



Recrea

Educación para refundar 2040





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

Recrea
Educación para refundar 2040



Educación





Preescolar

Educación Física

INTRODUCCIÓN DE LA FICHA DIDÁCTICA

En las presentes fichas didácticas encontrarás una propuesta para el desarrollo de una unidad didáctica para el mes de abril. 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:

Creatividad en la Acción Motriz.

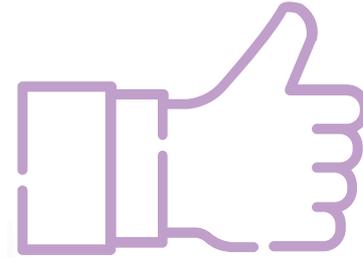
Aprendizaje esperado:

“Propone distintas respuestas motrices y expresivas ante un mismo problema en actividades lúdicas”.



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 manipulación y/o adaptados para las actividades.
- Apoyo y participación de cualquier miembro de familia.
- Aprovechar los muebles y espacios disponibles, dentro y fuera de casa.
- Ropa adecuada para realizar las actividades.



Título de la unidad

¡Soy creativo e
imaginativo!

Intención didáctica de la Unidad:

“Que el alumno reconozca sus posibilidades expresivas y motrices al proponer movimientos creativos ante diferentes situaciones, demostrando mayor confianza”.

¿Qué temas conoceremos?

- Control del cuerpo.
- Habilidades motrices de locomoción y estabilidad.
- Seguridad y confianza.



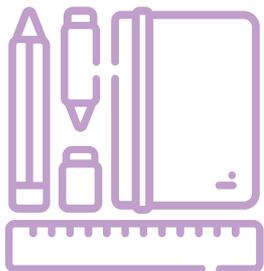
Imagen 1. Nota: Esta imagen muestra una ruleta de animales. [Esta foto](#) de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-NC-ND](#)

¿Qué queremos lograr?

Sesión 1.

Intención Pedagógica:

“Manifiesten ideas al representar diferentes animales por medio de gestos, posturas y movimientos, que contribuyan a fortalecer su seguridad y confianza”.



¡Para iniciar!



Imagen 2. Nota: Esta imagen muestra a un niño imitando a un animal. [Esta foto](#) de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-NC-ND](#)

Con ayuda de papá, mamá o tutor, responde las siguientes preguntas:

¿Conoces cómo se mueven y desplazan los siguientes animales?

- Perro
- Cangrejo
- Pájaro
- Chango

Si tu respuesta es si, imítalos: haz un gesto y desplázate como ellos.

Sesión 1: ¡Elijo a quién imitar!

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:

- Ruleta elaborada en casa o papeletas, con imágenes o nombres de diferentes animales: Perro, chango, elefante, culebra, tortuga, rana, cocodrilo, pingüino, águila, garza, perico, etc.
- Botella de plástico.
- Papeletas con imágenes de jardín o campo, cielo o nubes, río mar.

¡A jugar!



Imagen 3, 4, 5, 6, 7 y 8. Nota: Imágenes que muestran diferentes animales [Esta foto](#) de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-NC](#)

Descripción de la actividad:

La ruleta de los animales:

Delimitar un recorrido de 3 metros de distancia con inicio y final.

El familiar gira la flecha de la ruleta o botella para seleccionar un animal.

En caso de no contar con la ruleta, se colocan las papeletas en círculo con la botella horizontalmente sobre el piso y al centro, o seleccionar animales de revistas, periódicos, etc.

El alumno hará el recorrido imitando como se desplaza el animal seleccionado.

Repetir esta actividad hasta que se imiten al menos a 6 animales.

¡A jugar!

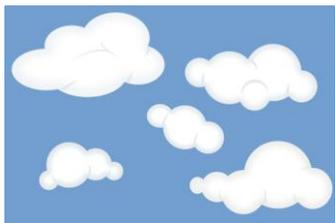


Imagen 9, 10, 11 y 12. Nota: Imágenes que muestra diferentes lugares donde viven o se desplazan algunos animales: cielo, agua y tierra.

[Esta foto](#) de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-SA](#)

Descripción de la actividad:

¡Adivina, adivina quién soy!

