



# Recrea

Educación para refundar 2040





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

**Recrea**  
Educación para refundar 2040



Educación





Primaria

Educación Física

**Primer Grado**

## OBJETIVO DE LA FICHA DIDÁCTICA

En la presente ficha didáctica encontrarás una propuesta para el desarrollo de una unidad didáctica para el mes de Marzo. Incluimos las intenciones pedagógicas de cada sesión que la conforman.

Se considera una actividad específica por sesión, 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:**

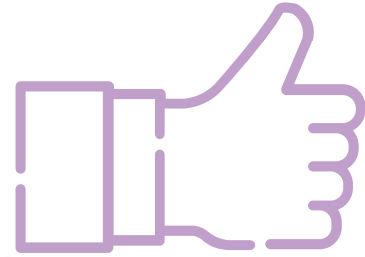
Integración de la corporeidad.

**Aprendizajes esperados:**

- “Emplea distintos segmentos corporales al compartir sus posibilidades expresivas y motrices en actividades y juegos para mejorar el conocimiento de sí”.
- “Explora el equilibrio, la orientación espacio-temporal y la coordinación motriz en actividades y juegos, para impulsar la expresión y control de 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.



Las presentes fichas didácticas están orientadas al docente, por lo que encontrarás recomendaciones y aspectos técnicos del programa de EF; sin embargo, en las actividades y productos, encontrarás un lenguaje dirigido a los alumnos, para facilitarte el compartir las actividades de cada sesión, tanto a padres de familia, como a los mismos alumnos.





## ¿Qué necesitamos?

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



## **Titulo de la unidad**

“Ubico mi cuerpo y juego en mi entorno”

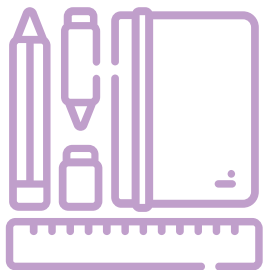
## **Intención didáctica de la Unidad:**

“Que el alumno reconozca su esquema corporal y se oriente en el espacio donde se encuentra, a la vez que comparte sus experiencias con los demás.”



## ¿Qué temas conoceremos?

- Orientación espacio-temporal.
- Esquema corporal.



## ¿Qué queremos lograr?

### Sesión 1.

#### Intención Pedagógica:

“Que el alumno reconozca su cuerpo en rondas dirigidas a la búsqueda de sus posibilidades expresivas y de movimiento, interactuando con algún miembro de su familia ”



**¡Para iniciar!**



**Dialoga con tu familia sobre lo siguiente:**

¿Para que nos sirve identificar las partes de nuestro cuerpo?

¿Por qué es importante saberte orientar en el lugar donde vives?

¿Es importante convivir con tu familia?

# Sesión 1:

## Organización:

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

Participación de un adulto o tutor.

## Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Celular con conexión a internet o una canción que hable sobre las partes del cuerpo.

¡A jugar!



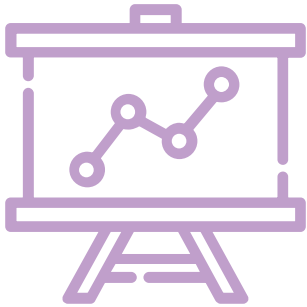
## Descripción de la actividad:

- El adulto buscará en internet una canción que hable sobre las partes del cuerpo, se la pondrá al alumno para que éste la siga al ritmo y movilice las partes del cuerpo que le indique la canción. Si no cuenta con acceso a internet cantarle una canción al alumno donde realice la misma acción, ejemplo, canción del “calentamiento” o “la mané”.

### Variante:

- Buscar una canción diferente que hable de partes del cuerpo que los alumnos no ubiquen.

## Productos/ Retroalimentación



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

Platica con tú mamá o papá sobre lo siguiente:

- ¿Cuántas partes de tu cuerpo lograste identificar?
- ¿Cómo utilizas la orientación en tu vida diaria?
- ¿Porqué es importante que tu familia te apoye durante las actividades?

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

## Orientaciones didácticas:

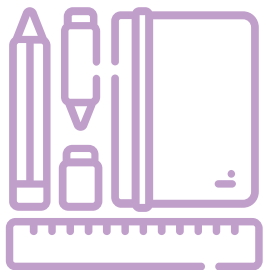
- Proponer actividades lúdicas donde destaquen el reconocimiento corporal, así como ubicarse en el espacio tocando diferentes partes de su casa con alguna parte del cuerpo.

## Sugerencias de Evaluación:

- Ajusta sus movimientos a partir de consignas de juego.
- Fotografía o video de la canción que realizaron.

## ¿Qué temas conoceremos?

- Orientación espacio-temporal.
- Esquema corporal.



