



Recrea

Educación para refundar 2040





¡Así como la vida educa
la educación da vida!



Recrea
Educación para refundar 2040



Educación





Primaria

Educación Física

Sexto Grado

Objetivo de la ficha didáctica

En la presente ficha didáctica encontrarás una propuesta para el desarrollo de una unidad didáctica para el mes febrero. 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:

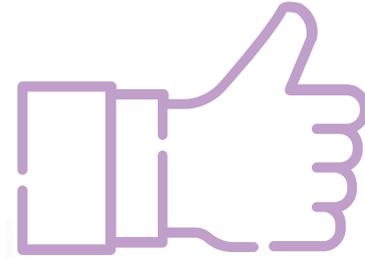
Integración de la corporeidad.

Aprendizajes esperado:

“Fortalece su imagen corporal al afrontar desafíos en el juego, la expresión corporal y la iniciación deportiva, para manifestar un mayor control de su motricidad”.

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 manifieste saberse y sentirse capaz de afrontar los problemas, adaptarse a los cambios en cada situación, interactuar, lograr acuerdos, establecer metas comunes y resolver los desafíos.



Titulo de la unidad

“Controlando mi motricidad”.



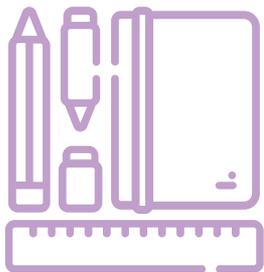
Imagen 1. Adaptada de *Educación Física Quinto grado* (p. 98) por González, C. Huesca, Israel. (2011) Secretaría de Educación Pública.

Intención didáctica de la unidad:

“El alumno fortalece su imagen corporal a través de la resolución de desafíos manifestando un mayor control de su motricidad”.

¿Qué temas conoceremos?

- Control de su motricidad.
- Actividades de expresión corporal.



¿Qué queremos lograr?

Sesión 1.

Intención pedagógica:

“Que el alumno reconozca su potencial motriz y expresivo mediante un desafío de expresión corporal manifestando el control de su motricidad”.



¡Para iniciar!



En tu cuaderno de trabajo, realiza las siguientes actividades.

En sesiones anteriores investigaste la definición de expresión corporal, recorta y pega 5 imágenes donde se esté utilizando.

Explica las imágenes seleccionadas a un familiar donde se manifieste la expresión corporal.

Sesión 1: “Te desafío en un baile”.

Organización:

Se realiza en un espacio de la casa, patio, etc.

Se realiza individual, en binas o más integrantes.

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Reproductor de música.
- Selección de una canción por participante.



Imagen 2. Adaptada de *Educación Física Tercer grado* (p. 50) por González, C. Huesca, Israel. (2011) Secretaría de Educación Pública.

¡A jugar!



Descripción de la actividad

En compañía de un familiar resolverán éste desafío, cada uno elegirá una canción.

Se enumerarán uno y dos.

El reto consiste en que el número uno pondrá su canción y un movimiento corporal (paso de baile), el número dos repetirá el movimiento corporal y agregará uno más y así sucesivamente hasta finalizar la canción.

Al finalizar la canción se hace el cambio de roles.

¡A jugar!

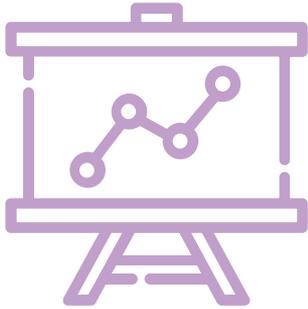


Descripción de la actividad

Variantes: Se puede cambiar de canción cuando alguno fallé en un algún movimiento corporal.

También se puede utilizar algún material o implemento para realizar el desafío.

Productos/ Retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

Comparte con tu familia tus respuestas a las siguientes preguntas :

¿Qué expresiones motrices y expresivas utilizaste en el reto?

¿Qué necesitas mejorar o corregir para tener más control de tus movimientos?

Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

Orientaciones didácticas:

La imagen corporal vinculada a la percepción que los alumnos tienen de sí, se manifiesta en el hecho de saberse y sentirse capaces de afrontar los problemas, adaptarse a los cambios en cada situación, interactuar con sus compañeros, lograr acuerdos, establecer metas comunes y resolver los desafíos.

Para ello, planifique actividades donde los alumnos reconozcan su potencial motriz o expresivo.