El familiar revuelve las papeletas de los diferentes lugares donde se desplazan los animales. El alumno con los ojos cerrados elige una de las papeletas.

El alumno en silencio, se desplaza por el recorrido imitando a un animal que viva en el lugar de la papeleta seleccionada.

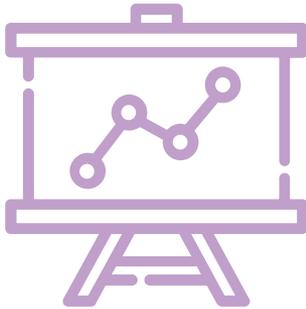
El familiar adivina qué animal es el que imitó el alumno.

Cambiar de roles, el familiar imita al animal y el alumno adivina.

Si el familiar o el alumno no adivinan, se deberá elegir otro animal hasta que lo logren.

*Expresan el logro chocando sus manos.

Productos/ Retroalimentación



Con ayuda de papá o mamá o tutor, responde las siguientes preguntas:

Menciona ¿cuáles animales se te hicieron más fácil de imitar?

Menciona ¿cuáles animales se te hicieron más difícil de imitar?

Señala cómo te sentiste al desplazarte como los animales:

Seguro y 
Confiado

Inseguro y 
Desconfiado

Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

Orientaciones didácticas:

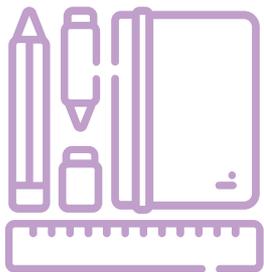
- Actividades motrices que impliquen seguir recorridos e imitar, objetos, animales o personas.
- Cantos y rondas motrices que fomenten la imitación e invención de movimientos y expresiones.
- Actividades de expresión corporal en las que simulen las funciones de diversos objetos al usarlos, los movimientos de algunos animales o las acciones de algunas personas que conocen.

Sugerencias de Evaluación:

- Expresa ideas y emociones por medio de su cuerpo.
- Propone diferentes respuestas ante un problema o reto.

¿Qué temas conoceremos?

- Alternativas de solución.
- Control del cuerpo.
- Habilidades motrices de Locomoción, Manipulación y Estabilidad.
- Autonomía.



¿Qué queremos lograr?

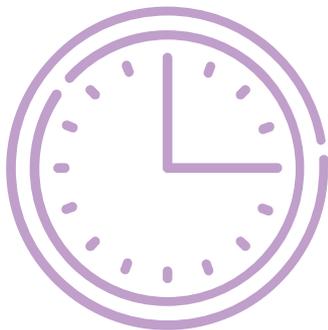
Sesión 2.

Intención Pedagógica:

“Busquen alternativas de solución ante tareas que implican utilizar sus posibilidades expresivas y motrices, mostrando mayor autonomía”.



¡Para iniciar!



Con ayuda de papá, mamá o tutor,
responde las siguientes consignas:

Señala las formas en que puedes
desplazarte:

Caminar

Reptar

Correr

De cangrejo

Gatear

Cuadrupedia

¿Con qué parte del cuerpo te parece
más fácil golpear un globo?

Con las manos

los brazos

los codos

Sesión 2: Me desplazo y expreso de diferentes maneras

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:

- 5 globos.
- Agujetas.
- Bolitas de papel.
- Pinzas para la ropa.
- Palo de escoba.
- Diversos juguetes pequeños.
- 5 prendas de vestir.
- Bote de plástico grande o cubeta.
- 2 dados.

¡A jugar!



Imagen 13. Nota: Esta imagen muestra un par de dados, necesarios para realizar la actividad.

<http://elblogdearcicarmen.blogspot.com>

Descripción de la actividad

Circuito motriz

En este circuito, consideremos solo dos puntos de referencia, A y B, con un máximo de 3 mts. y mínimo de 2 mts. entre ellos.

Juguemos: “Tiro mi dado y la actividad hago”

Las actividades se realizan al lanzar en esta primera parte con un solo dado, ejecutando la acción, según el número que resulte.

¡A jugar!



Imagen 14. Nota: Esta imagen muestra a una niña en cuadrupedia, desplazándose en la actividad. Elaboración propia Barrón, T. 2021

Descripción de la actividad

Juguemos: “Tiro mi dado y la actividad hago”

Cada cara del dado, representa una tarea a realizar.

