



# Recrea

Educación para refundar 2040





¡Así como la vida educa  
la educación da vida!



**Recrea**  
Educación para refundar 2040



Educación





Preescolar

***Educación Física***

## OBJETIVO DE LA FICHA DIDÁCTICA

En la presente ficha didáctica encontrarás una propuesta para el desarrollo de una unidad integral para el mes de diciembre y enero. 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:**

*Integración de la corporeidad.*

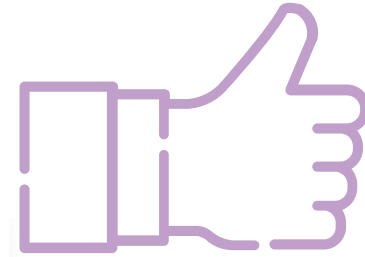
**Aprendizaje esperado:**

*“Identifica sus posibilidades expresivas y motrices en actividades que implican organización espacio-temporal, lateralidad, equilibrio y coordinación”.*



## 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 al participar en **actividades lúdicas, le permitan reconocer y experimentar sus posibilidades expresivas y motrices**, utilizando mayormente **sus capacidades perceptivas, e identificando sus emociones** que se generen.

## ¿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.



Título de la  
unidad

¡Soy único y  
aprendo en el  
entorno!

Intención didáctica de la unidad:

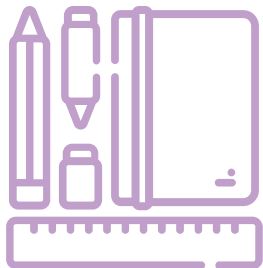
"Que el alumno reconozca y experimente sus posibilidades expresivas y motrices, al participar en actividades lúdicas, en las cuales utilice mayormente sus capacidades perceptivas, propiciando identificar sus emociones que se generen".



¿Qué temas conoceremos?

¿Qué queremos lograr?

- *La estructura corporal y sus diferentes tipos de movimiento.*
- *Expresión de diferentes emociones.*



**Imagen 1.** Nota: Imagen adaptada de Educación Física. Primer grado (p 9), por Margarita Sada, 2010. Secretaría de Educación Pública.

Sesión 1.

**Intención pedagógica:**

“Reconozcan las diferentes partes del cuerpo y sus posibilidades de movimiento, participando en juegos y expresando diferentes emociones”.

¡Para  
iniciar!



Realiza las siguientes actividades:

- Ejecuta algunos movimientos que puedes hacer con las siguientes partes del cuerpo:

Extremidades inferiores: piernas, pies (si se requiere darle ejemplos como caminar, saltar, correr).

Extremidades superiores: brazos, manos (si se requiere darle ejemplos como lanzar, atrapar, jalar).

- Menciona dos alimentos que te hacen sentir feliz.

## Sesión 1: ¡Así soy yo!

### 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:

- Música.
- Globo, bola de calcetín ó pelota pequeña.

¡A jugar!



Descripción de la actividad:

"Juguemos a saludarnos"

**Un familiar pone la música y la detiene en cualquier momento.**

- Al escuchar la música todos se desplazan caminando y saludándose con la mano, expresando su alegría; al parar la música, el alumno menciona de qué otra forma pueden saludarse, utilizando otra parte del cuerpo y otra expresión de emoción (triste, enojado, avergonzado, asustado, cansado); nuevamente inicia la música, se saludan con la parte del cuerpo y la emoción propuesta.
- Así sucesivamente hasta saludar con 5 o más partes del cuerpo.

**¡A jugar!**



### **Descripción de la actividad:**

Trasladar de un lado a otro un globo, bola de calcetín o pelota pequeña:

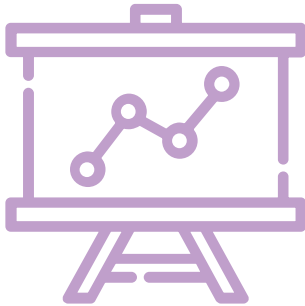
Lanzándolo y atrapándolo con la mano derecha y con la mano izquierda.

