



Recrea

Educación para refundar 2040



¡Eduquemos tanto la mente, como el corazón!



Mayo 2022



Educación Física

Unidad didáctica:

“Elaboro estrategias de juego a partir de mi potencial motor”



Imagen 1. Adaptada de Educación Física Quinto grado (pág. 60), por Heyliana Flores, 2010, Secretaría de Educación Pública.

Primero de Secundaria



¿Qué voy a aprender?

Componente pedagógico:

Creatividad en la acción motriz.

Aprendizaje esperado:

Pone a prueba la interacción motriz en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el objeto de alcanzar una meta en común y obtener satisfacción al colaborar con sus compañeros.

Intención didáctica:

Que el alumno reconozca el proceso de construcción de estrategias y utilice diversas estrategias de juego, con base en las posibilidades individuales y del equipo, a través de retos motores, juegos cooperativos, juegos modificados y rallies; para ajustar su desempeño a partir de su potencial individual y en conjunto.



¿Qué necesito?

Recomendaciones generales:

Utiliza espacios libres de objetos que representen riesgos.

Usa objetos de fácil manipulación y/o adaptados para las actividades.

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

Utiliza ropa adecuada para realizar las actividades.

Busca apoyo y participación de algún miembro de tu familia.

Materiales:

- ✓ 1 Pedazo de cartón, libreta u otro material plano.
- ✓ 1 Caja, cubeta o cesto.
- ✓ 1 Portería formada por 2 sillas u otro material.
- ✓ 1 Pelota de vinil, calcetines o hecha de papel.
- ✓ 1 Paliacate por participante.
- ✓ 6 Pelotas elaboradas con papel o calcetines.
- ✓ 1 Silla y 1 paliacate.
- ✓ 2 Gises o cinta adhesiva.
- ✓ 1 Cronómetro.
- ✓ 1 Hoja de papel o cuaderno para anotar los puntos, así como lápiz o pluma.
- ✓ 10 Globos inflados.

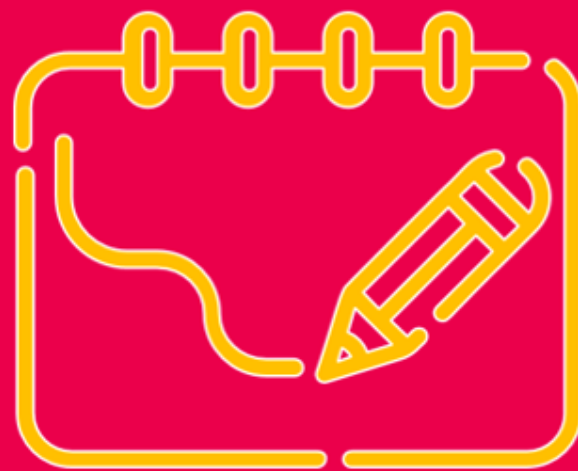


Organizador de actividades:

- Tabla para marcar las actividades realizadas cada semana.

Sesión	Fecha	Actividad	Realizada
Sesión 1	2 a 6 de mayo	“La pelota saltarina”	<input type="checkbox"/>
Sesión 2	9 a 13 de mayo	“La lluvia de globos”	<input type="checkbox"/>
Sesión 3	16 a 20 de mayo	“Fútbol de perros y gatos 2 y 1 puntos”	<input type="checkbox"/>
Sesión 4	23 a 27 de mayo	“Quítale la cola al dragón”	<input type="checkbox"/>

¡Manos a la obra!



Intención pedagógica:

Diseñarás y seleccionarás estrategias de acuerdo con la lógica interna a través de retos motores que involucren la búsqueda y toma de decisiones, individuales y colectivas, para ajustar tus desempeños a partir del potencial individual y de conjunto.

Sesión 1



[Imagen 2.pelota de caricatura. Tomada de: https://pixabay.com/es/images/search/pelota%20en%20caricatura//](https://pixabay.com/es/images/search/pelota%20en%20caricatura//)

Actividad “La pelota saltarina”

Organización:

En un espacio libre en tu casa, coloca un cesto a unos 6 pasos del inicio del recorrido. Pon una marca donde iniciarás el juego. Invita a tus hermanos, papás o amigos para que jueguen contigo.

Materiales a utilizar:

- Espacio disponible libre en casa, patio o cochera.
- 1 Pedazo de cartón, libreta u otro material plano.
- 1 Pelota de vinil o esponja.
- 1 Caja, cubeta o cesto.

Actividad de inicio

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

- ¿Qué requieres tomar en cuenta para diseñar una estrategia?
- ¿Al modificar tu estrategia, mejorarán tus resultados?, ¿por qué?