Número del dado: 1

Acción: Cuadrupedia

Consigna a realizar:

Desde el punto A hasta el B, el alumno se desplaza en cuadrupedia (4 puntos de apoyo), llevando una agujeta sobre la cabeza, sin dejarla caer.

¡A jugar!



Imagen 15 y 16. Nota: Imágenes que muestra a una pareja, manipulando un globo en la actividad a realizar, Elaboración propia Barrón, T. 2021

Descripción de la actividad

Número del dado: 2

Acción: Manipulación

Consigna a realizar:

Desde el punto A, en pareja, trasladar un globo a la vez, sin dejarlo caer, golpeándolo con lo que el alumno elija (brazos, codos, manos), hasta llegar al punto B, donde estará el bote o cubeta para dejar el globo.

Nota: si al lanzar el dado se repite en dos ocasiones el número 2, cambiar la parte del cuerpo que elige para golpear el globo (brazos, codos, manos).

¡A jugar!



Imagen 17 y 18. Nota: Imágenes que muestra a una pareja, manteniendo la estabilidad en la actividad a realizar.. Elaboración propia Barrón, T. 2021

Descripción de la actividad

Número del dado: 3

Acción: Estabilidad

Consigna a realizar:

El familiar se coloca en el piso con 6 puntos de apoyo (caballito).

Desde el punto A, el alumno toma con las pinzas de ropa una bolita de papel, se trepa en el “caballito” y éste lo lleva al bote que está en el punto B, para dejar la bolita de papel.

El “caballito” debe moverse ligeramente al desplazarse, para que el alumno logre equilibrar su cuerpo.

¡A jugar!



Imagen 19. Nota: Esta imagen muestra a una pareja, en la actividad a realizar. Elaboración propia Barrón, T. 2021

Descripción de la actividad

Número del dado: 4

Acción: Manipulación

Consigna a realizar:

El alumno lleva una agujeta en la mano desde el punto A, se desplaza reptando hasta el punto B, donde estará el familiar de pie, sosteniendo el palo de escoba de manera vertical; el alumno, sube colocando una mano arriba de la otra trepando sobre el palo, hasta quedar de pie y anuda la agujeta en el palo.

¡A jugar!



Imagen 20. Nota: Esta imagen muestra a una niña, en la actividad a realizar.
Elaboración propia Barrón, T. 2021

Descripción de la actividad

Número del dado: 5

Acción: Cangrejo

Consigna a realizar:

El alumno se desplaza en 4 puntos de apoyo con el abdomen hacia arriba (cangrejo), desde el punto A hasta el punto B, llevando sobre su ombligo algún juguete pequeño, sin dejar que éste caiga al piso.



¡A jugar!



Imagen 21, 22 y 23. Nota: Imágenes que muestra a una pareja en la actividad a realizar. Elaboración propia Barrón, T. 2021

Descripción de la actividad

Número del dado: 6

Acciones: Caminar, correr, gatear, manipular.

Consigna a realizar:

El alumno se desplaza desde el punto A de la manera que él elija (caminar, correr o gatear). Al llegar al punto B, tomará una prenda y la doblará (si no logra doblarla, el familiar le muestra cómo se hace), y se regresa de otra forma llevando la prenda sin que se desdoble al punto A.

Nota; Las prendas de vestir, estarán en el punto B desdobladas. Si al lanzar el dado se repite en dos ocasiones el número 6, cambiar la forma de desplazarse (caminar, correr, gatear).

¡A jugar!



Imagen 24. Nota: Esta imagen muestra un par de dados, necesarios para realizar la actividad.

<http://elblogdearcicarmen.blogspot.com>

Descripción de la actividad

Como segunda parte de este circuito, se lanzan los dos dados, y se realizarán las acciones según los números resultantes de manera combinada. El alumno deberá buscar alternativas para realizarlas y proponer sus propias tareas (elegir el desplazamiento con el material a trasladar).

Ejemplo: Al lanzar los dados, cae en un dado, el número 1 y en el otro dado el número 3, según la acciones: cuadrupedia, “caballito”, agujetas, bolitas de papel, pinzas; el familiar apoyan refiriéndole lo que contiene cada actividad.