## ¿Qué queremos lograr?

### Sesión 2.

#### Intención Pedagógica:

“Que los alumnos refuercen diferentes posturas al ubicarse en el espacio en las actividades propuestas, fortaleciendo los lazos afectivos con su familia”.



**¡Para iniciar!**



**Platica con tus papás sobre los siguientes cuestionamientos:**

- ¿Qué son y para qué nos sirven las posturas?
- ¿Menciona algunas posturas que conozcas?
- ¿Cómo demuestras afecto a tus seres queridos?



## Sesión 2: El Fotógrafo.

### Organización:

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

Participación de un adulto o tutor.

### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Música, grabadora, internet, celular.

¡A jugar!



## Descripción de la actividad:

- El adulto pondrá música de fondo, llamativa para el alumno.
- Mientras suena éste se desplazará de diferentes maneras y en diferentes *espacios* de la casa (bailando, saltando de diferentes formas, etc).
- Cuando el adulto detenga la música gritará una *postura* de algún deporte, por ejemplo (natación, basquetbol, gimnasia, fútbol, clavados, béisbol, ciclismo, lucha, parkour, atletismo, etc.) para que el alumno la realice durante 5 segundos.

**¡A jugar!**



## Descripción de la actividad:

- En ése tiempo el “tomarle” una foto, haciendo la mímica. Después de que le tome irá con el alumno a darle una muestra de afecto (abrazo, beso, chocar las manos, etc).
- Posteriormente volverá a poner la música para repetir la acción hasta que haya realizado todas las posturas propuestas anteriormente (si el alumno propone otro deporte se puede incluir).

¡A jugar!

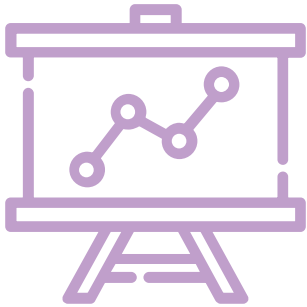


## Descripción de la actividad:

### *Variante*

- Con la misma dinámica pero cambiando el ritmo de la música con otra canción, *el alumno propondrá* distintas posturas de oficios, profesiones y/o animales que conozca y que realizará cuando se detenga la música.
- Por ejemplo, adoptará posturas de perro, oso, ave, tortuga, cangrejo, elefante, jirafa, pingüino, jardinero, agricultor, chofer, barbero, maestro, astronauta, buzo, etc.

## Productos/ Retroalimentación



Comenta con tus papás qué te gustó de la sesión.

Responde estas preguntas.

- ¿Qué nuevas posturas aprendiste?
- ¿Qué diferencia encuentras en las posturas de un portero de fútbol y la de un soldado?
- ¿Cómo te sentiste al recibir una muestra de afecto durante las actividades?

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

### Orientaciones didácticas:

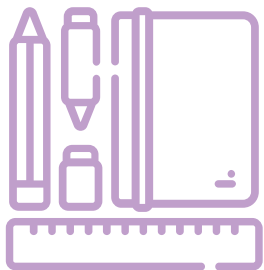
- Se sugiere proponer actividades para identificar las posibilidades de acción de algunas posturas en diferentes ubicaciones dentro de un espacio.

### Sugerencias de Evaluación:

- Dibujo de dos de las posturas que más les gustaron.

## ¿Qué temas conoceremos?

- Orientación espacio-temporal.
- Esquema corporal.



## ¿Qué queremos lograr?

### Sesión 3.

#### Intención Pedagógica:

“Que el alumno demuestre el conocimiento que tiene de sí al poner a prueba la percepción de su entorno en diferentes tareas, intercambiando ideas con las personas que se rodea”.



**¡Para iniciar!**



**Platica con tus papás sobre lo siguiente:**

- ¿Cuántas partes del cuerpo reconoces?
- ¿Cómo empleas las partes del cuerpo en la resolución de tareas?
- ¿Por qué es importante respetar el punto de vista de los demás?



## Sesión 3: Las esculturas humanas

### 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:

- Sin material.

**¡A jugar!**



### **Descripción de la actividad:**

- El adulto y el alumno se colocan frente a frente, inicia la actividad el adulto, él tomará el rol de escultor y el alumno de plastilina.
- El escultor deberá de modelar su escultura (alumno) durante 1 minuto y después intercambiarán los papeles (puede ser un objeto, un animal o una profesión).
- Cuando toque ser plastilina deberás dejar tu cuerpo como el escultor te indique, manteniendo ésa posición hasta que termine el minuto.

**¡A jugar!**

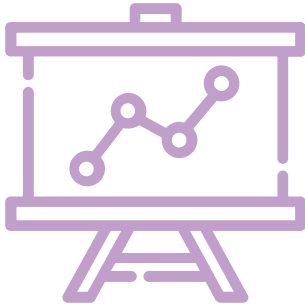


## Descripción de la actividad:

### Variante

- Deberá moldear a la plastilina (alumno) sin tocarlo, solamente diciendo la parte del cuerpo que se debe mover y la forma en que debe colocarla.
- Darle vida a la escultura y hacer que se mueva hacia diferentes lugares.