Pateándolo con el pie derecho y con el pie izquierdo.

### **Variante:**

Realizar las actividades anteriores, eligiendo la mano y/o pie que se facilite más.

## Productos/ retroalimentación



## ¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

Menciona la forma de saludar que te divirtió más:

---

Menciona con qué lado del cuerpo se te facilitó más realizar la actividad:

Derecho \_\_\_\_\_

Izquierdo \_\_\_\_\_

Dibuja una carita representando cómo te sentiste al jugar con tu familiar

alegre - cansado -

triste

Diseña otras actividades para esta sesión,  
conforme lo siguiente:

### Orientaciones didácticas:

- Tareas motrices en las que identifiquen partes de su cuerpo.
- Actividades de expresión corporal que propicien la manifestación de diferentes estados de ánimo.

### Sugerencias de evaluación:

- Identifica diferentes partes del cuerpo y sus posibilidades de movimiento.
- Expresa diferentes emociones.

¿Qué temas conoceremos?

¿Qué queremos lograr?

- **Los sentidos: oído, vista, tacto, olfato.**



**Imagen 2** . Nota: Imagen adaptada de Educación Física. Primer grado (p 16), por Margarita Sada, 2010. Secretaría de Educación Pública.

Sesión 2.

Intención Pedagógica:

*“Utilicen los sentidos sensoriales a través de formas jugadas para la solución de tareas motrices”.*



**¡Para  
iniciar!**



En un breve texto, responde las siguientes preguntas:

¿Cuáles sonidos escucho en casa?

---

¿Qué observo alrededor de donde estoy?

---

## 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.

Salvaguardar en todo momento la integridad física de los alumnos.

### Recursos didácticos

y materiales a utilizar:

- Paliacates.
- Juguetes pequeños y grandes.
- Alimentos diferentes.



¡A jugar!



Descripción de la actividad:

### Juego "Las escondidas"

-El familiar se esconde y realiza percusiones (sonidos con palmadas, palmadas-piernas, golpes pies-piso, chasquidos dedos); el alumno, ante el estímulo auditivo, llegará a al lugar donde se ubique el familiar. Repetir en otros escondites.

**Variante:** Intercambiar roles, el familiar con los ojos vendados y el alumno realiza percusiones con partes de su cuerpo para que lo encuentren.

¡A jugar!



**Imagen 3.** Nota: Esta imagen muestra un niño vendado, para identificar estímulos táctiles y olfativos  
<https://i.pinimg.com/originals/79/09/c7/7909c7068893c9567be68225a60fecf1.jpg> CC BY-SA-NC s.f.

Descripción de la actividad:

## Juego "La gallina ciega"

-El familiar acerca al alumno varios juguetes, el alumno con los ojos vendados ante el estímulo táctil, identificará de uno en uno qué juguetes está tocando.

**Variante:** Intercambiar roles, el familiar con los ojos vendados y el alumno acerca los juguetes para que el familiar mencionen sus características.

¡A jugar!



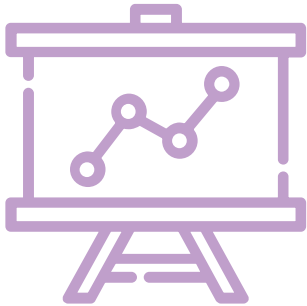
Descripción de la actividad:

**"La gallina ciega"**  
(continuación)

-El Alumno con los ojos vendados, identificará ante el estímulo olfativo, qué alimentos le acerca su familiar.

**Variante:** Intercambiar roles, el familiar con los ojos vendados y el alumno acerca alimentos para que los identifique.

## Productos/ retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo  
que hicimos hoy?

Señala la actividad que se te facilitó  
más:

- Seguir diferentes sonidos.
- Identificar características de  
objetos.
- Identificar aromas de alimentos.

