



# Recrea

Educación para refundar 2040





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

**Recrea**  
Educación para refundar 2040



Educación





Primaria

Educación Física

**Quinto Grado**

## Introducción de la ficha didáctica

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

Aprendizajes esperados:

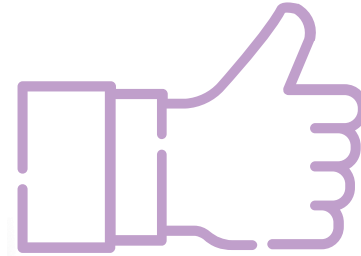
“Aplica el pensamiento estratégico en situaciones de juego e iniciación deportiva, para disfrutar de la confrontación lúdica”.

“Experimenta distintas formas de interacción motriz en situaciones de juego e iniciación deportiva, con el propósito de promover ambientes de aprendizaje colaborativos”.



## 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 Educación Física; 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.

## Titulo de la unidad

“Disfruto mi desempeño con estrategia ”



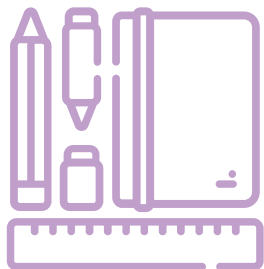
Imagen 1. adaptada de *Educación Física Quinto grado* (p. 62, Herenia González) 2010, Secretaria de Educación Pública.

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

“Que el alumno adapte su desempeño a su actuación estratégica en juegos donde ponga a prueba sus capacidades o habilidades para reconocer las que necesita mejorar, así como las actitudes necesarias para lograr un mayor disfrute del juego”.

## ¿Qué temas conoceremos?

- Actuación estratégica.



## ¿Qué queremos lograr?

### **Sesión 1.**

#### **Intención Pedagógica:**

“Los alumnos identificarán su actuación estratégica al participar en juegos donde requieran implementar acciones que les permitan obtener mejores resultados”.



**¡Para iniciar!**



En un breve texto, responde las siguientes preguntas:

¿Qué entiendes por estrategia?

¿Para qué crees que sirva la estrategia en el deporte?

# Sesión 1: “Touching”

## Organización:

- En un espacio de 3 x 3 dividido en dos partes.
- 1 vs 1.

## Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Gis para marcar la línea divisoria.
- 2 calcetas largas con una bola de calcetín dentro cada una.
- 2 cartulinas enrolladas y pegadas con cinta.

**¡A jugar!**



## **Descripción de la actividad:**

Desafiarás a alguien mas grande que tú.

Se dividirá el espacio en 2 partes iguales con una línea central, la cual deberán de respetar sin pisarla o invadir el terreno del contrario.

Ambos participantes deberán de tratar de tocar al contrincante evitando ser tocados, para lo cual deberás de implementarte una estrategia.

Ganará aquel que logre primero siete toques en cada ronda.

En la primera ronda el toque será con las manos.

**¡A Jugar!**



## Descripción de la actividad:

En la segunda ronda el toque será con el tubo de cartulina.

En la tercera ronda el toque será con la calceta.

### Nota:

Es importante adoptar una posición de defensa.

## Productos/ Retroalimentación



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

¿Que estrategia utilizaste para evitar ser tocado?

¿Qué acciones realizaste para tocar mas veces a tu oponente en el juego?

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

## Orientaciones didácticas:

Proponga actividades donde el alumno:

- Adapte su desempeño en base a las funciones que debe cumplir para mejorar en las distintas tareas.

## Sugerencias de Evaluación:

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Emprende acciones de ataque, defensa, cooperación u oposición en los juegos y actividades.

Para evaluar al alumno pida como evidencia:

- Testimonio verbal sobre los resultados obtenidos y las estrategias aplicadas.

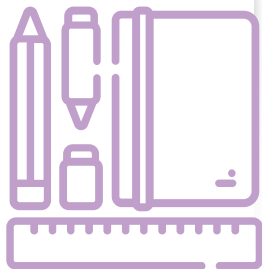
## Rúbrica:

*Señala con una X el nivel que consideras haber logrado*

Indicador y nivel Criterio	Óptimo	Adecuado	Suficiente	Insuficiente
Actuación estratégica	Lograste obtener buenos resultados en todos los retos de manera fácil y pudiste mejorar tu desempeño en el juego.	Lograste obtener buenos resultados en alguno de los retos de manera fácil y pudiste mejorar tu desempeño.	Aunque no ganaste, lograste obtener buenos resultados en alguno de los retos y pudiste mejorar tu desempeño.	No lograste obtener buenos resultados en ningún reto y se te dificultó mejorar tu desempeño.

