



Recrea

Educación para refundar 2040



¡Eduquemos tanto la mente, como el corazón!



Junio 2022



Educación Física

Unidad didáctica:
“Participamos juntos”.

Primaria-Segundo grado



¿Qué voy a aprender?

Eje: Competencia motriz.

Componente pedagógico: Creatividad en la acción motriz.

Aprendizaje esperado:

“Distingue distintas actitudes asertivas que se manifiestan en las actividades y juegos para promover ambientes de colaboración y respeto”.

Intención Pedagógica de la Unidad:

“Que el alumno reconozca y practique actitudes que le permiten interactuar y colaborar con su familia, en situaciones lúdicas y motrices, para favorecer vínculos con entendimiento y respeto por los otros”.

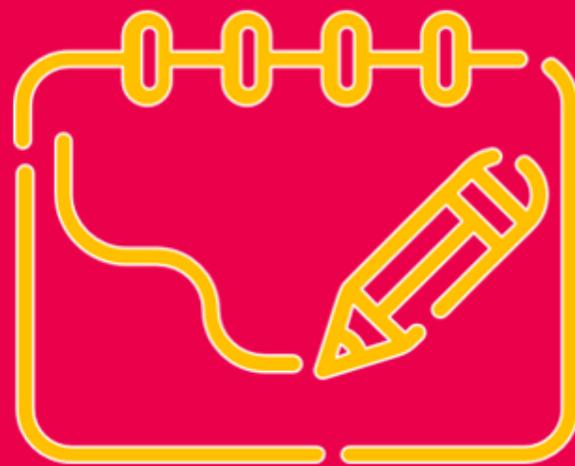


Organizador de actividades:

Marca con un  las actividades realizadas.

Sesiones	Actividades	Producto a entregar	Actividad Realizada
Sesión 1	No me atrapan si me abrazas.	Contestar las preguntas en tu cuaderno.	
Sesión 2	La corona .	Contestar las preguntas en tu cuaderno.	
Sesión 3	La rueda del masaje.	Contestar las preguntas en tu cuaderno.	
Sesión 4	Lanzando con toalla .	Contestar las preguntas en tu cuaderno.	

¡Manos a la obra!



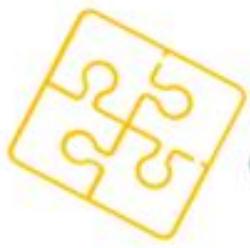
Sesión 1. No me atrapan si me abrazas

Intención Pedagógica:

En esta sesión exploraras formas de jugar en la que compartas en familia para favorecer la colaboración.



Fotografía 1. Nota: En esta imagen se muestra como jugar la actividad: "No me atrapan si me abrazas" Corona S. (2021).



¿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:

- ✓ Paliacate (opcional).

Actividad de inicio

Con ayuda de un adulto investiga:

1.¿Qué significa colaboración?

2.¿Cuáles formas de colaborar conocen y practican en tu familia?

Actividad de desarrollo

Debes de invitar a dos o más miembros de tú familia a jugar. Encontrar un espacio suficiente y seguro para realizar el juego de persecución, un integrante de tú familia iniciará el juego persiguiendo al resto de los participantes.

Nota: En los juegos de persecución es necesario extremar los cuidados para evitar accidentes.

La persona que “la trae” debe perseguir a los participantes del juego. Para evitar ser tocados deben de abrazar a alguien.

Variantes:

Los participantes tendrán un paliacate en la cintura y quien “la trae” debe quitar el paliacate.

Limitar el tiempo posible para estar abrazados.

Actividad de cierre

- Responde estas preguntas en un texto breve en tu cuaderno.

1. ¿En qué momento del juego recibiste y diste ayuda?

2. ¿Cuáles son las actitudes que nos ayudaron a compartir y colaborar en familia?

3. ¿Cómo la colaboración puede “salvarnos” en otras situaciones?