Subraya la emoción que sentiste al  
realizar la actividad de seguir  
sonidos:

alegría - confianza - nervios

## Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

### Orientaciones didácticas:

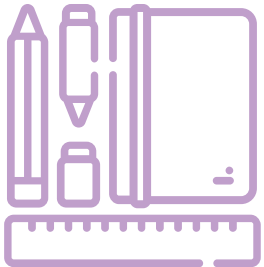
- Juegos sensoriales dirigidos a identificar sonidos, voces, personas u objetos que se esconden colocan o emiten en ciertos lugares.
- Juegos sensoriales donde reconozcan sus posibilidades motrices y canalicen la seguridad y confianza al hacer uso de los sentidos.

### Sugerencias de evaluación:

- Identifica diferentes estímulos: visual, auditivo, táctil, olfativo de acuerdo a sus posibilidades .
- Participa en juegos tradicionales identificando sonidos, voces, aromas, objetos y lugares.

## ¿Qué temas conoceremos?

- Ubicación espacio-temporal y lateralidad:  
**Arriba-abajo**  
**Adelante-atrás**  
**Derecha-izquierda**



## ¿Qué queremos lograr?

### Sesión 3.

#### Intención pedagógica:

“Aplicuen nociones básicas para la ubicación espacio-temporal, así como la lateralidad, en diferentes acciones que contribuyen a solucionar retos”.





¡Para  
iniciar!



En un breve texto, responde a las siguientes preguntas y consignas:

¿Sabes cuál es tu mano derecha?

-Mueve la mano derecha hacia arriba.

¿Sabes cuál es tu pie izquierdo?

-Salta hacia tu lado izquierdo.

## Sesión 3: Los retos me motivan

### 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.

Para mayor seguridad, pegar las huellas de papel al piso con cinta adhesiva.

### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Huellas de 4 pies derechos y 4 pies izquierdos.
- Paliacate o trapo.
- 2 listones.
- Música.
- Reloj o cronómetro.



¡A jugar!



Descripción de la actividad

### Reto "Bailar como títere"

En parejas, el familiar se coloca parado atrás del alumno, van unir los dos pies derechos con el listón y lo mismo con los dos pies izquierdos.

-La pareja unida por los pies bailará al ritmo de la música; dando dos pasos laterales a la derecha, dos a la izquierda; tres pasos hacia adelante y tres hacia atrás, variando el número de pasos.

**Variante:** Unir las dos manos y realizar movimientos hacia arriba, hacia abajo, mover la mano derecha, mover la mano izquierda, etc.

¡A jugar!



Imagen 1: Saltos con pies juntos



Imagen 1: Saltos con un solo pie

**Imagen 4.** Nota: Imagen adaptada, para orientación espacial. Elaboración propia Hernández. C. 2020. México

Descripción de la actividad

### Reto "Cruzar el río"

Colocar las huellas de papel en el piso como lo muestra la imagen.

-El alumno pasará saltando sobre las huellas con los pies juntos; saltar hacia adelante, con un giro a la derecha, hacia adelante, con un giro a la izquierda. El familiar que trabaja con el alumno puede hacerlo primero para poner el ejemplo (imagen 1).

**Variante:** Colocar las huellas separadas en diferentes posiciones para que el alumno salte con un solo pie según la huella que corresponda, manteniendo el equilibrio (imagen 2).

¡A jugar!



## Descripción de la actividad

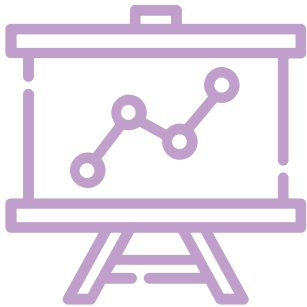
### **Reto "Cuidado con lo que pisas"**

Colocar las huellas de papel (obstáculos) separadas en el piso, al alumno se le tapan los ojos.

- Pasar descalzo por el camino tratando de no pisar ninguna huella, el familiar orientará al alumno con indicaciones: ¡adelante! ¡izquierda! ¡derecha! ¡atrás! para lograr pasar al otro lado sin pisar las huellas. Al término participa otro miembro de la familia y lo orienta el alumno.

