Recrea

Educación para refundar 2040

¡Así como la vida educa
la educación da vida!
Recrea
Educación para refundar 2040
Educación
Jalisco

Preescolar

Educación Física

Presentación

En las presentes fichas didácticas encontrarás una propuesta para el desarrollo de una unidad didáctica para el mes de octubre. Incluimos las intenciones pedagógicas de cada sesión que la conforman.

Se considera una actividad específica por sesión y las orientaciones didácticas y las sugerencias de evaluación para la integración de otras actividades que promuevan el logro de la intención pedagógica.

UNIDAD DIDÁCTICA:

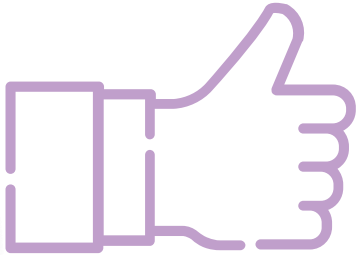
Eje: Competencia motriz.

Componente pedagógico didáctico:
Desarrollo de la motricidad.

Aprendizaje esperado:
“Utiliza herramientas, instrumentos y materiales en actividades que requieren de control y precisión en sus movimientos”

Recomendaciones Generales

Considera las siguientes orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación que te proponemos para el diseño o adecuación de otras actividades motrices de acuerdo a las características de tu contexto, materiales e intereses de tus alumnos, que favorezcan el logro de la intención pedagógica planteada para todas las sesiones.



En la presente unidad didáctica se pretende que el alumno identifique y experimente distintas posibilidades de control y precisión en sus movimientos, al utilizar diferentes materiales; favoreciendo la sana convivencia en familia.

¿Qué necesitamos?

- Espacio libre de objetos que representen riesgos.
- Objetos de fácil manipulación y/o adaptados para las actividades.
- Aprovechar los muebles y espacios disponibles, dentro y fuera de casa.
- Ropa adecuada para realizar las actividades.
- Apoyo y participación de cualquier miembro de familia.

Titulo de la unidad

¡Juego y me
divierto
al controlar mi
Cuerpo!

Intención didáctica de la Unidad:

“ Que el alumno identifique y experimente distintas posibilidades de control y precisión en sus movimientos, al utilizar diferentes materiales; favoreciendo la sana convivencia en familia”.

¿Qué temas conoceremos?

- Diferentes tipos de posturas
- Manipulación de objetos
- Control del cuerpo

Imagen 1
Nota: esta imagen muestra a un Niño en equilibro. Control del cuerpo. CC BY-SA-NC. s.f.

¿Qué queremos lograr?

Sesión 1.
Intención Pedagógica:

"Exploren el control de su cuerpo al manipular distintos objetos, asumiendo diferentes posturas e identificando sus posibilidades".

¡Para Iniciar!

¡Juguemos a las Estatuas de Marfil!

Utilizar una franela o paliacate sobre tu cabeza, es un requisito para jugar.

Preguntar al alumno:
¿Sabes cómo puedes controlar tu cuerpo?

El alumno durante el juego:
¿Logró mantener en equilibrio su cuerpo al realizar las diferentes posturas, sin dejar caer el material de su cabeza?

Sesión 1: Controlo mis posturas

Organización:

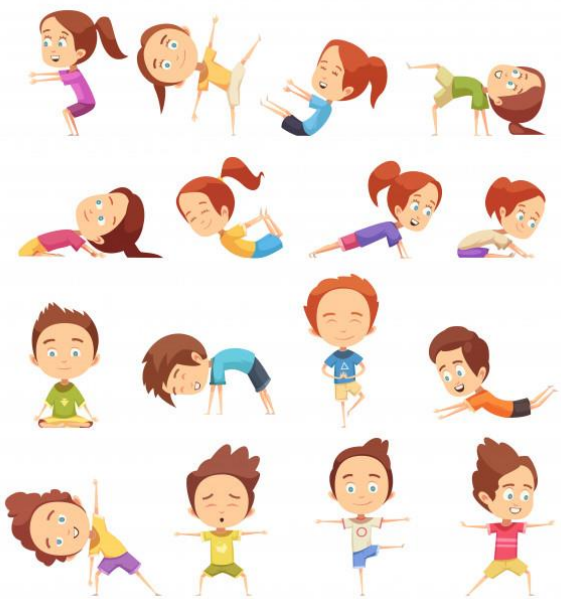
Adecuar un espacio al interior o exterior de la casa .

