



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

**Recrea**  
Educación para refundar 2040



Educación



**Re**crea  
Educación para refundar 2040



**Educación Física**  
**Primer Grado**



### **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.**

## ¿Qué aprenderás?

### Propósito de la actividad:

Que el alumno analice la interacción motriz que se establecen en las estaciones del circuito de acción motriz, así como lo que necesitan para alcanzar la meta.

### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

#### **Estación 1:**

- Una pelota mediana y un cesto o caja de cartón.

#### **Estación 2:**

- Una pelota mediana.

## Circuito en pareja

Realizarán el siguiente circuito de acción motriz con la ayuda de algún familiar, el cuál consta de 4 estaciones. Elige los espacios convenientes para cada una de ellas.

**Estación 1: “Lanzar, cabecita y canasta”.** Una persona lanza la pelota (distancia mínima de 4 metros) a otra, y éste tratará de golpearla con la cabeza y atinarle a un cesto de basura o caja de cartón. Lograr 5 encestes.

**Estación 2: “10 dominadas”.** Entre las dos personas y frente a frente, dominar la pelota entre los dos al menos 10 veces, sin que se les caiga.

## ¿Qué aprenderás?

### Propósito de la actividad:

Que el alumno analice la interacción motriz que se establecen en las estaciones del circuito de acción motriz, así como lo que necesitan para alcanzar la meta.

### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

#### Estación 3:

- 10 objetos diversos (medianos).

Ejemplo: un peluche, un zapato, etc.

#### Estación 4:

- Un gis y una pelota mediana.

## Circuito en pareja

Estación 3: “Traslado 10”. Entre dos personas trasladar 10 objetos, sin usar las manos de un punto a otro (5 m).

Estación 4: “Frontón con el pie”. Marcar una línea en la pared paralela al piso y a una altura de un metro. En pareja, patearán la pelota, tratando de que la pelota rebote en la pared, por encima de la línea marcada y alternando turnos para patear. Reto: hacerlo 15 veces consecutivas sin que dé más de un bote en el piso.

## Circuito en pareja

### Variantes:

**Pueden modificar las reglas de cada estación o los materiales.**

### Sugerencias para padres de familia:

**Si es posible, traten de realizar el circuito con diferentes personas de la familia y valorar los resultados que alcancen. Remítanse a la evaluación de la actividad para reflexionar en la interacción motriz realizada durante las actividades.**

### **Evaluación:**

Responde las siguientes preguntas de acuerdo a la interacción motriz durante el circuito desarrollado.

- ¿Cómo fue el apoyo y la comunicación entre ustedes durante el circuito?
- ¿Qué acuerdos establecieron para lograr mejores resultados?
- ¿Qué les favoreció para alcanzar la meta en cada estación?

## ¿Qué aprenderás?

### **Propósito de la actividad:**

**Que el alumno identifique la lógica del juego “curling”, sus reglas, normas y que reconozca las consecuencias de infringirlas.**

### **Recursos didácticos y materiales a utilizar:**

**Computadora e internet.**

## ¿Curling?

Realiza una investigación breve, sobre cómo se juega el “curling”, sus reglas y normas. Complementa tu investigación observando los siguientes dos videos:

<https://www.youtube.com/watch?v=4ZKE-GXtk3Q>

<https://www.youtube.com/watch?v=v2MagIsyupM>

## ¿Curling?

### Variantes:

**Realiza una propuesta básica de cómo se podría jugar el “curling” en tu casa.**

### Sugerencias para padres de familia:

**Observen también los videos sobre cómo se juega el “curling” y adáptenlo para jugar en casa, desde sus posibilidades, espacios y materiales.**

### **Evaluación:**

Anexa tu propuesta para jugar el “curling” en casa.

Responde las siguientes preguntas:

- ¿Cuál es la lógica del juego?
- ¿Cuáles son sus reglas y normas básicas?
- ¿Cuáles son las consecuencias de infringir las reglas?
- ¿Cómo se aplica esta última pregunta en tu vida cotidiana?