**Variante:** Tomar tiempo e intentar superarlo en cada intento, o cambiar el acomodo de las huellas.

## Productos/ retroalimentación



## ¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

Subraya la actividad que te gustó  
jugar más:

Bailar como títere



Cruzar el río



Cuidado con lo que  
pisas



¿Lograste cumplir algún reto?

¿Cuál(es) fue(ron)? \_\_\_\_\_

## ¿Cómo valoras tu desempeño en estos retos?

Lo logré  
hacer  
fácilmente

Lo logré  
hacer

Requiero  
Mejorar

## Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

### Orientaciones didácticas:

- Formas jugadas involucrando patrones básicos de movimiento, ubicación espacial y lateralidad.

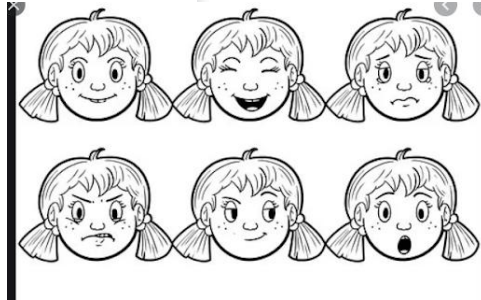
### Sugerencias de evaluación:

- Demuestra las diversas acciones que es capaz de realizar.
- Ajusta sus acciones de locomoción y estabilidad de acuerdo con nociones espaciales y de lateralidad (arriba-abajo, adelante-atrás, derecha-izquierda).

¿Qué temas conoceremos?

¿Qué queremos lograr?

- Movimientos a través de desplazamientos.
- Observaciones e imitación de posturas, posiciones, sonidos y acciones.
- Diferentes emociones.



**Imagen 5.** Nota: Esta imagen muestra caritas con expresiones de diferentes emociones

[https://cdn.pixabay.com/photo/2019/10/03/09/59/drawing-4522856\\_340.jpg](https://cdn.pixabay.com/photo/2019/10/03/09/59/drawing-4522856_340.jpg) CC BY-SA-NC s.f.

#### Sesión 4.

Intención pedagógica:

“Exploren el control de las posturas y las posiciones que adoptan ante diferentes estímulos auditivos y visuales distinguiendo las emociones que surgen de la actividad”.





¡Para  
iniciar!



Que el alumno responda las  
siguientes preguntas:

¿De cuántas maneras te sabes  
desplazar de un lugar a otro?

¿Cómo te sientes hoy?

Alegre -

Triste -

Enojado -

Tranquilo -

## Sesión 4: Conozco y vivo mis emociones

### Organización:

Buscar previamente dibujos (recortes, láminas, etc.) de los animales sugeridos.

Preparar tarjetas con caritas de emociones.

Espacio libre y seguro para que desplazarse los alumnos.

Las actividades se desarrollarán necesariamente con ayuda de un familiar.

### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Dibujos individuales de los siguientes animales: gato, perro, serpiente, conejo, pez.
- Tarjetas con caritas dibujadas de diferentes emociones: alegría, tristeza, miedo, enojo, sorpresa, tranquilidad.

¡A jugar!



Descripción de la actividad:

### Juego "Memorama dinámico"

- Se colocan los dibujos de los animales y las tarjetas de emociones hacia abajo, en forma de memorama.
- Por turnos, cada participante, elige un tarjeta y un dibujo, sin mostrarlo a los demás.

A continuación, se desplazará en el espacio determinado, imitando los movimientos del animal y la emoción elegidos (las dos consignas se realizan juntas) por ejemplo: pez-enojado, gato-triste, etc.



¡A jugar!



**Imagen 6.** Nota: Imagen adaptada para juego de memorama dinámico. Elaboración propia Barrón.T. 2020. México.

## Descripción de la actividad:

Los demás participantes, adivinan cuál animal se imita y la emoción que expresa.

La manera de imitar, puede ser libre o con estos movimientos sugeridos:

Gato= gatear (6 puntos de apoyo).