Tiempo: Sin límite.

Número de participantes: Se puede participar en equipos o de manera individual.

Desarrollo de la actividad: Ubícate en la marca de inicio con la pelota y el cartón, transporta la pelota sin que se caiga al suelo y dando botes sobre el cartón, hasta un paso antes del cesto; intenta encestar la pelota en la caja en un solo tiro. Gana el que logre 10 encestes.

Antes de iniciar la actividad pon mucha atención en lo que tienes que realizar y toma tus decisiones para que diseñes tu estrategia que te llevara a conseguir el reto. Si no te resulta cambia tu estrategia y vuélvelo a intentar.

Variantes: Más distancia del recorrido y el enceste. Transportarla con mano izquierda únicamente.

Productos y retroalimentación

Responde estas preguntas en un texto breve, a partir del juego que realizaste.

- ¿Qué tomaste en cuenta para buscar una estrategia que te llevaría al éxito?
- ¿Tuviste que modificarla?
- ¿Cuál fue la estrategia que utilizaste para lograr el reto?

Intención pedagógica:

En esta sesión diseñarás y seleccionarás estrategias de acuerdo con la lógica interna, a través de juegos cooperativos que promuevan la colaboración y socialización, con alternativas de solución para el cumplimiento de metas, que te permitirán ajustar tus desempeños a partir del potencial individual y de conjunto.

Sesión 2



Imagen 3. globos. Tomada de:
<https://pixabay.com/images/search/globos/?pagi=4&>

Actividad “La lluvia de globos”

Organización:

Organiza a tu familia para la siguiente actividad. Cada jugador tendrá un globo inflado en sus manos.

Decide quién estará afuera del área de juego, entrégale 4 globos y solicita su apoyo durante el juego.

Materiales a utilizar:

- 1 Globo por cada participante, más 4 globos extras.
- 1 Cronómetro.

Actividad de inicio

En un breve texto, responde las siguientes preguntas:

- ¿Qué son los juegos cooperativos?
- ¿Qué habilidades motrices puedes desarrollar con los juegos cooperativos?

Desarrollo de la actividad

El reto consiste en mantener 1 minuto los globos en el aire sin que toquen el suelo. Al iniciar el juego cada participante dará golpecitos a su globo en un espacio delimitado, a la señal de la persona que esta apoyando, golpearán con fuerza su globo y a partir de ahí tendrán que cooperar con el resto de compañeros para que ningún globo toque el suelo, mediante golpes sucesivos.

A la señal del que apoya, a parte de los globos que tienen cada uno, introducirá dos o tres globos más con el fin de que existan más globos que participantes. Para hacerlo mas complicado pueden variar el tiempo o la cantidad de globos.

Busquen entre todos una alternativa de solución del reto que les permita tener éxito. Pueden cambiar sus estrategias las veces que sea necesario.

Productos y retroalimentación

Responde estas preguntas en un texto breve:

- ¿Qué emociones estuvieron presentes en el juego?, ¿cuál fue tu actitud?
- ¿Lograron el reto?
- ¿Qué sentiste al lograr o no la meta?
- ¿Que importancia tiene la comunicación para llevar a cabo una estrategia?

Intención Pedagógica:

Diseñarás y seleccionarás estrategias de acuerdo con la lógica interna, a través de juegos modificados que involucren la búsqueda y toma de decisiones individuales y colectivas, para ajustar tus desempeños a partir del potencial individual y de conjunto.

Sesión 3



[Imagen 4: Futbol. Tomada de: https://pixabay.com/es/images/search/futbol%20de%20perros/](https://pixabay.com/es/images/search/futbol%20de%20perros/)

Actividad “Fútbol de perros y gatos de 2 y 1 puntos”

Organización:

En una área amplia y despejada de obstáculos, coloca una portería con dos sillas u otros materiales que simulen los postes de la misma y pueden jugar desde 4 o más integrantes de la familia para formar 2 equipos.

Materiales a utilizar:

- 1 Portería formada por 2 sillas u otro material.
- 1 Gis o cinta adhesiva para delimitar el espacio de la cancha, la medida la determinan los jugadores dependiendo del espacio con el que cuenten.
- 1 Pelota de vinil, calcetines o hecha de papel
- 1 Hoja de papel o cuaderno para anotar los puntos, así como lápiz o pluma.

Actividad de inicio

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

- ¿Qué importancia tienen la toma de decisiones y el dialogo para lograr una meta?
- ¿Cómo se relacionan las estrategias de juego y las estrategias de la vida cotidiana?
- ¿Qué decisiones puedes tomar para establecer los roles en un juego?

