividad propuesta.

Orientaciones didácticas:

Actividades en el que los alumnos reflexionen sobre el control corporal y el uso de diferentes objetos como elementos a considerar durante su participación en las distintas tareas.

Preguntar qué objetos e implementos fueron más fáciles o difíciles de manipular, qué movimientos implican un mayor control del cuerpo, qué necesitan hacer para obtener mejores resultados en el manejo de distintos objetos e implementos, qué acciones pueden realizar en casa para mejorar su desempeño, etcétera.

Sugerencias de Evaluación:

Pautas para observar los desempeños:

Autoevalúa su desempeño, considerando lo que sabe y lo que puede hacer.

Muestra avances en su coordinación y fluidez al utilizar habilidades motrices.

Propone modificaciones a las reglas de juego (espacio, objetos u organización).

Sugiere acciones que permiten mejorar la participación e interacción en las actividades.



ANEXOS

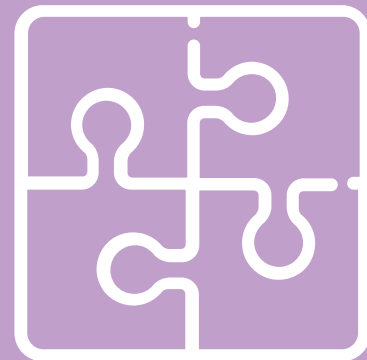
Bibliografía consultada:

- *Educación Física. Educación básica
Plan y programas de estudio, orientaciones
didácticas y sugerencias de evaluación*



1.

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





Educación