## ¿Qué temas conoceremos?

- Actuación estratégica.
- Pensamiento estratégico.



## ¿Qué queremos lograr?

### Sesión 2.

#### Intención Pedagógica:

“Que el alumno ponga a prueba su actuación estratégica individual adaptando su desempeño y reconociendo sus habilidades a mejorar en base a los retos propuestos”.



**¡Para Iniciar!**



**En un breve texto, responde las siguientes preguntas:**

¿Qué entiendes por pensamiento estratégico?

¿Para qué crees que es importante diseñar estrategias?

## Sesión 2: “Matatena gigante”

### **Organización:**

- Área libre de obstáculos de 3 x 3 m aprox.
- 2 o más participantes.
- Participación individual.

### **Recursos didácticos y materiales a utilizar:**

- Globo.
- Pelota mediana
- Caja mediana.
- 10 tapas de refresco o bolitas de papel.

**¡A Jugar!**



## Descripción de la actividad:

Al centro del área se colocará la caja o recipiente y las 10 tapas de refresco se dispersarán en el área.

Reto 1. A través de golpes deberá de lanzar el globo al aire evitando que toque el suelo u otra superficie mientras intentar juntar las tapas o bolas de papel.

En el primer intento deberá de recoger 1 objeto, en el segundo intento 2, en el tercero 3 y en el último 4.

Reto 2. botando la pelota o balón deberán de recolectar los objetos en el mismo orden anterior.

**¡A Jugar!**



## Descripción de la actividad:

Reto 3. lanzando el balón y la pelota a la pared y recibéndola después de dar un bote en el piso deberán de recolectar las tapas en el mismo orden anterior: primero 1, después 2, después 3 y al último 4.

## Productos/ Retroalimentación



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

¿Qué acciones realizaste para lograr el desafío?

¿Cuál estrategia pusiste en práctica para lograr más puntos?

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

## Orientaciones didácticas:

Proponga actividades donde el alumno:

- Requiera reflexionar sobre su actuación estratégica en situaciones de retos, o de “atacar y defender”

## Sugerencias de Evaluación:

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Propone acciones que mejoran la actuación individual.

Para evaluar al alumno pida como evidencia:

- Representación gráfica de las estrategias aplicadas en el juego.

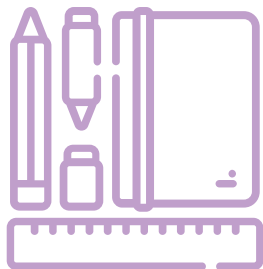
## Rúbrica:

*Señala con una X el nivel que consideras haber logrado*

Indicador y nivel Criterio	Óptimo	Adecuado	Suficiente	Insuficiente
Actuación estratégica	Lograste realizar todos los retos de manera mucho muy fácil y pudiste mejorar tu desempeño en el juego de manera fácil.	Lograste realizar todos los retos de manera un poco fácil y pudiste mejorar tu desempeño en el juego.	Se te dificulto un poco lograr realizar todos los retos, pero pudiste mejorar tu desempeño en el juego.	Se te dificulto mucho lograr realizar los retos, no pudiste mejorar tu desempeño en el juego.

## ¿Qué temas conoceremos?

- Iniciación deportiva.
- Actuación estratégica.



## ¿Qué queremos lograr?

### Sesión 3.

#### Intención Pedagógica:

“Que el alumno identifique su actuación estratégica al desempeñarse y concientizar sus habilidades en juegos de iniciación deportiva y cancha propia”.



**¡Para iniciar!**



En un breve texto, responde las siguientes preguntas:

¿Qué es para ti la actuación estratégica?

¿Alguna vez haz jugado uno de estos juegos?

## Sesión 4: “Libreta-bol”

### Organización:

- Espacio amplio, libre de obstáculos (sala, cochera, patio).
- 1 vs 1.
- Individual.
- Por equipos.

### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- 1 libreta que ya no uses o que casi no uses.
- 1 globo o bolsa de plástico.
- 1 cuerda o sábana para dividir por mitad el espacio.

**¡A jugar!**



## Descripción de la actividad:

Divide en dos el espacio con la cuerda o sábana, elige un lado de la cancha. Toma la libreta por los extremos y coloca la bolsa en medio. Comienza a practicar con la bolsa inflada o globo, los tiros o pases.



