

## 3ro Grado de Primaria

- **Eje:** Competencia Motriz  
**Componente Pedagógico didáctico:** Creatividad en la acción motriz.

### **Aprendizaje esperado:**

- Actúa estratégicamente al comprender la lógica de las actividades en las que participa, de manera individual y colectiva, para valorar los resultados obtenidos y mejorar su desempeño.

- **Practica hábitos:**  
**Cuidado del medio ambiente**

Conoce los beneficio de conservación del medio ambiente.

.

## ACTIVIDADES

Practica juegos pre deportivos con una pelota, puedes trabajarlo en el patio de tu casa.

Necesitas una pelota de vinil (plástico) que tengas en casa o construir tu propia pelota con papel reciclado y cinta, puede ser de distintos tamaños.

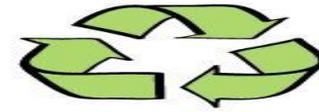
Coloca 3 botes, ollas, cestos o recipientes a diferentes distancia, dándole valor a cada uno. En compañía de tu familia , intentaran cada uno obtener el mayor puntaje al lanzar la pelota y encestar, no olvides registrar tus puntos para saber quien es el ganador.

### **Practica hábitos:** **Cuidado del medio ambiente**

Pregunta a tus padres como cuidar y conservar el medio ambiente, investiga sobre el tema y platica con tu padres para ampliar la información y que acciones puedes hacer desde casa para contribuir con el cuidado del medio ambiente.



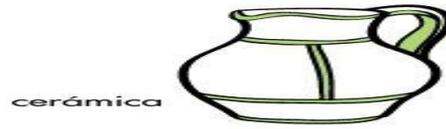
# APRENDE A RECICLAR COMO UN PROFESIONAL



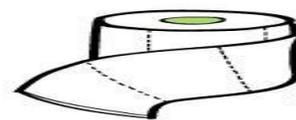
## NO SE RECICLA ✗



espejos



cerámica



papel  
higiénico  
y servilletas  
con restos

## SÍ SE RECICLA ✓



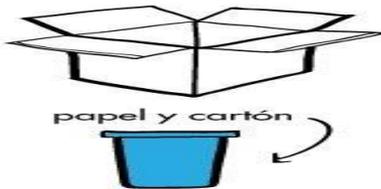
plástico



restos orgánicos



vidrio



papel y cartón

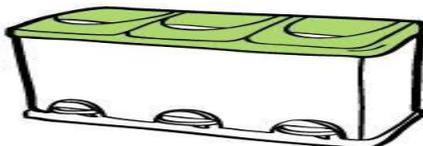


pilas y baterías



aceite

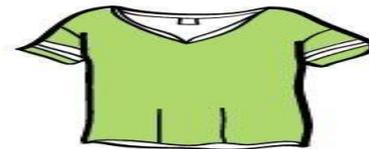
## ORGANIZA ESPACIOS EN CASA ✓



## REUTILIZA ✓



## DONA ✓



## ACTIVIDADES

### Primaria 3er. grado

- **Eje:** Competencia Motriz
- **Componente Pedagógico didáctico:** Integración de la corporeidad.

#### **Aprendizaje esperado:**

- Relaciona sus posibilidades expresivas y motrices con diferentes maneras de actuar y comunicarse en situaciones de juego para fortalecer su imagen corporal.

#### **Practica hábitos:**

##### **Alimentación sana**

Conoce la pirámide del buen comer.  
Se alimenta adecuadamente.  
para fortalecer su imagen corporal.

Relaciona tus posibilidades expresivas y motrices con formas distintas de actuar y de comunicarte para ello:

Arma un maratón de adivínalo con señas con el apoyo de tu familia y organiza los turnos de participación para la representación de algún personaje de película, o escenas de película.

Recuerda tomar acuerdos.

#### **Practica hábitos:**

##### **Alimentación sana**

Ayuda a tus padres a preparar una comida saludable.

## Pirámide de alimentación



- **Eje:** Competencia Motriz  
**Componente Pedagógico didáctico:** Desarrollo de la motricidad.

### **Aprendizaje esperado:**

Combina sus habilidades motrices al diversificar la ejecución de los patrones básicos de movimiento en situaciones de juego, con el fin de otorgarle intención a sus movimientos.

- **Practica hábitos de higiene personal.**  
Lavarse las manos correctamente.

## **ACTIVIDADES**

Juega con globos inflados o llenos de agua.

Experimenta con un globo inflado golpeándolo con distintas partes de tu cuerpo desplazándote de distintas formas ( saltando , caminando, gateando , en un pie, etc.) sin que el globo caiga al suelo.

Organiza un partido con tu familia de voleibol-toalla en el patio, puedes utilizar globos con aire o con agua, y una toalla para pasar los globos a tu familia, gana mas puntos quien reviente menos globos y/o no caigan al suelo.

- **Practica hábitos de higiene personal.**  
Lavarse las manos correctamente.  
Utiliza agua y jabón, repite el lavado de manos antes de comer, después de ir al baño o después de tocar superficies.

## Pasos a seguir para un correcto lavado de manos

**1**

Moje sus manos con agua y aplique jabón. Frótese una mano con la otra durante 30 segundos.



**2**

Frótese las palmas.



**3**

Lávese las muñecas.



**4**

Frote entre los dedos.



**5**

Debajo de las uñas.



**6**

Enjuague con abundante agua y jabón.



**7**

Séquese, preferiblemente, con una toalla desechable.



**8**

Cierre el grifo del agua con la toalla desechable que usó para secarse.



**“Lave sus manos con agua y jabón, prevenir enfermedades es su decisión”**