



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

**Recrea**  
Educación para refundar 2040



Educación



**Re**crea  
Educación para refundar 2040



## Educación Física Segundo Grado

### **Aprendizaje esperado**

**Toma decisiones a favor de la participación colectiva en situaciones de iniciación deportiva y deporte educativo, para promover ambientes de aprendizaje y actitudes asertivas.**

## ¿Qué aprenderás?

### Propósito de la actividad:

Que el alumno fomente la coordinación de acciones en juegos cooperativos para el logro de una meta y que establezca roles, funciones y momentos de participación.

### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

**Una tabla o un palo de escoba.**

**Una pelotita de periódico.**

**Un balde o cesto de basura.**

**Cronómetro.**

## **Lanza, batea, catcha y encesta**

Explicación de la actividad: En pareja, uno lanza la pelota de periódico lo más distante posible de acuerdo al espacio disponible, y la otra persona batea con la tabla o palo de escoba. La persona que lanzó, ahora catcha la pelota y la pasa a la persona que bateó, quien, a su vez tratará catcharla y de encestar la bolita en el balde o cesto de basura. Si la pelota no es catchada y cae al suelo, inicia de nuevo el proceso: lanzar, batear, catchar y encestar. Realizar 10 encestes continuos.

# Lanza, batea, cacha y encesta

## Variantes:

**Puedes cambiar los materiales o las reglas de juego, para hacerlo más divertido y con mayor grado de dificultad.**

## Sugerencias para padres de familia:

**De ser posible, hagan otra pareja entre la familia y realicen el mismo juego. Contesten las preguntas para la evaluación de esta actividad y reflexionen todos juntos sobre ello.**

## **Evaluación:**

Registra el tiempo que emplearon para la actividad.

Responde las siguientes preguntas de acuerdo a la coordinación de acciones que realizaron durante el juego.

¿Qué acuerdos establecieron para que lanzar, batear, cachar y encestar, fuese más fácil para ustedes?

¿Cómo fue el apoyo y la comunicación entre ustedes?

## ¿Qué aprenderás?

### Propósito de la actividad:

**Que el alumno fomente la coordinación de acciones en juegos cooperativos para el logro de una meta y que establezca roles, funciones y momentos de participación.**

### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

**5 platos numerados, 5 costalitos o pelotitas de periódico y un dado.**

## Lanzamientos de precisión

### Explicación de la actividad:

Colocar cinco platos desechables juntos, lo más lejos posible del área de lanzamiento (4-5 m). Cada plato tiene un valor diferente. Plato 1=1 punto; plato 2=2 puntos; plato 3=3 puntos; plato 4=4 puntos; plato 5=5 puntos. De forma posterior, lanzar tres veces un dado, y de acuerdo al número total de puntos en los tres tiros, ese mismo número, lo formarán con los tiros a los platos.

## ¿Qué aprenderás?

### **Propósito de la actividad:**

Que el alumno fomente la coordinación de acciones en juegos cooperativos para el logro de una meta y que establezca roles, funciones y momentos de participación.

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

5 platos numerados, 5 costalitos o pelotitas de periódico y un dado.

## Lanzamientos de precisión

Ejemplo: si el total de puntos en el dado es de 18 por los tres lanzamientos, entonces tendrían que acertar tres costalitos en el plato 5, y un costalito en el plato 3, que en suma son 18 puntos. Una vez realizado, repetirlo por tres rondas. Al término de cada ronda, realizarán una serie de ejercicios físicos para fortalecer brazos, abdomen, espalda y piernas. Entre los dos participantes acordarán y propondrán los ejercicios para tal fin, así como el número de repeticiones convenientes en cada uno de ellos.

# Lanzamientos de precisión

## Variantes:

**Puedes cambiar los materiales o las reglas de juego, para hacerlo más divertido y con mayor grado de dificultad.**

## Sugerencias para padres de familia:

**Participar durante el juego y realizar propuestas a la actividad de acuerdo al desempeño de sus hijos. Pueden hacer propuestas para que sea más fácil o más difícil, de acuerdo al interés de sus hijos, espacio y materiales que dispongan.**

## **Evaluación:**

Responde las siguientes preguntas de acuerdo a la coordinación de acciones que realizaron durante el juego.

1. ¿Cómo fue el apoyo y la comunicación entre ustedes?
2. ¿Qué acuerdos establecieron para lograr mejores resultados?
3. ¿Qué roles y funciones establecieron durante la actividad?