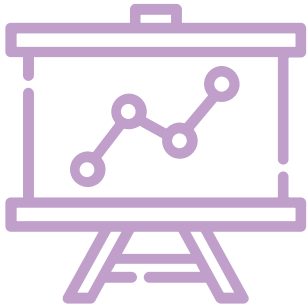
Perro= desplazarse en 4 puntos de apoyo.

Conejo= saltar.

Serpiente= reptar o caminar en zig-zag.

Pez= desplazarse imitando el movimiento en el agua.

**Productos/  
retroalimentación**



¿Qué nos gustó de lo  
que hicimos hoy?

¿Cuál animal imitaste con  
más facilidad?

---

¿Cuál imitación fue la más  
divertida?

---

¿Cómo te sientes al  
terminar el juego?



## Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

### Orientaciones didácticas:

- Tareas motrices en las que deban imaginar o imitar situaciones con base en la observación de diversas imágenes que muestren posturas, posiciones, movimientos, sonido, acciones y eventos.
- Actividades de expresión corporal en las que imiten e identifiquen diferentes emociones (alegría, tristeza, sorpresa y demás).

### Sugerencias de evaluación:

- Ajusta sus acciones de locomoción, de acuerdo con sus posibilidades de movimiento.
- Adapta sus movimientos de acuerdo a las consignas que se indican para superar retos.
- Ajusta Identifica y expresa diferentes emociones.

## ¿Qué temas conoceremos?

- Secuencias de ritmo, con movimiento.
- Control de la respiración.
- Exploración de las percusiones corporales.



**Imagen 7.** Nota: Esta imagen muestra un robot que hace referencia a las actividades a realizar.

[https://cdn.pixabay.com/photo/2018/02/19/04/10/robot-3164180\\_340.png](https://cdn.pixabay.com/photo/2018/02/19/04/10/robot-3164180_340.png) CC BY-SA-NC s.f.

## ¿Qué queremos lograr?

### Sesión 5.

#### Intención pedagógica:

“Adaptan sus acciones motrices ante diferentes estímulos auditivos, identificando los cambios en su respiración, incrementando su conciencia corporal”.

¡Para  
iniciar!



Que el alumno responda las siguientes preguntas y/o consignas:

¿Puedes aplaudir y marchar al mismo tiempo? ¿Cómo lo harías?

- Salta y aplaude cinco veces.
- Realiza un ejercicio de respiración, exagerando la inhalación y exhala soplando con mucha fuerza.
- Hazlo otra vez, pero ahora tapa con tus manos las orejas.



# Sesión 5: ¡Robot con ritmo!

## Organización general :

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:

- Almohaditas, cojines pequeños o bolsas de plástico.
- Una caja u olla pequeña
- Palito o cuchara de madera o plástico.

¡A jugar!



## Descripción de la actividad:

### "Robot descompuesto"

- Se colocan separadas en el piso algunas almohaditas, cojines o bolsas de plástico (materiales a los que llamaremos pilas).
- A continuación, el familiar del alumno marca un ritmo utilizando la caja de cartón u olla pequeña, golpeándola con un palito o cuchara para que se escuche el sonido por 5 o 10 segundos. Mientras se escuchan los sonidos, el alumno podrá imitar a un robot caminando, saltando, bailando o marchando, sin tocar lo que está en el piso (pilas).

¡A jugar!



Descripción de la actividad:

**"Robot descompuesto"** (continuación)

Cuando pare el sonido, podrá sentarse en una pila sin moverse, para recargar energía.

- Al estar sentado, respira profundo y lento; vuelve a iniciar siguiendo el ritmo.
- La actividad completa se repite tres veces.

**¡A jugar!**



Descripción de la actividad:

“Robot matemático”

- Golpear la caja u olla pequeña con el palito o la cuchara dos veces, e indicarle al alumno que cada vez que se oigan los sonidos tiene que saltar hacia adelante o arriba, la misma cantidad de veces que escuchó. Se puede mostrar el ejemplo para ayudar al alumno. Se repite la actividad cinco veces.
- Se realizarán tres respiraciones profundas, marcando en la caja u olla tres golpes para inhalar y tres para exhalar.

¡A jugar!