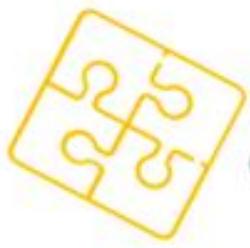
Sesión 2. La corona

Intención Pedagógica:

En esta sesión participarás en tareas que requieren ayuda mutua para favorecer la resolución de retos.



Fotografía 2. Nota: En esta imagen se muestra como jugar la actividad: “La corona” Corona S. (2021).



¿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:

- ✓ Aro (puede ser sustituido por una caja grande de cartón vacía, un cojín grande u otro objeto liviano que tengan en casa).

Actividad de inicio

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

1. ¿Es mejor resolver los problemas solos o en colaboración?

2. ¿Es el diálogo una herramienta para resolver problemas juntos?, ¿por qué?

Actividad de desarrollo

Invita a dos o más personas de tu familia a jugar.

Delimita un punto de inicio y final del recorrido.

Los participantes colocarán el aro en sus cabezas.

Al tenerlo equilibrado situarán sus manos en la espalda y en ese momento ya nadie puede tocar el aro.

El reto consiste en desplazarse por el recorrido acordado, intentando que no caiga el aro al piso, no se pueden meter las manos para acomodarlo o detenerlo.

En caso de que el aro caiga al piso, un integrante del equipo puede volver a colocar el aro para continuar el recorrido.

Variantes:

- ✓ - Colocar obstáculos en el recorrido.
- ✓ - Modificar la trayectoria del recorrido.

Actividad de cierre

- Responde estas preguntas en un texto breve en tu cuaderno.
1. ¿Qué habilidades y actitudes pusieron en práctica para lograr llegar a la meta?
 2. ¿Qué dificultades tuvieron que superar?

Sesión 3: La rueda del masaje

Intención Pedagógica:

En esta sesión reconocerás la importancia de la colaboración que se obtiene participando en familia para promover actitudes que favorecen la convivencia.



Fotografía 3. Nota: En esta imagen se muestra como jugar la actividad: “La rueda del masaje” Corona S. (2021).



¿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:

- ✓ Tapete o toalla.
- ✓ Pelotas (opcional).

Actividad de inicio

Con ayuda de un familiar investiguen las siguientes preguntas y anótalas en un texto breve en tu cuaderno.

1.¿Qué significa convivencia?

2.¿Qué actitudes nos facilitan convivir con los demás?

Actividad de desarrollo

Invita a dos o más integrantes de tu familia a participar. Sobre un tapete, sentándose uno detrás de otro hasta completar un círculo.

Colóquense en círculo, cada uno masajea los hombros de quien está adelante. Primero amasando la piel (como si fuera de plastilina), después dando golpes suaves con los dedos, y al final con caricias suaves.

•Variantes:

- ✓ Usar una pelota o un juguete con ruedas para masajear.
- ✓ Inventar o proponer otras técnicas de masaje.

Actividad de cierre

- Escribe en tu cuaderno las respuestas a las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo te sentiste al realizar la actividad?

2. ¿Consideras que las actividades en familia favorecen la convivencia?, ¿por qué?

3. ¿Es posible practicar actitudes para convivir desde casa?, ¿cómo cuáles?

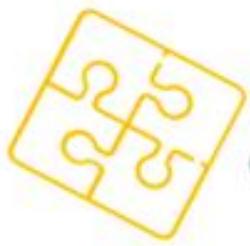
Sesión 4: Lanzando con toalla

Intención Pedagógica:

En esta sesión participarás en juegos de pareja para promover ambientes de ayuda y respeto.



Fotografía 4. Nota En esta imagen se muestra como jugar la actividad: "Lanzando con toalla" Martínez G. (2021).



¿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:

- ✓ •Toallas.
- ✓ •Pelotas (muñecos de peluche, pelota hecha con par de calcetines).
- ✓ •Cesto o bote.

