



Recrea

Educación para refundar 2040



¡Eduquemos tanto la mente, como el corazón!

Mayo 2022

Recrea
Educación para refundar 2040



Educación





Educación Física

**Unidad Didáctica:
“Me oriento, me ubico y decido”**

Tercero de Primaria



¿Qué voy a aprender?

Eje:

Competencia motriz

Componente pedagógico:

Creatividad en la acción motriz

Aprendizaje esperado:

Toma decisiones respecto a cómo ubicarse y actuar en distintos juegos individuales y colectivos, con el fin de solucionar situaciones que se presentan en cada uno.

Intención pedagógica:

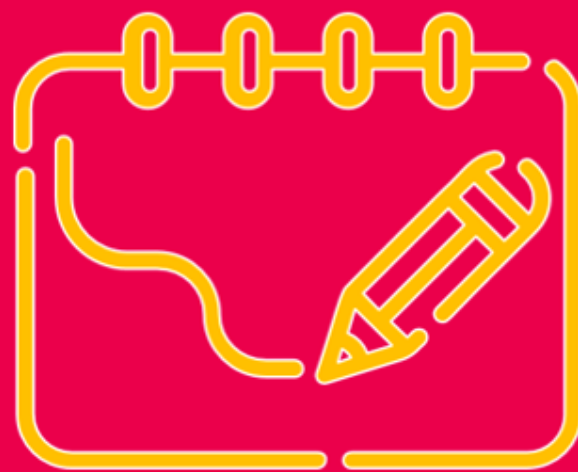
Que el alumno diseñe diferentes alternativas para distintas situaciones de juego, considerando aspectos como el espacio, los objetos y el momento del juego, valorando las posibilidades con las que cuenta.



Organizador de actividades:

Sesiones	Actividades	Productos a entregar
Sesión 1: Reto motor	Tronco gol	Contesta preguntas en tu cuaderno.
Sesión 2: Juego simbólico	Cruzar el río	Reflexiona sobre lo que realizaste en el juego.
Sesión 3: Juego tradicional	Frio o caliente	Reflexiona sobre lo que realizaste en el juego.
Sesión 4: Juego modificado	Zig-zag gol	Menciona cual fue tu principal reto para anotar desde esa distancia.

¡Manos a la obra!





¿Qué necesito?

Recomendaciones generales:

En este juego se requiere un lugar libre de obstáculos de preferencia el patio, cochera o sala, donde puedas rodar y no estés en peligro al hacerlo.

Puedes invitar a uno o más integrantes de tu familia.

Dependiendo el espacio que tengas, un extremo será el punto de salida y hasta el otro lado colocarás la caja, que es a donde tendrás que llegar.

Materiales:

- ✓ 1 Pelota o 2 si alguien mas lo va a realizar contigo.
- ✓ Caja o cubeta donde depositar la pelota.

Sesión 1: Tronco gol

Intención pedagógica

Que el alumno logre actuar a partir de consignas previas siguiendo determinados caminos o recorridos.



Imagen 1. Adaptada de Educación Física Tercer grado (p54.) por González, C. Huesca, Israel. (2011) Secretaría de Educación Pública.

Actividad: Tronco gol

Colócate en el punto de salida acostado boca arriba y con los pies sujeta la pelota.

Rodar como si fueras un tronco con la pelota sujeta por los pies, hasta el otro extremo donde se encuentra la caja, cuando logres llegar, sin soltar la pelota ni levantarte, eleva los pies para dejar la pelota dentro de la caja.

Repite varias veces la misma acción, tantas veces como gustes divertirte.

Variante: si alguien mas de la familia puede realizar la actividad, lo pueden hacer por parejas, ambos acostados, cada quien con su pelota en sus pies, tomarse de las manos y a la indicación de alguno de los dos, empezar a rodar al mismo tiempo, al llegar a la caja, los dos siguiendo en postura de acostado dejar la pelota dentro de la caja o cubeta.

Pueden cambiar la forma de dejar la pelota en la caja o de desplazarse hacia la misma.

Productos y retroalimentación

Responde estas preguntas en un texto breve en tu cuaderno.

- ¿Lograste llegar a la caja rodando sin irte de lado?, ¿por qué?
- ¿Qué resultó más complicado, rodar sin irte de lado o dejar la pelota con los pies dentro de la caja?, ¿por qué?

Y hablando de emociones, como te sentiste al realizar la actividad:

Feliz



Triste





¿Qué necesito?

Recomendaciones generales:

En este juego se requiere un lugar libre de obstáculos, de preferencia el patio, cochera o sala.

Invitar uno o más integrantes de tu familia.

Imagina que cada extremo del espacio donde realizas la actividad es una orilla del río.

