



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

**Recrea**  
Educación para refundar 2040



Educación



**Re**crea  
Educación para refundar 2040

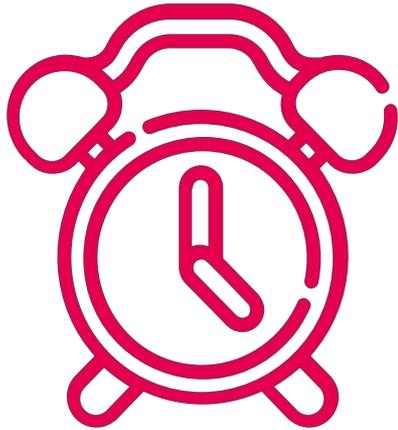


# Educación Física Segundo ciclo

TERCERO Y CUARTO  
GRADO



**¡Para  
Iniciar!**



**Las siguientes actividades están diseñadas para que trabajes en casa, es importante que las realices con ayuda de algún miembro de la familia**

## ¿Qué queremos lograr?

En estas actividades aprenderás y te divertirás, junto con tu familia través de juegos desde casa podrás manifestarte con gestos y/o expresiones faciales y corporales, fortalecer tu imagen corporal y a valorar tus potencialidades, expresivas y motrices además de poner a prueba tu pensamiento estratégico en situaciones de juego.

## ¿Qué temas conoceremos?

- ¿Qué será?
- Encesta la pelota
- Maratón adivínalo con señas
- Encuentra el tesoro
- Arma tu boliche y juega
- Collage nutritivo
- Eliminando a COVID-19

## ¿Qué aprenderás?

Aprenderás a manifestarte a través de gestos y/o expresiones faciales y corporales



Realiza en tu cuaderno

- 1.- Describe cómo te sentiste al realizar este juego.
- 2.- ¿Cuántos objetos lograste reconocer?
- 3.- Explica cómo pudiste reconocer los objetos.

## ¿Qué será?

Vas a ocupar una bolsa o caja en donde colocarás 10 objetos que tengas en casa (peluche, juguetes pequeños, moneda, cuchara, calcetín, etc.) Todos los que quieras que no sean punzantes o peligroso.

Los participantes permanecerán en silencio, pasará la bolsa a cada participante, el cual sacará un objeto que podrá manipular, y posteriormente deberá de hacer gestos, expresiones faciales y/o corporales para que puedan adivinar de qué objeto se trata. Gana el que logre adivinar más objetos.

## ¿Qué aprenderás?

Aprenderás a actuar estratégicamente al comprender la lógica de las actividades en las que participas, de manera individual y colectiva, para valorar los resultados obtenidos y mejorar tu desempeño.



## Encesta la pelota

Es momento de hacer juegos con pelota, puedes trabajarlo en el patio de tu casa.

Necesitas 3 botes, ollas o cestos, una pelota pequeña de plástico que tengas en casa o puedes construir tu propia pelota con papel reciclado y cinta. Coloca 3 botes, ollas, cestos o recipientes a diferentes distancia, dándole valor a cada uno.

En compañía de tu familia, intentarán cada uno obtener el mayor puntaje al lanzar la pelota y encestar, no olvides registrar tus puntos para saber quién es el

## ¿Qué aprenderás?

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.



## Encuentra el tesoro

El tesoro puede ser algo tan sencillo como una golosina o algún juguete pequeño. Necesitarás un plano sencillo de la casa o habitación donde quieran hallar el tesoro y hojas para escribir las pistas.

Se esconderán las pistas sin que los participantes estén presentes, se pueden contar los pasos (derecha - izquierda- arriba - abajo) para llegar a cada pista o anotar adivinanzas de acuerdo



## Ideas para la familia

Ahora crea un mapa para que

tus padres encuentren un tesoro.

### **Realiza en tu cuaderno**

- 1.- ¿Qué estrategias utilizaste para encontrar el tesoro?
- 2.- ¿Te fue fácil descubrir las pistas para encontrar el tesoro? ¿Por qué?
- 3.- ¿Qué capacidades crees que utilizaste más? ¿Por qué?

## ¿Qué aprenderás?

Aprenderás a proponer diversas respuestas a una misma tarea motriz, a partir de tu experiencia y las aportaciones de tus familiares, para poner en práctica el pensamiento divergente y así enriquecer tus posibilidades motrices y expresivas.



## Arma tu boliche y juega

Puedes utilizar botellas de plástico, latas o conos de papel higiénico y puedes utilizar pelotas de diferentes tamaños e incluso hacer una con papel reciclado y cinta.

Decora las botellas o los conos de papel, acomódalos a 3 pasos de distancia, luego a 4 pasos, rueda una pelota para tirar los pinos, pueden utilizar distintos tamaños de pelotas e incluso variar la distancia para tirar, no olvides utilizar todo tu cuerpo para lanzar la pelota. Pongan acuerdos y normas para

## ¿Qué aprenderás?

Aprenderás a realizar un collage nutritivo con el apoyo de tu familia en el que identificarás los grupos alimenticios.



## Collage Nutritivo

Vamos a practicar hábitos en familia.

Realiza un collage con recortes de revistas de los grupos de alimentos, vas a ocupar varias revistas o periódicos, una cartulina, tijeras, pegamento y marcadores.

Escribe en tu cuaderno:

1. ¿Cuáles son los grupos de alimentos que consumes?
  2. ¿Qué alimento te gusta más y que te aporta en tu nutrición?
- Ayuden a sus padres a cocinar y conocer que ingredientes ocuparan y de que grupo alimenticio consumirás,

## ¿Qué aprenderás?

Aprenderás a buscar información respecto a COVID 19 como son los síntomas, formas de trasmisión y medidas de prevención y pondrás en practica los hábitos de higiene.



## Eliminando a COVID- 19

Vamos a practicar hábitos en familia.

En esta actividad buscaras toda la información relacionada respecto al COVID-19. ¿cuáles son los síntomas? ¿cómo se transmite? y ¿cuáles son las medidas de prevención?

Juega a "Elimina a COVID-19 Dibújale a cada integrante de la familia en el dorso de la mano con una figura que representara al virus, el propósito es que al final del día se termine borrando el dibujo, lavándose las manos frecuentemente con agua y jabón. Ganan dos puntos x día si logran