Actividad de inicio

- En un breve texto, responde las siguientes preguntas en tu cuaderno:
 1. ¿Haz realizado juegos en parejas?, ¿cuáles?
 2. ¿Qué diferencia existe entre jugar un juego de forma individual y un juego en pareja?

Actividad de desarrollo

- Para realizar la actividad necesitas a dos parejas y una toalla por pareja, se colocan una de frente a la otra a un metro de distancia aproximadamente.

El reto del juego es coordinarse para lanzar la pelota u otro objeto a la pareja que esta del otro lado, tratando que la pelota no caiga al piso.

Variante:

Después de pasar la pelota a la pareja está deberá lanzar la pelota a un cesto o bote intentando que caigan dentro del cesto. Intercalar los lanzamientos al cesto por parte de las parejas.

Actividad de cierre

- Realiza un texto breve y contesta la pregunta en tu cuaderno.
1. ¿Te gustó jugar en pareja?, ¿por qué?
 2. ¿Qué beneficios obtienes al realizar trabajos en pareja?
 3. Menciona alguna actividad de tu vida diaria que se realice en pareja.

¿Qué aprendí?



Rúbrica de autoevaluación de la sesión

Marca con una  nivel de como crees que realizaste la actividad, solo puedes marcar una casilla.

Sesión	Excelente	Bueno	Suficiente
Sesión 1 No me atrapan si me abrazas	Colaboraste con los integrantes de tu familia para que no te atraparan a ti y a ellos en todo momento. <input type="checkbox"/>	Colaboraste con los integrantes de tu familia para que no te atraparan a ti y a ellos en algunas ocasiones. <input type="checkbox"/>	Colaboraste con los integrantes de tu familia para que no te atraparan a ti y a ellos pocas veces. <input type="checkbox"/>
Sesión 2 La corona	Resolviste el reto con ayuda de mutua de tu familiar con facilidad. <input type="checkbox"/>	Resolviste el reto con ayuda de mutua de tu familiar con algo de trabajo. <input type="checkbox"/>	Te costó mucho resolver el reto con ayuda de mutua de tu familiar. <input type="checkbox"/>

Rúbrica de autoevaluación de la sesión

Marca con una  el nivel de como crees que realizaste la actividad, solo puedes marcar una casilla.

Sesión	Excelente	Bueno	Suficiente
Sesión 3 La rueda del masaje	Colaboraste en la actividad en todo momento. <input data-bbox="777 682 901 749" type="checkbox"/>	Colaboraste en la actividad en casi todo el tiempo. <input data-bbox="1337 671 1462 738" type="checkbox"/>	Colaboraste en la actividad en todo momento poco tiempo. <input data-bbox="1860 671 1984 738" type="checkbox"/>
Sesión 4 Lanzar con toalla	Realizaste la actividad con tu pareja poniendo en práctica la ayuda y el respeto todo el tiempo. <input data-bbox="820 1178 945 1245" type="checkbox"/>	Realizaste la actividad con tu pareja poniendo en práctica la ayuda y el respeto la mayoría del tiempo. <input data-bbox="1381 1163 1505 1230" type="checkbox"/>	Realizaste la actividad con tu pareja poniendo en práctica la ayuda y el respeto algunas veces. <input data-bbox="1903 1163 2028 1230" type="checkbox"/>

- En tu cuaderno escribe y contesta las siguientes preguntas:
 1. ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste en este mes?
 2. ¿Qué actividades disfrutaste?
 3. ¿Qué información no sabías y te pareció interesante?

**Para aprender
más...**



¿Qué es Ayudar?

Sabías que la ayuda es hacer algo de manera desinteresada para otra persona por aliviarle el trabajo, para que consiga un determinado fin, para paliar o evitar una situación de aprieto o riesgo que le pueda afectar.

Da y recibe ayuda en la clase de educación física en la escuela y en tu vida diaria.

¿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