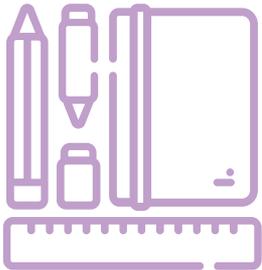
Sugerencias de evaluación:

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Demuestra interés por participar en los desafíos.
- Respetar las propuestas de los compañeros.

¿Qué temas conoceremos?

- Habilidades y capacidades motrices.
- Potencial motriz y expresivo.



¿Qué queremos lograr?

Sesión 2.

Intención pedagógica:

“Que el alumno reconozca su potencial expresivo y lo manifieste, mediante movimientos rítmicos mostrando una actitud positiva”.



¡Para iniciar!



En un breve texto, responde las siguientes preguntas en tu cuaderno:

- ¿Reconoces tus potencialidades expresivas? Menciona algunas.
- Explica con tus palabras ¿Qué son los movimientos rítmicos?

Sesión 2: “Tik Tok”.

Organización:

Se realiza en un espacio de la casa, patio, cochera.

La actividad se realiza individual o en parejas.

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Dispositivo celular o reproductor de música.
- Música.



Imagen 3. Adaptada de *Educación Física Quinto grado* (p. 38) por González, C. Huesca, Israel. (2011) Secretaría de Educación Pública.

¡A jugar!



Descripción de la actividad

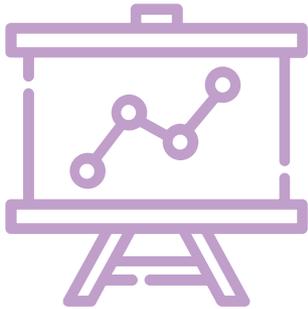
El desafío consiste en diseñar una coreografía donde muestres los bailes de tik tok que conozcas, utiliza tu creatividad y movimientos corporales, e inventa tu propio baile de tik-tok.

Posteriormente enlaza en una sola coreografía tu propio baile con las anteriores.

Reta a un familiar para que lo repita.

Variantes: Cada integrante crea una coreografía, posteriormente enlazan entre todos y crean un baile de tik tok familiar.

Productos/ Retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

Comparte con tu familia la experiencia que tuviste al realizar la coreografía y marca con una “X” tu actuación en la siguiente tabla:

Excelente	Bueno	Regular
No tuve dificultad para crear la coreografía. Puse a prueba mi potencial expresivo.	Se me dificultó un poco, no realicé los movimientos propuestos de manera fluida.	Tuve dificultad, no logré hacer la coreografía.

¿Tú actitud fue positiva durante el reto?

Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

Orientaciones didácticas:

Planifique actividades donde los alumnos reconozcan su potencial motriz y expresivo y lo manifiesten en una situación que implique un desafío, por ejemplo un proyecto didáctico en el que deban:

- Identificar, por equipos, las capacidades, habilidades y destrezas de cada uno, para proponer situaciones prácticas donde las manifiesten (bailar, actuar, diseñar juegos, contar chistes, resolver pistas o acertijos, esquivar obstáculos, superar pruebas deportivas, etcétera).

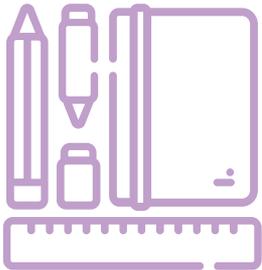
Sugerencias de evaluación:

Para evaluar a los alumnos pida como evidencias los siguientes materiales:

- Presentación verbal de las propuestas de actividades.
- Instrumento de autoevaluación sobre la organización, participación y resultados.

¿Qué temas conoceremos?

- Habilidades y destrezas motrices.
- Control de la motricidad.
- Actividad de iniciación deportiva.



¿Qué queremos lograr?

Sesión 3.

Intención pedagógica:

“Que el alumno afronte desafíos de iniciación deportiva para manifestar un mayor control de su motricidad”.



¡Para iniciar!



En un breve texto, responde las siguientes preguntas en tu cuaderno:

- ¿Sabías que en las actividades de iniciación deportiva también te expresas corporalmente?
- Menciona 3 que hayas jugado y comenta que habilidades y capacidades utilizaste en ellas.

Sesión 3: “Lanzando ando”.

Organización:

Se realiza en un espacio libre donde se pueda pintar un cuadro de 2 metros.

Puede ser individual o en parejas.

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Dos pelotitas hechas con periódico o de calcetín.
- Cinta o gis para poner líneas.
- Pelota de vinil.



Imagen 4. Adaptada de *Educación Física Cuarto grado* (p. 32) por Platas Amparo 2011. Secretaría de Educación Pública.

¡A jugar!