Descripción de la actividad:

"Robot matemático" (continuación)

- **Variante:** realizar percusiones (sonidos con palmadas, pies-piso, palmadas-piernas, chasquidos dedos); el alumno, ante el estímulo auditivo, contará la cantidad de sonidos que percibe.

## Productos/ retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo  
que hicimos hoy?

Señala la actividad que te  
gustó más:


El robot descompuesto


El robot matemático

¿Por qué?

---

¿Cómo te sentiste al jugar  
con tu familiar?

contento 

enojado 

## Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

### Orientaciones didácticas:

- Retos motores basados en seguir o reproducir un ritmo con movimientos y percusiones corporales.
- Cantos y rondas motrices que incluyan cambios en el control de su respiración.

### Sugerencias de evaluación:

- Identifica diferentes tipos de secuencias rítmicas y percusiones corporales.
- Adapta sus acciones de locomoción de acuerdo a estímulos auditivos.

## ¿Qué temas conoceremos?

- Formas de desplazamientos.
- Tipos de equilibrio.
- Manipulación de objetos.
- Emociones que provocan las actividades.



**Imagen 7.** Nota: Esta imagen muestra caritas con expresiones de diferentes emociones.

[https://cdn.pixabay.com/photo/2020/04/28/04/38/emoticons-5102737\\_340.png](https://cdn.pixabay.com/photo/2020/04/28/04/38/emoticons-5102737_340.png) CC BY-SA-NC s.f.

## ¿Qué queremos lograr?

### Sesión 6.

#### Intención pedagógica:

“Adaptan su desempeño al participar con desplazamientos y el control del equilibrio al manifestar emociones durante las actividades”.



¡Para  
iniciar!



Que el alumno realice las siguientes actividades:

- Camina por una línea que encuentres en el piso de tu casa.
- Ahora cierra los ojos y camina por la misma línea.
- Mantén una posición de equilibrio y cuenta hasta el 5; si lo logras, grita de emoción.
- Colócate en otra posición de equilibrio y ahora cuenta hasta 10; si lo logras grita de emoción.

## Sesión 6: Exatlón de las emociones

### Organización:

Es necesario delimitar las áreas de juego para pasar de un espacio a otro.

Se requieren al menos dos espacios 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:

- 1 Pañuelo.
- 3 Pinzas de la ropa.
- 1 Cubeta.
- 1 Cuerda para saltar o lazo para tender la ropa.
- 2 Escobas y/o trapeador.
- 1 Botella de plástico.
- 6 clips u objetos pequeños.
- 2 recipientes de cocina (plástico).
- 4 caritas felices en papel y 4 caritas tristes que pueden elaborarse y dibujarse.

¡A jugar!



Descripción de la actividad:

### "Exatlón"

Se realizará en un circuito lineal pasando por cuatro retos (estaciones consecutivas). Se describe la organización previa al reto para tener los materiales necesarios.

Para el primer reto, el alumno se anudará el pañuelo en su mano derecha, con la cual no podrá tomar los objetos (clips); para finalizar la segunda parte del reto, se anudará el pañuelo en la mano izquierda y regresará los clips con la mano derecha al punto de inicio.

¡A jugar!



Descripción de la actividad:

Organización:

- Se coloca en el piso un recipiente con los clips o palillos, y otro recipiente vacío separado a 1 ½ metros entre sí.

### **Reto 1. "Flash"**

- A la indicación de salida deberá tomar sólo un clip con la mano izquierda y llevarlo al otro recipiente lo más rápido posible, manifestando diferentes emociones en cada traslado: alegre, enojado, triste, asustado, etc. hasta terminar de trasladar los clips. para finalizar el reto, se regresan los clips de uno a uno al punto de inicio, utilizando la otra mano.

**¡A jugar!**



Descripción de la actividad:

Organización:

- Colocar una escoba en el piso (será nuestra lancha), el alumno se coloca parado arriba de la lancha y podrá caminar sobre ésta sin bajarse, para realizar la actividad. En el extremo de la lancha se coloca la botella de plástico (que será el pez) y el alumno sujetará una escoba o trapeador para iniciar.