Pida la colaboración del alumno, para tener disponibles los materiales a utilizar.

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Bolas de calcetín
- Globos
- Juguetes
- Botes de plástico
- Otros.

¡A Jugar!



https://www.freepik.es/vector-gratis/ninos-haciendo-coleccion-yoga_ 5970737.htm#page=1&query=ninos%20del%20movimiento&position=11

Descripción de la actividad:

- Se le pedirá al alumno que realice con su cuerpo una estatua, una garza, un avión, un árbol, manteniendo la posición y contando hasta el número 5; (como variante a la actividad solicite al alumno proponga más posturas a imitar).

¡A Jugar!

Descripción de la actividad:

- Juego en el que el alumno y su familiar tomarán diferentes objetos (uno a la vez) y lo colocarán sobre la cabeza, contarán hasta el número 10, intentando que no caiga el material; continuando con otros materiales, colocándolos sobre su hombro, pierna, pie… en diferentes posturas: hincado, sentado, parado en un pie, etc.

- Motive al alumno en sus esfuerzos mediante un reconocimiento ¡chócala!

Productos/ Retroalimentación

¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

Señala la actividad que te gustó más:

Estatuas de marfil ◯

Actividad del control de objetos en el cuerpo ◯

Menciona la postura que se te dificultó más, para mantener el control del cuerpo

---

¿Cómo te sentiste?

Feliz Triste

Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

Orientaciones didácticas:

- Juegos de imitación en los que representan ideas, personajes, etc.
- Juegos libres en los que se puedan manipular objetos.

Sugerencias de Evaluación:

- Identifica diferentes posturas.
- Ajusta sus acciones de manipulación y estabilidad de acuerdo a sus posibilidades.

¿Qué temas conoceremos?

- Diferentes tipos de desplazamientos
- Manipulación de objetos
- Juego en parejas

¿Qué queremos lograr?

Sesión 2.
Intención Pedagógica:

"Descubran sus posibilidades de precisión de movimientos con diferentes desplazamientos, utilizando materiales variados, a través de juegos".

Imagen 2 . Nota: en esta imagen se muestra a los Niños jugando . Coordinación de movimientos y equilibro. CC BY-SA-NC. s.f.

¡Para Iniciar!

En un breve texto, responde las siguientes preguntas:

Nombra algunas maneras de desplazarte que conozcas

_____

¿Crees que puedes desplazarte con materiales sobre tu cuerpo, y que no se caigan?

Sesión 2: Juego y coordino mis movimientos

Organización:

Se requiere un espacio al interior o exterior de la casa, libre de obstáculos que representen riesgos.

Las actividades se desarrollarán necesariamente con ayuda de un familiar.

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Líneas en el piso de casa o patio (líneas entre mosaico, cemento marcado).
- Pelotita de calcetín, papel periódico, o almohada pequeña
- Dispositivo para escuchar música lenta y rápida

¡A Jugar!

Descripción de la actividad:

Juguemos en parejas:

- Desplazarse por las líneas del piso, el alumno, sigue a la persona que lo guía.
- Se colocan la pelotita de calcetín o periódico, en distintas partes del cuerpo, sin dejarla caer al piso. Variar los desplazamientos: caminando, de puntas, en talones.
- Sentados frente a frente, con piernas cruzadas (de moñito), las manos entrelazadas detrás de la cabeza, inclinarse desde la cadera, hacia la derecha e izquierda, siguiendo el ritmo de la música sin perder el equilibrio; a manera de espejo (uno dirige el movimiento y el otro lo imita).