Descripción de la actividad

Para iniciar se pintará un cuadro de 2 metros con gis en el piso o colocando cintas. En el centro se colocará la pelota de vinil grande.

El alumno se colocará a 3 metros de distancia del cuadro, ya ubicado en la línea realizará tres lanzamientos con la pelotita pequeña tratando de sacar la pelota del cuadro. Si lo logra gana 1 punto.

Posteriormente se coloca la pelotita pequeña en el cuadro y con la otra pequeña se vuelven a realizar 3 lanzamientos intentando sacarla. Si lo logra gana 1 punto.

¡A jugar!



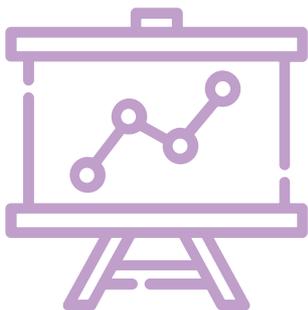
Descripción de la actividad

Se realizan tres rondas para ver cuantos puntos se obtuvieron.

Es importante que propongan diferentes formas de hacer el lanzamiento (lanzamiento de beisbol, de boliche, etcétera).

Variante: Se puede realizar en parejas donde vayan alternando el turno del lanzamiento hasta lograr sacar la pelota entre ambos. Tratando de que se realice en menos lanzamientos.

Productos/ Retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

Comparte con tu familia tus respuestas a las siguientes preguntas :

¿La participación y actitud que manifestaste fue suficiente para lograr el desafío?

Explica qué capacidades, habilidades, experiencias y potencialidades utilizaste en el juego.

Explica si tu propuesta fue un desafío para los demás y puso a prueba su potencial motriz.

Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

Orientaciones didácticas:

Diseñe actividades en el cual los alumnos pongan a prueba su potencial motriz o expresivo y lo manifiesten en una situación que implique un desafío:

- Explicar que sus propuestas sirven para desafiar a sus compañeros en actividades en las que saben que tienen mayor potencial.
- Solicitar que planifiquen la implementación grupal de cada actividad con el fin de anticipar qué recursos se necesitarán para llevarlas a cabo.

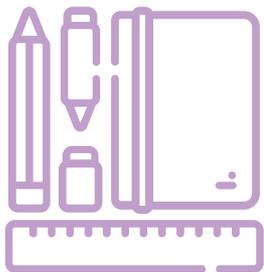
Sugerencias de evaluación:

Pautas que debe manifestar el alumno en su desempeño:

- Demuestra interés por participar en desafíos.
- Respeta las propuestas de sus compañeros.

¿Qué temas conoceremos?

- Habilidades, capacidades y destrezas motrices.
- Resolver pistas o acertijos.
- Control de la motricidad.



¿Qué queremos lograr?

Sesión 4.

Intención pedagógica:

“Que el alumno afronte desafíos, manifestando su control de motricidad para resolver acertijos respetando las propuestas de los demás.”



¡Para iniciar!



En un breve texto, responde las siguientes preguntas en tu cuaderno:

- ¿Qué es para ti el control de la motricidad?
- ¿Te gustan los acertijos?
¿Por qué?

Sesión 4: Acertijos en la casa.

Organización:

Espacio en toda la casa.
La actividad se realiza
entre dos o más
integrantes de la familia.

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- 10 papelitos.
- Pluma o lápiz.
- Diversos materiales u objetos que se tengan en casa para utilizarlos en los desafíos.



Imagen 5. Adaptada de *Educación Física Quinto grado* (p. 14) por González, C. Huesca, Israel. (2011)
Secretaría de Educación Pública.

¡A jugar!



Descripción de la actividad

Un integrante de la familia anotará un acertijo en cada papelito, hasta completar 5.

Posteriormente deberá esconderlos en toda la casa, el primer papel se le dará al niño, en dicho papel estará escrito la pista que lo conducirá al siguiente papelito, el objetivo es ir buscando los papeles y realizando las actividades hasta completar los 5.

Enseguida se intercambian los roles, el alumno diseñará los acertijos para que su familiar lo resuelva, usando su creatividad y experiencia.

¡A jugar!



Descripción de la actividad

Te damos algunos ejemplos de acertijos:

1. Tengo 4 patas pero no camino, soy tan fuerte que puedo soportar tu peso corporal, me visitas todas las noches para descansar... (al encontrarme darás 5 saltos).
2. Soy brillante y todos los días me ves y te veo, te imito en tus movimientos siempre... (al encontrarme harás 3 caras chuscas).
3. En mí guardas muchas cosas, en especial alimentos, todos los días tomas algo de mí... (al encontrarme bailarás cumbia).