Materiales:

- ✓ 3 hojas de papel de preferencia de reciclado.
- ✓ 4 objetos o juguetes.

Sesión 2: Cruzar el río

Intención pedagógica

Que el alumno ajuste sus desempeños motores en el espacio donde desarrolla sus acciones, adaptándose a las condiciones del área.



Imagen 2. Adaptada de Educación Física Primer grado (p89.) por González, C. Huesca, Israel. (2011) Secretaría de Educación Pública.

Actividad: Cruzar el río

En éste juego, tienes una gran misión, pues los juguetes u objetos pequeños que mas quieres, están en riesgo de que si el río crece se los lleve, por la tanto, tendrás que cruzarlo para colocarlos en un lugar seguro, pero existen las siguientes reglas:

1. Para cruzar el río, tendrás que colocar unas grandes rocas (hojas) para ir pisando en ellas.
2. Como son pocas rocas (3), tendrás que ir quitando las que ya habías puesto para poder llegar al otro extremo.
3. Sólo podrás transportar de un solo juguete por cada vez que cruces el río.
4. Es muy importante que no pises fuera de las rocas (hojas) porque te podría llevar el río y tendrías que iniciar de nuevo para lograr tu gran misión.

Una vez que hayas logrado salvar tus objetos, puedes cambiar las reglas, como aumentar o disminuir tanto las rocas como tus objetos, la distancia del río o todas las que encuentres con tu imaginación, así harás mas divertida esta increíble aventura.

Productos y retroalimentación

Reflexiona sobre lo que realizaste en el juego.

¿Fueron suficientes la cantidad de rocas (hojas) para cruzar el río?, ¿por qué?

¿Qué fue más sencillo, cruzar el río con o sin objetos?, ¿por qué?

Pudiste cruzar los objetos sin pisar fuera de las rocas:

Siempre



Sólo en algunos.





¿Qué necesito?

Recomendaciones generales:

En este juego se requiere un lugar donde haya mas cosas donde esconder tus juguetes u objetos, como en tu cuarto, en la sala o cualquier otro lugar que no sea peligroso, como por ejemplo: evitar hacerlo en la cocina.

Solicita el apoyo de un familiar para que sea quien esconda los objetos y te esté dando las pistas de cada uno de los objetos.

Materiales:

- ✓ 4 juguetes u objetos pequeños.

Sesión 3: Frio o caliente

Intención pedagógica

Que el alumno se ubique espacialmente, estimando sus distancias a la vez que sigue pistas para ubicar zonas de casa.



Imagen 3. Adaptada de Educación Física Sexto grado (p59.) por González, C. Huesca, Israel. (2011) Secretaría de Educación Pública.

Actividad: Frio o caliente

- En esta actividad jugarás con alguien mas a quien le vas a pedir que esconda los objetos.
- Trata de tapar tus ojos o de estar en un lugar diferente a donde se esconderán las cosas, para que no tengas la tentación de ver.
- Antes de iniciar pónganse de acuerdo con que juguete iniciarás buscando, para que te de una pista del lugar o parte de la casa donde lo podrás encontrar, como cuarto, sala, cochera, etcétera. Por ejemplo: en ese lugar es donde alguien duerme.

¡Empecemos!

- Cuando ya sepas en que parte de la casa está, desplázate caminando o trotando según lo lejos que se encuentre.
- Pídele que constantemente te esté diciendo la palabra frío si es que te encuentras lejos del objeto o caliente si es que ya estás cerca de encontrarlo.
- También puedes utilizar la palabra tibio, cuando estés no tan cerca, para hacerlo mas emocionante.

- Cuando hayas encontrado el primer objeto, digan con cual seguirán y así sucesivamente hasta haber encontrado todos.
- Pueden cambiar los roles para que ahora seas tú a quien le toque esconder los objetos, dar las pistas y ayudarle con frio o caliente.

Productos y retroalimentación

Reflexiona sobre lo que realizaste en el juego.

- ¿Cómo le hiciste para ubicar las pistas y saber en qué parte de la casa estaban escondidos?
- En tu cuaderno escribe otras pistas que tu darías para ubicar las partes de tu casa.

Menciona que sentiste al poder encontrar tus juguetes:



¿Qué necesito?

Recomendaciones generales:

En este juego se requiere un lugar libre de obstáculos, de preferencia el patio o cochera.

Aunque ésta actividad es individual, puedes invitar a uno o más integrantes de tu familia para que también la realicen o te ayuden.

Materiales:

- ✓ Una escoba.
- ✓ Una pelota.
- ✓ Objetos o juguetes que sirvan como conos.
- ✓ Una silla.