Productos/ Retroalimentación

¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

Señala la actividad que te gustó más:

- Caminar sobre las líneas ◯
- Sentados y balanceándose al ritmo de la música ◯

¿Cuántas estrellas consideras te ganaste al realizar las actividades, con entusiasmo?

Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

Orientaciones didácticas:

- Juegos de imitación en las que combinen diversas formas de desplazamientos y recuperación del equilibrio.

Sugerencias de Evaluación:

- Ajusta sus acciones de locomoción, manipulación y estabilidad de acuerdo a sus posibilidades.
- Realiza movimientos y desplazamientos manteniendo el equilibrio.

¿Qué temas conoceremos?

- Juego en parejas
- Control y precisión al lanzar y atrapar
- Respeto a las reglas

¿Qué queremos lograr?

Sesión 3.
Intención Pedagógica:

"Incrementen el control que tienen de su cuerpo al desplazarse y manipular objetos respetando las reglas del juego".

Imagen 3. Nota: se observan niños con globos . Juego Voli-globo. CC BY-SA-NC s.f.

¡Para Iniciar!

En un breve texto, responde las siguientes preguntas:

¿Puedes desplazarte lanzando y atrapando objetos, sin dejarlos caer?

¿Cómo lo harías?

Sesión 3: Acepto el Reto con Respeto

Organización:

Disponer de un espacio libre de objetos que representen riesgos, dentro o fuera de casa.

Las actividades se desarrollarán necesariamente con ayuda de un familiar.

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Globos
- Pelotas de papel periódico
- Cordón de estambre
- Tapaderas de botes pequeños
- Cubeta de plástico
- Tapaderas de garrafones de agua
- Pinzas plásticas para sujetar la ropa

¡A Jugar!

Descripción de la actividad

Sin desplazarse, jugar con un globo o pelota de papel golpeándolo varias veces sin dejarlo caer.

- Caminar por algún espacio golpeando el globo, o lanzando y atrapando una pelota de papel sin dejarla caer, mínimo 5 veces.

- Golpear el globo o pelota de papel, con alguna tapadera de un bote, pero ahora con el reto “que sea con mayor altura sin dejarlo caer”.

¡A Jugar!

Descripción de la actividad:

- Voli-globo: con un cordón de estambre de pared a pared, para simular una red y con algún familiar jugar a golpear el globo de un lado a otro del cordón el mayor tiempo posible, el reto será llegar a un minuto sin dejarlo caer.
- Malabares: con un familiar, intentar lanzar y atrapar tres objetos pequeños (uno a la vez); el reto será sin dejarlos caer y desplazándose por el espacio disponible.

Productos/ Retroalimentación

¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

Menciona la actividad que te gustó jugar más:

_____

¿Lograste cumplir algún reto? Cuál?

_____

Señala ¿Cómo te sentiste al respetar las indicaciones y reglas de los juegos?

Contento Enojado

Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

Orientaciones didácticas:

- Retos Motores en los que transporten y manipulen diferentes objetos.
- Actividades circenses en las que se enfatice el control y precisión de la manipulación.

Sugerencias de Evaluación:

- Demuestra las diversas acciones que es capaz de realizar.
- Coordina la manipulación de diferentes objetos.

¿Qué temas conoceremos?

- Combinar acciones motrices.
- Control y precisión de movimientos.
- Valorar los logros.

Imagen 4. Niños equilibrio. Combinación de acciones motrices https://pixabay.com/es/vectors/ni%C3%B1o-ni%C3%B1os-dibujo-mujeres-ni%C3%B1a-1298788/. s.f.

¿Qué queremos lograr?

Sesión 4.
Intención Pedagógica:

"Combinen y coordinen acciones motrices con las que demuestren el control y precisión de sus movimientos, valorando sus logros"

¡Para Iniciar!

En un breve texto, responde las siguientes preguntas:

¿Haz logrado combinar acciones motrices?

Menciona alguna combinación de acciones motrices que haz realizado.

Sesión 4: ¿Logro controlar mi cuerpo?

Organización:

Antes de iniciar la actividad tener a la mano los materiales a utilizar, en un espacio libre y limpio, con el apoyo del alumno.

