



# Recrea

Educación para refundar 2040





¡Así como la vida educa  
la educación da vida!



**Recrea**  
Educación para refundar 2040



Educación



Secundaria



## Juego de la Oca Interactivo.

Educación Física 2° grado

Semana 9

## APRENDIZAJE ESPERADO:

Descubrir y fortalecer el conocimiento de sí mismo al participar en retos motrices y de expresión corporal en los que interactúan con los demás.

### TEMA:

Retos motrices.

Juego de la Oca interactivo

### EJE:

Competencia motriz



# ¿Qué necesitamos?



## **Materiales:**

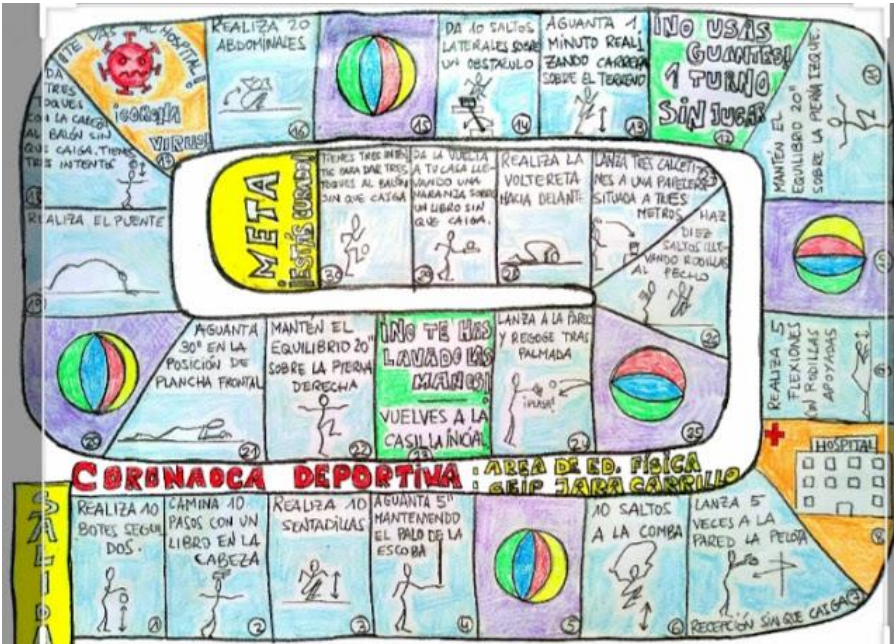
- 1 Cartulina blanca
- Lápiz y colores.
- 2 dados; también puedes utilizar la app de dados.
- Regla.
- Botella de agua.
- ¡Mucha creatividad e imaginación!

## **Otros no indispensables pero bastante útiles:**

- Dispositivo móvil y/o computadora para poner música de tu agrado.



## ¡Para Iniciar!



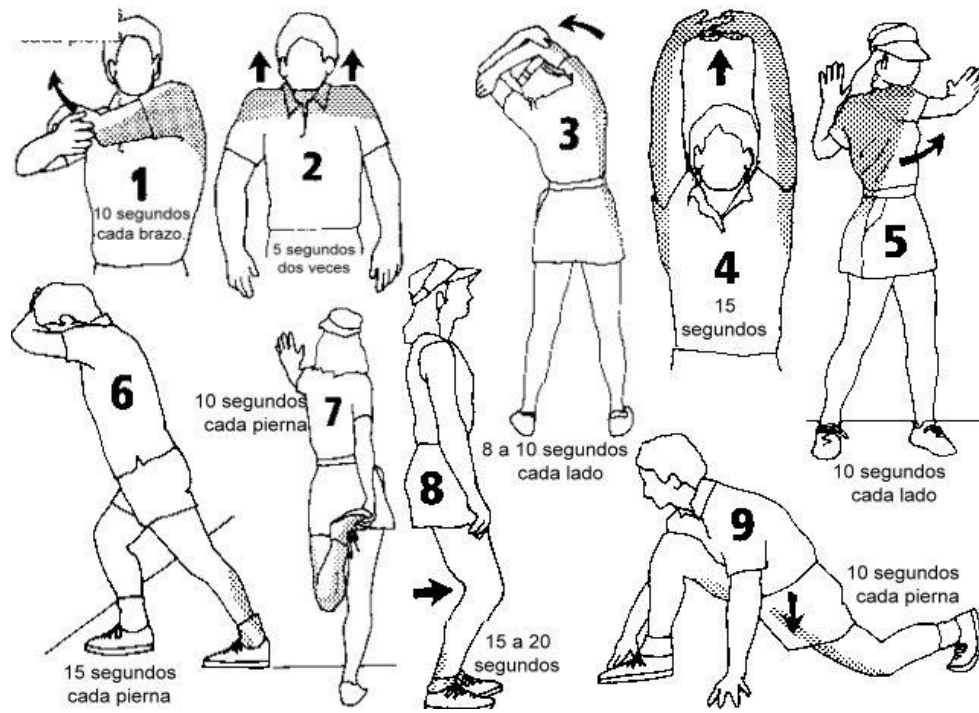
- 1) Investigar en internet o con tus familiares: ¿Qué es un estilo de vida saludable? Regístralo en tu cuaderno (reserva las respuestas, podrás incluirlas en tu juego).
- 2) Diseñar en una cartulina un JUEGO DE LA OCA, te podrás apoyar del internet o preguntando entre tus familiares como se juega; mínimo deberá contener 20 espacios, recuadros o turnos (guíate con la ilustración).
- 3) Numera cada recuadro, dibuja y colorea dentro de cada uno, una actividad física o reto a realizar. Podrás utilizar objetos de tamaño mediano o regular para incluirlos en las actividades.