Sesión 4: Zigzag, gol

Intención pedagógica

Que el alumno considere las trayectorias y distancias en una tarea al tener que esquivar objetos.



Imagen 4. Adaptada de Educación Física Sexto grado (p47.) por González, C. Huesca, Israel. (2011) Secretaría de Educación Pública.

Actividad: Zigzag, gol

Coloca los objetos a un paso grande de distancia uno de otro y utiliza los necesarios de acuerdo al espacio con el que cuentes.

Elige de que extremo vas a iniciar y en ese mismo punto coloca la silla (portería) a un costado del primer objeto.

Para iniciar debes tener la escoba y la pelota contigo.

Recorre la pelota con la escoba entre los objetos (zigzag) tratando de no dejar ningún obstáculo sin recorrer, ni tocarlo con la escoba o pelota.

Cuando hayas recorrido todos los objetos en zig-zag y desde donde terminaste, colocarás fijamente la pelota apuntando hacia la silla, tocarás la pelota con la escoba tratando que pase por debajo de la silla con lo que habrás anotado un gol.

Puedes repetir la actividad hasta que logres tu propio récord de goles, si no anotaste al primer intento, puedes hacerlo de nuevo hasta lograrlo sin necesidad de repetir todo el recorrido.

Variantes: puedes cambiar la trayectoria que forman los objetos o la distancia entre ellos.

También podrás, si así lo quieres, modificar el lugar donde pones la silla o utilizar algo diferente como portería.

Productos y retroalimentación

Reflexiona sobre lo que realizaste en el juego, respondiendo a las preguntas:

- ¿A qué distancia pudiste acomodar tus objetos?
- ¿Cómo te sentiste al tratar de no tocar los objetos realizando el recorrido con esa trayectoria en zigzag?
- En tu cuaderno escribe tu experiencia

Menciona cual fue tu principal reto para anotar desde esa distancia:

¿Qué aprendí?



Rúbrica de evaluación:

Con el apoyo de un adulto, trata de ubicarte como fue tu desempeño en cada sesión, una vez que reflexionaste sobre tu actuación, puedes reconocer, que necesitas practicar más para mejorarlo.

Sesión/Tema	Excelente	Bien	Por mejorar
Sesión 1 Tronco gol	Logré rodar por el camino hasta la caja y dejar la pelota como era la regla.	Se me dificultó rodar por el camino hasta la caja y dejar la pelota como era la regla.	En varias ocasiones al rodar se me caía la pelota, al igual que al querer dejar la pelota en la caja.
Sesión 2 Cruzar el río	Logré pisar siempre en las hojas sin tocar el río y pude cruzar todos los objetos.	En algunas ocasiones pisé fuera de las hojas y se me cayeron objetos al río.	En varias ocasiones pisé fuera del río y fue complicado volver a acomodar las hojas.
Sesión 3 Frio o caliente	Logré adivinar todas las pistas y ubicarme rápidamente con frio/caliente para encontrar todos los objetos.	Se me dificultó adivinar todas las pistas, y tardé un poco en ubicarme con frio/caliente para encontrar todos los objetos.	Casi no adiviné pistas y fue muy complicado encontrar los objetos con frio/caliente.
Sesión 4 Zig-zag gol	Logré seguir muy bien la trayectoria de zigzag y calcular la distancia para meter gol.	Se me dificultó seguir la trayectoria de zig-zag y calcular la distancia para meter gol.	Varias ocasiones toqué los objetos con la pelota y pude meter muy pocos goles.

**Para aprender
más...**



Sabías que...

No es lo mismo orientación espacial que ubicación espacial, aquí tienes ambos conceptos.

Orientación espacial: Capacidad para identificar hacia dónde desplazarte.

Ubicación espacial: Capacidad para reconocer el lugar que ocupa tu cuerpo y en el cual puedes moverte.



Imagen 5 Adaptada de Educación Física Tercer grado (p12.) por González, C. Huesca, Israel. (2011) Secretaría de Educación Pública.

¿Cómo apoyar en las tareas desde casa?



Ideas para la familia:

- ✓ Su apoyo es totalmente necesario.
- ✓ Consideren que el alumno aprende a partir del error.
- ✓ Fomenten la motivación por el esfuerzo realizado y sus logros.
- ✓ Propicien la responsabilidad conjunta en la organización y recolección de materiales utilizados.
- ✓ Acompañen al alumno a dar respuesta de manera honesta, a las evaluaciones de cada sesión.
- ✓ Enviar la información solicitada, por los conductos indicados.

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

Juan Antonio Flores Cosío

Tonanci Vargas Cantero

Diseño gráfico

Liliana Villanueva Tavares