Imagen 2. Nota: En la imagen se muestra ejemplo sobre organización y uso del material para el desarrollo de la actividad. Jacobo R. (2021)

¡A jugar!



## Descripción de la actividad:

Una vez dominado el movimiento, pasemos a conocer las reglas:

- Se inicia el juego con un saque o tiro al rival.
- Golpea el globo o bolsa evitando que caiga al piso y lanza de regreso.
- No puedes invadir el área contraria, solo te puedes mover en tu espacio.
- Puedes hacer de 1 a 3 contactos con la bolsa o globo.
- Juega 3 set de 10pts. Con cambio de cancha.

**Nota:** Puedes inventar tus propias reglas.

¡A jugar!



## Descripción de la actividad:

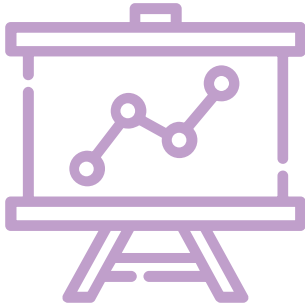
### Variantes:

Puedes utilizar las manos para recibir con golpe bajo o voleo. El objeto puede ser devuelto después de dos o tres contactos, pero de manera obligatoria debes hacer un contacto con la libreta o cartón.



Imagen 2. Nota: En la imagen se muestran ejemplos sobre organización y uso del material para el desarrollo de la actividad. Jacobo R. (2021)

## Productos/ Retroalimentación



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

¿Respetaste las reglas propuestas?

¿Cómo hiciste para ganar puntos?

¿Qué estrategia utilizaste?

¿A qué deporte se parece este juego?

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

## Orientaciones didácticas:

Proponga actividades donde el alumno:

- Reconozca las actuaciones estratégicas de oposición y cooperación que desarrollan en relación con su potencial.

## Sugerencias de Evaluación:

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Busca soluciones originales a las actividades propuestas.
- Distingue sus capacidades y habilidades motrices

Para evaluar solicite evidencias a los alumnos, como:

- Instrumento de autoevaluación sobre los argumentos y aspectos que tiene en cuenta al valorar su desempeño

## Rubrica:

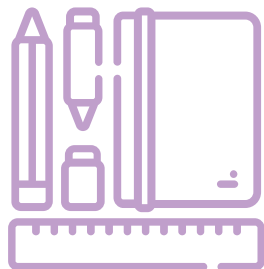
*Señala con una X el nivel que consideras haber logrado*

Indicador y nivel Criterio	Óptimo	Adecuado	Suficiente	Insuficiente
Actuación estratégica	No deje caer ninguna vez el globo en mi cancha Todos mis pases y tiros fueron acertados. Pude mejorar mi desempeño y resultado del juego de manera fácil.	Solo pudieron hacerme un par de puntos. Mis pases y tiros fueron acertados casi siempre. No todo fue fácil, pero mejoré mi desempeño y resultado del juego.	Me hicieron suficientes puntos. Algunos de mis pases y tiros fueron acertados. Aunque lo intenté, no pude mejorar mi desempeño.	Pocos de mis pases y tiros fueron buenos o difícilmente llegaban a su destino. No hice estrategia, no supe como mejorar mi desempeño.



## ¿Qué temas conoceremos?

- Pensamiento estratégico.
- Habilidad motriz.



## ¿Qué queremos lograr?

### Sesión 4. Intención Pedagógica:

“Que el alumno utilice el pensamiento estratégico ajustando las estrategias en el juego para demostrar habilidades y destrezas motrices”.

**¡Para iniciar!**



En un breve texto, responde las siguientes preguntas:

¿Qué entiendes por pensamiento estratégico ?

¿Por qué crees que es importante desarrollar las habilidades motrices?

## Sesión 4: “Chuzando”

### Organización:

- 1 vs 1 .
- Individual .
- Un espacio o pasillo libre de obstáculos.

### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- 10 botellas de plástico.
- Cinta o gis para marcar.
- Pelota .

**¡A jugar!**



## **Descripción de la actividad:**

Dibuja un círculo de 60 cm. de diámetro, asígnele un valor numérico diferente a cada botella, coloca las botellas dentro del círculo.

El juego consiste en intentar sacar completamente del círculo las botellas, lanzando la pelota desde cierta distancia, dependiendo el peso y tamaño de la pelota. Pero debes tener cuidado de que la botella de más valor sea la última en salir.