Imagen 5. Nota: Esta imagen muestra manos y pies. Marcas en el piso manos y pies. CC BY-SA-NC. s.f.

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Dos palos de escoba unidos con cinta (viga de equilibrio)
- Un paliacate o trapo
- Un globo
- Marcas en el piso de un pie, dos pies, una mano con un pie.

Imagen 6. Nota: Esta imagen muestra una escoba que puede ser utilizada como Viga de equilibrio. Hernández. C. 2020

¡A Jugar!

Descripción de la actividad:

Circuito de 5 estaciones:

1ra. Estación:
Caminar por encima de los 2 palos de escoba unidos (simulando una viga de equilibrio), ida y vuelta. (variante: caminar y golpear un globo sin dejarlo caer y sin bajar de la viga).

2da. Estación:
Gatear alrededor de un mueble de su casa, llevando un paliacate o trapo en su espalda. (variante: colocar el trapo en otra parte del cuerpo, donde el alumno proponga).

¡A Jugar!

Descripción de la actividad:

3ra. Estación:

Mantenerse en equilibrio sobre un pie representando un avión, durante 10 segundos (variante: cambiar de posición imitando el número 4).

4ta. Estación:

Saltar sobre las marcas que se encuentran en el piso, como indica la imagen (dos pies, un pie, una mano con un pie).

5ta. Estación:

Realizar una actividad de equilibrio que el alumno proponga, utilizando los materiales de esta sesión.

Productos/ Retroalimentación

¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

¿Cuál estación se te hizo más difícil realizar? La N°___ ¿Por qué?

_____

¿Qué actividad propusiste para la 5ta. estación de equilibrio?

_____

Nombra una tarea del hogar donde crees que tu papá, mamá o tú realizan equilibrio.

¿Cómo te sentiste al realizar estas actividades?

Contento Enojado

Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

Orientaciones didácticas:

- Circuito de acción motriz con diferentes estaciones, donde coordinen sus acciones manipulando objetos, desplazándose sobre materiales, controlando su cuerpo en situaciones de equilibrio estático y dinámico.

Sugerencias de Evaluación:

- Ajusta sus acciones de locomoción, manipulación y estabilidad, de acuerdo con sus nociones espaciales.
- Realiza desplazamientos en varias posturas, manteniendo el equilibrio en distintos espacios.
- Propone tareas en las que deba superar un reto.

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.
- Propiciar la responsabilidad conjunta en la organización y recolección de materiales utilizados.
- Acompañar al alumno a dar respuesta a las evaluaciones de cada sesión, de manera honesta.
- Enviar la información solicitada, por los conductos indicados.

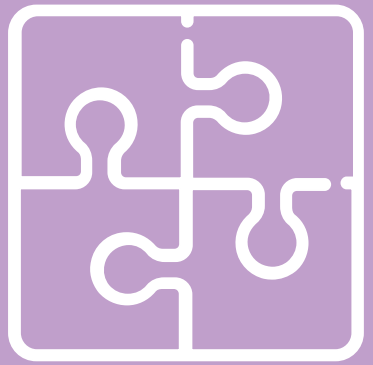
ANEXOS.

GLOSARIO

- **Educación Física. Educación básica**

Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación

ttps://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/basica-educ-fisica/1LpMEducacion-Fisica_Digital.pdf



DIRECTORIO

Enrique Alfaro Ramírez
Gobernador Constitucional del Estado de Jalisco

Juan Carlos Flores Miramontes
Secretario de Educación del Gobierno del Estado de Jalisco

Pedro Dìaz Arias
Subsecretario de Educción Básica

Juan Chávez Ocegueda
Director de Formación Integral

Emma E. Solórzano Carrillo
Encargada del Despacho de la Dirección de Educación Física y Deporte

César Hernández Martínez
Luis Agustín Díaz Fararoni
Teresa Barrón Díaz
Ana María Orendain Medrano
Autores:

Josué Gómez González
Diseño gráfico

Educación

Jalisco
GOBIERNO DEL ESTADO