¡A jugar!

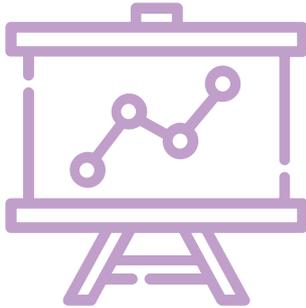


Descripción de la actividad

En caso de quedarse atorado en algún acertijo puede solicitar una pista realizando una prueba motriz.

Variantes: Pueden esconder los 10 papelitos a la vez y cada quien buscar sus 5 papelitos correspondientes, gana el primero que logre el desafío.

Productos/ Retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

Comparte con tu familia acerca de tu desempeño en la actividad y responde estas preguntas en un texto breve.

¿Lograste realizar el reto? ¿Por qué?

¿Respetaste las propuestas de los demás en el desafío?

¿Utilizaste tu creatividad para proponer diferentes y divertidos acertijos?

Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

Orientaciones didácticas:

Promueva la autoevaluación y coevaluación de las acciones, motivando que los alumnos expliquen que capacidades, habilidades, destrezas, experiencias y potencialidades tomaron en cuenta para elegir los juegos o actividades.

Con base en estas experiencias, organice una feria de desafíos que incluya las actividades y recursos empleados en el proyecto y replíquela en otros grupos.

Sugerencias de evaluación:

Para evaluar a los alumnos pida como evidencias los siguientes materiales:

- Presentación verbal de las propuestas de las actividades.
- Instrumento de autoevaluación sobre la organización, participación y resultados.
- Collage de imágenes de la participación grupal durante las propuestas rítmicas.

Evaluación del desempeño

Es importante que el alumno realice una autoevaluación al haber terminado todas las actividades de ésta secuencia, de ésta forma se dará cuenta del nivel de logro alcanzado, de acuerdo a su desempeño en los retos propuestos.

Marca con una 

Indicadores	Nivel de logro			
¿Fui capaz de diseñar y participar en desafíos creativos?				
¿Logré reconocer mi potencial motriz y expresivo?				
¿Logré tener un mayor control de mi motricidad?				
¿Integré aprendizajes propios y de los demás para elaborar propuestas creativas?				

Ideas para la familia:

- Establezcan un horario en familia para las actividades de educación física.
- Procuren participar todos, así será más divertido y enriquecedor el aprendizaje.
- Reconozcan el esfuerzo y participación de cada integrante de la familia en las actividades.
- Recuerda que antes de iniciar las actividades deben de hacer movimientos articulares.



Imagen 6. Adaptada de *Educación Física. Quinto grado* (p. 12), por González, C. Huesca, Israel. 2011. Secretaría de Educación Pública.

ANEXOS.

Para saber más:

Glosario:

- **Expresión corporal:** Comunicación de un mensaje por medio de gestos y movimientos del cuerpo. (p. 101, SEP, 2011)
- **Motricidad:** Se entiende como la integración de acciones y experiencias propias que implican un razonamiento continuo, la anticipación y la decisión, lo que permite expresar una actuación inteligente. (p.297, SEP, 2011)
- **Potencial motor:** Nivel de aptitud de una persona, referido a la puesta en marcha y combinación de sus posibilidades motrices. Nivel y umbral de desarrollo de las distintas capacidades. (p. 101, SEP, 2011)

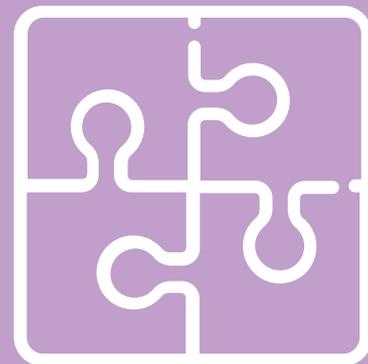


ANEXOS.

Para saber más:

Referencias bibliográficas:

- Secretaría de Educación Pública, (2017). *Aprendizajes clave para la educación integral*. SEP
- https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/basica-educ-fisica/1LpMEducacion-Fisica_Digital.pdf Secretaría de Educación Pública, (2011). *Programa de estudio: Sexto grado. Primaria*. SEP



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

Abraham Fernández Zarate

Adriana Hernández Chávez

Alejandra Livier Tamayo Carbajal

Julio Guillermo Maurin Salcedo

Liliana Isabel Silva Ramos

Autores:

Josué Gómez González

Diseño gráfico





Educación