¡A jugar!



Imagen 24. Nota: Esta imagen muestra un par de dados, necesarios para realizar la actividad.

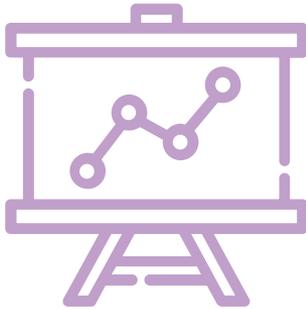
<http://elblogdearcicarmen.blogspot.com>

Descripción de la actividad

-Circuito.

Número del dado	Acción	Acción con Material
1	Cuadrupedia	Agujeta (sobre la cabeza)
2	Manipulación	Globo (golpearlo)
3	Estabilidad	Pinza de ropa con bolita de papel
4	Manipulación	Agujeta y palo
5	Cangrejo	Juguete pequeño
6	Caminar, correr, gatear	Ropa (doblarla)

Productos/ Retroalimentación



Con ayuda de papá, mamá o tutor responde las preguntas:

Menciona la actividad que te gustó más:

¿Lograste combinar acciones con materiales diferentes? Si No
Menciona cómo lo hiciste:

¿Cómo te sientes después de proponer actividades nuevas?



Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

Orientaciones didácticas:

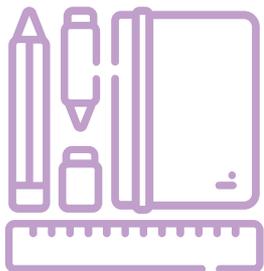
- Busquen alternativas de solución ante tareas que impliquen utilizar sus posibilidades expresivas y motrices.
- Circuitos de acción motriz con acciones que impliquen coordinar desplazamientos y manipulaciones.

Sugerencias de Evaluación:

- Propone diferentes respuestas ante un problema.
- Iniciativa para hacer propuestas motrices y de expresión.

¿Qué temas conoceremos?

- Juego.
- Habilidades motrices de Locomoción, Manipulación y Estabilidad.
- Comunicación.
- Toma de decisiones.
- Seguridad y confianza.



¿Qué queremos lograr?

Sesión 3.

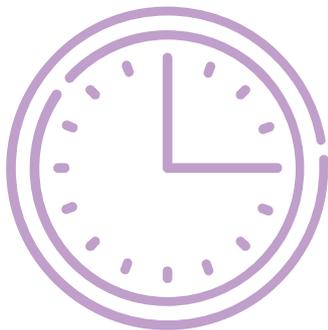
Intención Pedagógica:

“Tomen decisiones en las formas de ejecución, respecto a las situaciones de juego, propiciando mayor confianza”.



Imagen 25. Nota: Esta imagen muestra a una pareja en la actividad a realizar.
Elaboración propia Hernández, C. 2021

¡Para iniciar!



Con apoyo de papá, mamá o tutor, contesta en tú cuaderno las siguientes preguntas :

¿Sabes cómo tomar decisiones?

Si invitaras a personas a tu fiesta de cumpleaños

¿A quién invitarías?

En una mesa tienes comida chatarra y frutas de tu gusto...

¿Cuál decides comerte?

¿Por qué?

Sesión 3: ¡Aprendo a tomar decisiones!

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:

- Péndulo: Cuerda, listón o lazo de 2 metros, que en un extremo tiene amarrada una bolsa de plástico que contiene 1 pelota pequeña o 3 bolas de calcetín.
- 3 pinzas para tender la ropa.
- Cubeta o bote de plástico.
- Gis o cinta masking tape.

¡A jugar!



Imagen 26 y 27. Nota: Imágenes que muestra a una pareja en la actividad a realizar. Elaboración propia Hernández, C. 2021

Descripción de la actividad

Retos motores:

1. El péndulo: El familiar mueve el péndulo de izquierda a derecha haciendo medio círculo.

El reto consiste en que el alumno cruce hacia atrás del familiar, y regrese a su lugar de inicio (2 mts. Al frente del familiar), tratando de no ser tocado por el péndulo que está en movimiento. Repetir 4 veces

Por cada vez que el alumno logre hacer el recorrido completo (ida y vuelta) esquivando el péndulo, gana un punto; registrar los puntos ganados para sumarlos al final de los retos.