- 4) Del tamaño de la cartulina diseñarás tu juego (puedes apoyarte con una regla), en donde a parte de utilizar tu CREATIVIDAD, podrás incluir retos o ejercicios físicos con objetos como libros, cubetas, vasos, palos, sillas, etc., también podrás incluir preguntas acerca de salud, nutrición o incluir música de ciertos bailes.
- Puedes apoyarte de los ejercicios que haz hecho en actividades anteriores.
- 5) Invita a jugar a tus amigos o familiares, ten a la mano agua para hidratarte.

Comenzamos.....

¡A  
Trabajar!



*Un poco de  
calentamiento antes  
de jugar!!!*

- Realiza cada ejercicio de la ilustración, en un lugar amplio y cómodo, invita a tu familia y amigos para realizarlos juntos.



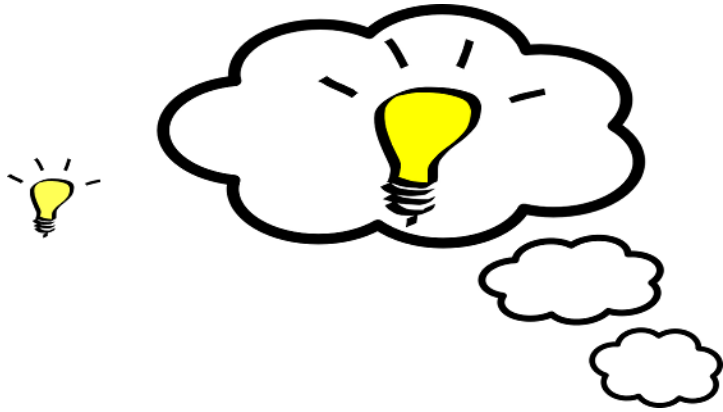
¡A  
Trabajar!



Toma tus dados.....

- Coordinen para saber quien inicia el juego.
- Coloquen sus tiros en el orden acordado.
- Nota: Es importante que adaptes los retos o actividades del juego para los jugadores, pensando en que si adultos mayores participan, no se vayan a lesionar.
- Tira de los dados, haz lo que se te indica en el recuadro y a divertirse!!!.

## Productos/ Retroalimentación



Registra y contesta en tu  
cuaderno.....

¿Qué aprendizajes te genera el diseño de este juego?

¿Cómo te sientes al realizar esta actividad?

¿Qué ejercicio o reto crees que tienes que fortalecer?

¿Qué piensas que tu cuerpo comunica a los demás al realizar actividad física?

¿Cómo impacta la convivencia familiar con este tipo de juegos?

•¿Cómo favorecen estas actividades en los estilos de vida saludable?

## Diviértete en Familia!!!



- Es importante que en este tiempo de aislamiento, desarrolles juegos o actividades para realizar en casa, además de poder realizar adaptaciones a juegos para que toda la familia participe y a su vez aprendan a realizar actividad física e ir incorporando estilos de vida saludables.
- TODOS pueden participar y divertirse, además de que les ayudará a desarrollar su motricidad e ir evaluando su desempeño para mejorarlo día a día.

# DIRECTORIO

Enrique Alfaro Ramírez  
Gobernador Constitucional del Estado de Jalisco

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

Pedro Díaz Arias  
Subsecretario de Educación Básica

Álvaro Carrillo Ramírez  
Encargado del Despacho de Educación Secundaria

**Autores:**  
Luz María Sánchez Rodríguez

**Diseño gráfico**  
Josué Gómez González





Educación