**Reto 2. "Paseando al pez"**

- Golpear con la otra escoba, la botella de plástico (será el pez), llevándolo alrededor de la lancha, hasta completar una vuelta completa, sin caerse de la lancha.

**¡A jugar!**



Descripción de la actividad:

- Si lo logra, recibirá una carita feliz y se le indica hacerlo de regreso en sentido inverso hasta el punto de inicio.
- Si no lo logra, se le dará una carita triste, invitándolo a repetir la actividad para mejorar su desempeño.

¡A jugar!



## Descripción de la actividad:

Organización:

Se colocará en el piso una cuerda para saltar o lazo para tender la ropa. Se deberá vendar los ojos del alumno y prepararlo descalzo para que se guíe por el sentido táctil.

### Reto 3. "Puente ciego"

- Caminar por el puente hasta terminarlo. Termina el reto regresando pero caminando hacia atrás.
- Si lo logra, recibirá una carita feliz.
- Si no lo logra, se le dará una carita triste, invitándolo a repetir la actividad para mejorar su desempeño.

¡A jugar!



Descripción de la actividad:

Organización:

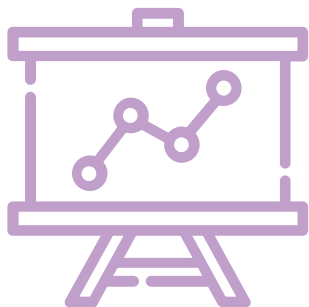
Se deberá colocar una línea de tiro con el pañuelo, y una cubeta que esté separada a 1 mt. de la línea de tiro.

#### **Reto 4 "Pozo de los deseos"**

- Desde la línea de tiro, lanzar las pinzas de la ropa a la cubeta de una en una. Si no lo logra, deberá ir por la pinza y regresar a la línea de tiro para insertarla.
- Cuando lo logre, recibirá una carita feliz.
- Valoren el esfuerzo realizado del alumno, contando las caritas felices que recibió durante los retos.



## Productos/ retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo  
que hicimos hoy?

Marca cuántos retos superaste en el  
exatlón de las emociones:



uno

dos

tres

cuatro

---

Menciona el reto más difícil.

---

¿Cuáles emociones te sucedieron el  
exatlón ?

## Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

### Orientaciones didácticas:

- Terrenos de aventura para que exploren sus posibilidades motrices a partir de diferentes acciones (lanzar, objetos en diferentes posturas, desplazarse en diferentes niveles, sortear obstáculos en diferentes direcciones.

### Sugerencias de evaluación:

- Identifica diferentes tipos de desplazamientos, manipulación y de ubicación espacial.
- Ajusta sus acciones de locomoción y manipulación de acuerdo a nociones espaciales.

## Ideas para la familia:

- Su apoyo es totalmente necesario.
- Consideren que el alumno aprende a partir del error.
- Se invita al familiar a precisar y corregir de ser necesario.
- 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.
- En esta unidad se da relevancia a las emociones, por lo que se les invita a respetar la manifestación de ellas reflejadas por los alumnos, y motivarlos para mejorar la tolerancia a la frustración.
- Enviar la información solicitada, por los conductos indicados.

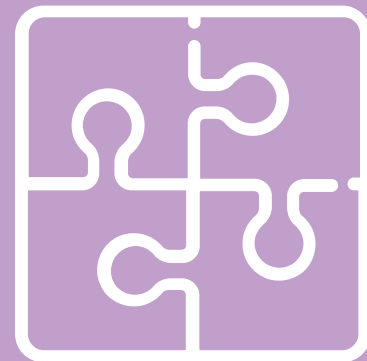
# ANEXOS.

## GLOSARIO

- Educación Física. Educación básica  
Plan y programas de estudio, orientaciones  
didácticas y sugerencias de evaluación



[https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/basica-educ-fisica/1LpMEducacion-Fisica\\_Digital.pdf](https://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 Díaz Arias

**Subsecretario de Educación 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