## Productos/ Retroalimentación



Comenta con tus papás qué te gustó de la sesión.

Responde estas preguntas.

- ¿Fue fácil o difícil moldear al compañero?
- ¿Te agradó la posición en que te pusieron?
- ¿Descubriste alguna parte del cuerpo que no conocías antes?

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

### Orientaciones didácticas:

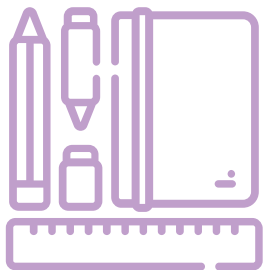
- Proponer actividades que contribuyen a que el alumno realice propuestas de expresión corporal y ubicación del espacio.

### Sugerencias de Evaluación:

- Testimonio de la actividad acerca de las acciones motrices que realizaron.
- Dibujo de la escultura que él mismo inventó.

## ¿Qué temas conoceremos?

- Orientación espacio-temporal.
- Esquema corporal.



## ¿Qué queremos lograr?

### Sesión 4.

#### Intención Pedagógica:

“Que el alumno manifieste y ponga a prueba sus posibilidades expresivas en actividades de gestos y posturas compartiendo con los demás lo que son capaces de hacer”.



**¡Para iniciar!**



**Platica con tus papás sobre lo siguiente:**

- ¿Qué expresan nuestros gestos?
- ¿Te puedes expresar utilizando diferentes partes del cuerpo?
- ¿Cómo te sientes cuando compartes tus propuestas?

## Sesión 4: Los espejos.

### Organización:

Se requiere un espacio al interior, libre de obstáculos que representen riesgos.

Las actividades se desarrollarán necesariamente con ayuda de un familiar

### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Sin material.



**¡A Jugar!**



### **Descripción de la actividad:**

- *El espejo.* El alumno se coloca frente a otra persona. Uno de ellos deberá de imitar los gestos que haga el otro. Por ejemplo: enojado, alegre, triste, temeroso, sorprendido, disgustado, con ira, etc., cambiando de roles al minuto de tiempo.
- *A que sí te ríes.* El alumno deberá estar serio, el adulto deberá de hacer caras y gestos intentando hacerlo reír, si no se ríe en un minuto ganará un punto, sin embargo el adulto le hará cosquillas al termino del minuto para hacerlo reír y cambiar de rol. Ganará el primero que llegue a 3 puntos.

## Productos/ Retroalimentación



## Platica con tus papás sobre lo siguiente:

¿Porqué es importante expresarnos con nuestros gestos?

¿Aprendiste algún nuevo estado de ánimo?

¿Fue fácil o difícil hacer reír a tu compañero de actividad?

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

## Orientaciones didácticas:

- Proponer actividades lúdicas para contribuir al desarrollo de la expresión corporal y gestual.

## Sugerencias de Evaluación:

- Dibuja 5 emojis que representen estados de ánimo.

## Ideas para la familia:

- Su apoyo es totalmente necesario.
- Fomenten la motivación por el esfuerzo realizado y sus logros.
- Acompañar al alumno a dar respuesta a las evaluaciones de cada sesión, de manera honesta.

# ANEXOS.

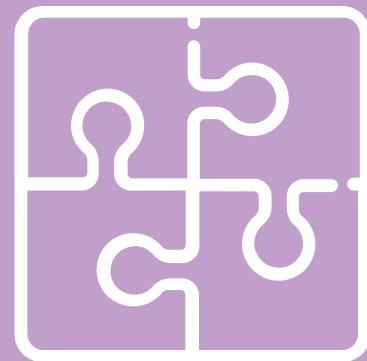
## Para saber más:

Glosario

Jordina Ros y Sonia Alins. Juegos en movimiento. Actividades para la expresión infantil: juegos para la expresión corporal, Gil Editores, España 2001.

Jordina Ros y Sonia Alins. Juegos en movimiento. Actividades para la expresión infantil: juegos de espacio, Gil Editores, España 2001.

Aprendizajes clave para la educación integral. Estrategias didácticas. Educación Física en la Educación Básica. 2018. Oscar Román Peña López



# DIRECTORIO

Enrique Alfaro Ramírez

**Gobernador Constitucional del Estado de Jalisco**

Juan Carlos Flores Miramontes

**Secretario de Educación del Gobierno del Estado de Jalisco**

Pedro Diaz 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**

Paulina Adriana Hidalgo Peñaloza

Marcela Paola Manzo Fregoso

Marcos Abraham Dávila Gómez

**Responsables de Contenido**

Josué Gómez González

**Diseño gráfico**





Educación