Cada botella tiene que salir por completo, solo así se obtienen los puntos, es decisión o estrategia de cada jugador si lanza para sacar un objeto o para regresarlo y su contrario no acumule puntos.

**¡A jugar!**

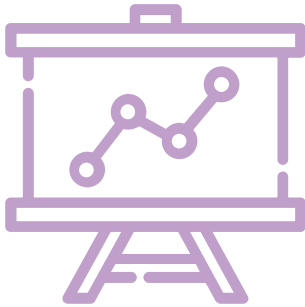


## Descripción de la actividad:

### Reglas:

- Si logras sacar una botella, ganas los puntos marcados en ella.
- La botella con la puntuación más alta se debe de sacar del círculo hasta el final, en caso contrario, se tienen que regresar las botellas sacadas y se pierden los puntos acumulados.
- Si juegas contra otro u otros, solo se hace un tiro por turno.

## Productos/ Retroalimentación



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

Explica brevemente tu experiencia en el juego, tomando en cuenta la siguiente pregunta:

¿Qué fue lo mas importante en el juego, la habilidad motriz o la estrategia? ¿Por qué?

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

## Orientaciones didácticas:

Proponga actividades donde el alumno:

- Identifique la importancia de considerar necesarias las reglas y medidas de seguridad al implementar estrategias de juego.

## Sugerencias de Evaluación:

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Busca soluciones originales a las actividades propuestas.

Para evaluar solicite evidencias a los alumnos, como:

- Testimonio escrito de una actividad propuesta, sus características, capacidades y habilidades utilizadas.

## Rubrica:

*Señala con una X el nivel que consideras haber logrado*

Indicador y nivel Criterio	Óptimo	Adecuado	Suficiente	Insuficiente
Estrategia	Se te facilitó pensar como defender y obtener puntos para ganar el juego	Solo te facilitó un poco pensar como defender y obtener puntos para ganar el juego	Se te complicó un poco pensar como defender y obtener puntos.	Se te complicó mucho pensar en estrategias, solo querías ganar.
Habilidad motriz	Realizaste varios ajustes motrices al lanzar, en la fuerza y mejoraste la precisión .	Realizaste algunos ajustes motrices, por ejemplo en la forma de lanzar, la fuerza y precisión.	Realizaste solo un ajuste en la forma de lanzar.	No realizaste ajustes motrices solo tirabas.



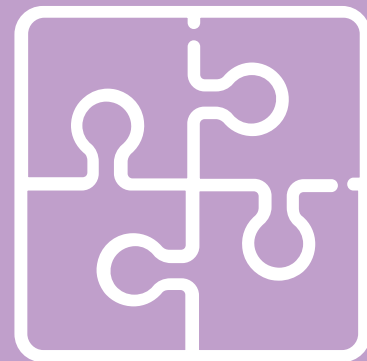
# Evaluación del desempeño del alumno:

Contesta las siguientes preguntas :

¿De las estrategias que utilizaste en esta unidad, cuál fue la que más te gustó hacerla y porqué?

¿Qué crees que tendrías que hacer para poder mejorar las capacidades y habilidades que mas se te dificultan?

¿Cómo podría ayudar en tu vida diaria participar de manera colaborativa con las demás personas?



## Ideas para la familia:

- Procuren hacer las actividades y juegos en familia.
- Comenten las experiencias y emociones vividas durante los juegos.
- Agrega al calendario familiar el día y hora para hacer las actividades de Educación Física y así puedan participar todos.

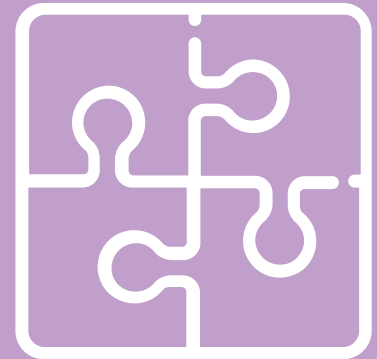
Investiguen más juegos donde puedas desarrollar mas tus habilidades y mejorar el pensamiento estratégico, practíquenlos en familia.

# ANEXOS.

Para saber más:

Referencias:

- [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)
- Secretaría de Educación Pública, (2010). *Educación Física. Quinto grado*. 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 Diaz 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**

Adriana Valdez Ramírez

Martha Patricia Jiménez Orozco

José Raúl Jacobo Ruiz

Francisco Alexander Vázquez Pinto

Pablo Ulloa Romero

**Responsables de Contenido**

Josué Gómez González

**Diseño gráfico**





**Educación**