¡A jugar!



Imagen 28 y 29. Nota: Imágenes que muestra a una pareja en la actividad a realizar. Elaboración propia Hernández, C. 2021

Descripción de la actividad

Retos motores:

2. El brinca-brinca: utilizar el péndulo, material de la actividad anterior.

El familiar hincado, mueve el péndulo de un lado a otro (izquierda-derecha-izquierda), al ras del piso .

El alumno se coloca en la marca del piso (frente al familiar a 2 metros de distancia).

El reto consiste en que el alumno logre saltar 3 veces el péndulo sin ser tocado por éste. Gana un punto cada vez que lo logre.

Registrar los puntos ganados para sumarlos al final de los retos.

¡A jugar!



Imagen 30 y 31. Nota: Imágenes que muestra a una pareja en la actividad a realizar. Elaboración propia Hernández, C. 2021

Descripción de la actividad

Retos motores:

3. El cometa: se utiliza el péndulo de la actividad anterior. Se presan en la ropa del familiar 3 pinzas; se coloca un bote fuera del alcance del péndulo.

El familiar gira el péndulo en círculo pasando por arriba de su cabeza, tratando de que el extremo del péndulo (pelota) pase a la altura de las rodillas o cintura del alumno.

El reto consiste en que el alumno llegue hasta el familiar sin ser tocado por el péndulo; toma sólo una pinza y la lanza, intentando meterla al bote; regresa al punto de inicio esquivando el péndulo; se repite la actividad hasta terminar con las pinzas.

¡A sumar!

Retos	Puntos a ganar	Puntos obtenidos
1. El péndulo	4	
2. Brinca brinca	3	
3. El cometa	9	
Total de puntos	16	

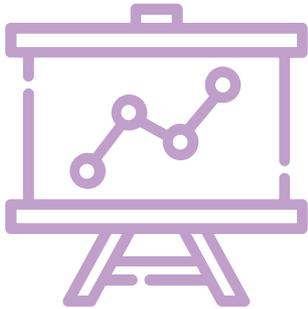
Descripción de la actividad

Si entra y sale esquivando el péndulo gana un punto; si logra encestar la pinza en el bote obtiene otro punto.

Registrar los puntos ganados.

Sumar los puntos obtenidos en los 3 retos.

Productos/ Retroalimentación



Con apoyo de papá, mamá o tutor, contesta en tú cuaderno las siguientes preguntas y consignas:

¿En cuál o cuáles retos te fue más difícil tomar decisiones?

-El péndulo



-El brinca brinca



-El cometa



¿Porqué?

¿Cuántos puntos lograste obtener durante los retos?

De 1 a 5
Puedes
mejorar en la
toma de
decisiones

De 5 a 10
Tomaste
buenas
decisiones

11 o más
Tomaste muy
buenas
decisiones

Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

Orientaciones didácticas:

- Retos motores que pongan a prueba sus posibilidades al seguir consignas durante un juego.
- Retos motores que impliquen desplazarse de distintas formas, manipular objetos o controlar su cuerpo (obstáculos y equilibrios) a partir de condiciones que irán cambiando durante el trayecto del juego para llegar a la meta.
- Ferias de la motricidad que canalicen la diversificación de los patrones básicos de movimiento y la interacción (individual y colectiva).

Sugerencias de Evaluación:

- Participa en juegos que requieren la colaboración de otros.
- Demuestra iniciativa en los juegos y actividades.
- Propone diferentes respuestas a un problema.

Ideas para la familia:

- Fomenten la motivación por el esfuerzo realizado y sus logros.
- 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.
- 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.

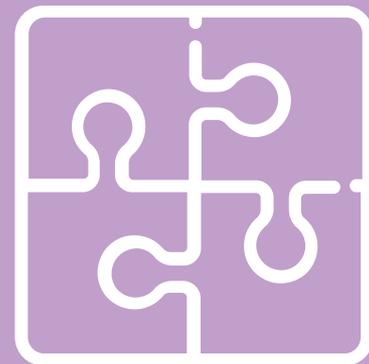
ANEXOS.

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



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

Responsables de Contenido

Josué Gómez González

Diseño gráfico





Educación