Desarrollo de la actividad

Colóquense libremente en posición de gateo, a la señal de inicio intenten con la pelota marcar el mayor número de puntos en el tiempo establecido.

La dinámica es como metegol, pero en este caso puede ser con manos y pies sin perder la posición de gateo a diferencia del fútbol común en este caso ganas dos puntos cada que le atines con la pelota al poste y uno si metes el gol en medio de la portería, vayan anotando sus puntos y determinen la duración de su partido.

Pongan las reglas necesarias para hacer la actividad mas fluida y divertida.

Productos y retroalimentación

Responde estas preguntas en un texto breve:

- ¿Cómo evalúas tu desempeño en esta actividad?
- ¿Qué alternativas de solución utilizaste para determinar roles?
- Qué te costó más trabajo, ¿establecer roles o una estrategia?, ¿por qué?

Intención pedagógica:

Utilizarás diversas estrategias de juego con base a tus posibilidades individuales en juegos, con reglas que impliquen determinar acciones individuales, cómo: evitar ser capturado, recuperar un objeto en el menor tiempo posible, permanecer escondido, entre otras.

Sesión 4



[Imagen 5 Tomado de:
https://pixabay.com/es/images/search/dragon/](https://pixabay.com/es/images/search/dragon/)

Actividad “Quítale la cola al dragón”

Organización:

Delimita el área de juego en un espacio amplio y despejado de obstáculos, pueden jugar desde 3 o más participantes.

Materiales a utilizar:

- Un paliacate por participante.

Actividad de inicio

En un breve texto, responde las siguientes preguntas:

- ¿Qué sabes de los juegos con reglas?
- ¿Cuáles de estos tipos de juegos conoces?
- ¿Cuáles de ellos has practicado?

Desarrollo de la actividad

Para iniciar este juego se necesitan tantos pañuelos como jugadores haya. Cada pañuelo debe colocarse en la cintura enganchado en la falda o el pantalón de cada uno de los participantes.

Tras la señal , cada uno deberá intentar quitarle las colas a sus otros compañeros teniendo la precaución de que no le quiten la propia.











No pueden salirse del área delimitada, no amarrar el paliacate, ni esconderlo.

Productos y retroalimentación

Responde estas preguntas, en un texto breve en tu cuaderno:

- ¿Qué tomaste en cuenta para buscar una estrategia que te llevaría al éxito?
- ¿Tuviste que modificarla?
- ¿Cuál fue la estrategia que utilizaste para lograr el reto?

Evaluación de la unidad didáctica

Indicadores	Mucho	Poco	Nada
Tuve dominio y control de mis extremidades superiores al resolver los retos motores, demostrando habilidades, destrezas y aptitudes.			
Mejoré mi potencial motriz y expresivo al participar en los juegos cooperativos, al resolver las tareas de manera grupal.			
Retomé mis experiencias motrices al adaptar mi actuación en los circuitos de acción motriz al aumentar el nivel de complejidad.			
Tomé decisiones, propuse e interactué de manera adecuada, reconociendo mis potencialidades y las de mis compañeros, para superar los retos.			

¿Qué aprendí?



En tu cuaderno escribe y contesta las siguientes preguntas:

- ¿Cómo me sentí al realizar las actividades?
- ¿Qué fue lo que más me gustó?
- ¿Qué se me dificultó?
- ¿Qué puedo hacer para mejorar mis estrategias?
- ¿Qué aprendí?

**Para aprender
más...**



- Si quieres conocer mas sobre lo que se trató en esta unidad, ingresa a [YouTube](#), para que veas algún video referente a las estrategias.

¿Cómo apoyar en las tareas desde casa?



Recomendaciones para acompañar al alumno en las actividades sugeridas.

- Fomenten la motivación por el esfuerzo realizado y sus logros.
- Su apoyo es totalmente necesario.
- Consideren que el alumno aprende a partir del error.
- Precisen y corrijan de ser necesario.
- Propicien la responsabilidad conjunta en la organización y recolección de materiales utilizados.
- Acompañen al alumno a dar respuesta a las evaluaciones de cada sesión, de manera honesta.
- Envíen la información solicitada, por los conductos indicados.
- Investiguen más juegos donde el alumno pueda desarrollar más sus habilidades motrices y practíquenlos en familia.

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 de contenido

Gustavo Torres Méndez

Hugo Heros Verdín Contreras

Diseño gráfico

Liliana Villanueva Tavares

