



# 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 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:

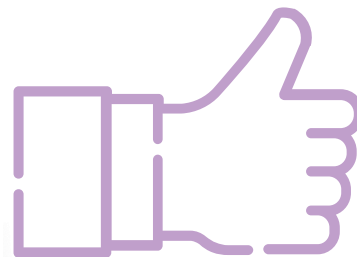
“Diseña estrategias al modificar los elementos básicos del juego en situaciones de iniciación deportiva, con la intención de adaptarse a los cambios en la lógica interna de cada una”.

“Propone distintas formas de interacción motriz al organizar situaciones de juego colectivo y de confrontación lúdica, para promover el cuidado de la salud a partir de la actividad física”.



## 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 diseñe estrategias al modificar los elementos básicos del juego, proponiendo diferentes formas de interacción motriz al organizar situaciones de juego colectivo y de confrontación lúdica, que le permitan promover el cuidado de la salud a través de la actividad física.



## **Titulo de la unidad**

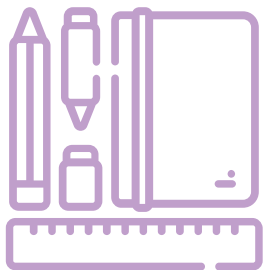
“Me adapto a los cambios y cuido mi salud a través de la actividad física”.

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

“El alumno diseña estrategias y propone formas de interacción motriz en juegos colectivos y de confrontación lúdica, fomentando el cuidado de la salud”.

## ¿Qué temas conoceremos?

- Elementos estructurales del juego.
- Juegos predeportivos.
- Interacción motriz.



## ¿Qué queremos lograr?

### Sesión 1.

#### Intención Pedagógica:

“Que el alumno modifique en juegos predeportivos los elementos básicos del juego proponiendo diferentes formas de interacción motriz”.





**¡Para iniciar!**



**En tu cuaderno, realiza la siguiente actividad:**

- Recuerdas cuáles son los elementos estructurales del juego? Menciónalos.
- Menciona 3 juegos predeportivos que hayas jugado con tu familia o en la escuela.

# Sesión 1: Voleibol ciego.

## Organización:

Se realiza en un espacio de 4x2 mts. libre de obstáculos. La actividad puede ser en parejas o toda la familia.

## Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Una soga larga.
- Una pelota o balón de voleibol.
- Una sábana o cobija.



Imagen adaptada de *Educación Física. Sexto grado* (p. 51), por Carlos González, 2010, Secretaría de Educación Pública.

**¡A jugar!**



## Descripción de la actividad

Se deberá delimitar el espacio donde se llevará a cabo el juego, trazando un rectángulo de 4 x 2 mts. (dependerá del espacio con el que se cuente).

A la mitad se pone la cuerda colgada con la cobija colgando (como una red de voleibol).

Cada participante se coloca de cada lado de la cancha, el objetivo es golpear la pelota hacia el otro lado y que el compañero logre golpearla sin que caiga al suelo o salga de las líneas marcadas. La cobija evitará la visibilidad.

Gana 1 punto quien logre que a su compañero se le caiga.

**¡A jugar!**



## Descripción de la actividad

Se realizan 4 rondas de 10 puntos modificando un elemento del juego.

Algunas de las modificaciones estructurales del juego pueden ser el espacio (la distancia se aumenta o disminuye), las reglas (se puede hacer dando 2 golpes cada quien), compañero (se hace en parejas, dando un toque cada uno) es importante que con tu creatividad propongamos diferentes formas de realizarlo, tomando en cuenta la seguridad e integridad física de todos.

## Productos/ Retroalimentación



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

Comparte con tu familia la experiencia que tuviste al realizar la actividad y si se generó una interacción motriz adecuada ubicando tu desempeño en la siguiente tabla.

Excelente	Bueno	Regular
No tuve dificultad para modificar los elementos estructurales del juego y logré adaptar mis movimientos.	Se me dificultó un poco, modifiqué el elemento estructural pero no logré adaptar mis movimientos.	Tuve dificultad, no logré modificar ningún elemento y no adapte mis movimientos a ningún cambio.

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

## Orientaciones didácticas:

Con el propósito de construir planes de acción para ajustarse a la lógica del juego, se recomienda elaborar una unidad didáctica en la cual los alumnos:

- Modifiquen los elementos del juego y exploren cómo esto afecta su desempeño en actividades de persecución, donde reconocen diversos cambios en los componentes de su estructura: tiempo, espacio, implemento, móvil, artefacto, oponente, adversario, regla, compañero, jugador y meta.

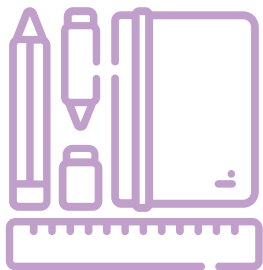
## Sugerencias de Evaluación:

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Adapta sus habilidades motrices de acuerdo con las modificaciones de los elementos estructurales de cada juego.
- Colabora con su equipo en la resolución de retos motores.
- Reconoce avances personales relacionados con sus capacidades, habilidades y destrezas.

## ¿Qué temas conoceremos?

- Capacidades.
- Modificaciones estructurales de los juegos.
- Cuidado de la salud.



## ¿Qué queremos lograr?

### Sesión 2.

#### Intención Pedagógica:

“Que el alumno demuestre su desempeño en los retos que se le presenten y adapte sus capacidades a las modificaciones estructurales del juego promoviendo el cuidado de la salud”.



**¡Para iniciar!**



**En tu cuaderno de trabajo, realiza la contesta las siguientes preguntas:**

¿Cómo te desempeñas en las labores de tu casa?

¿Cómo te desempeñas en las actividades físicas?

¿Qué actividades desempeñas para el cuidado de tu salud?



## Sesión 2: Adaptándome a los retos.

### Organización:

Se realiza en un espacio libre de obstáculos.  
Se realiza individual, en parejas o mas integrantes.

### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Pañuelo o algún material para tapar los ojos.
- Botes.
- Calcetines.
- Cronómetro.

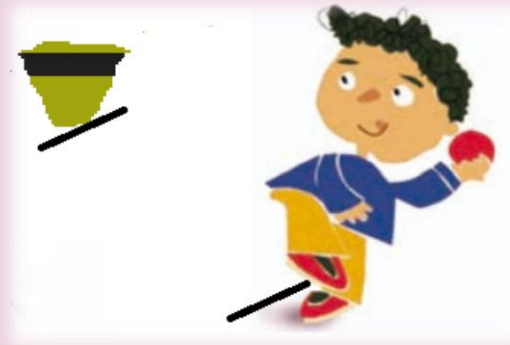


Imagen adaptada de *Educación Física Segundo grado* (p. 47 ) por González, C. Huesca, Israel. (2011)  
Secretaría de Educación Pública.

**¡A Jugar!**



## Descripción de la actividad

El juego consiste en realizar diferentes retos en cada uno de ellos deberás adaptar tus capacidades ya que se modificarán algunos elementos estructurales del juego.

Por cada reto realizado se ganará 1 punto.

Al finalizar todas los retos se suman los puntos obtenidos.

A continuación te presentamos una tabla con los retos propuestos.

**¡A Jugar!**

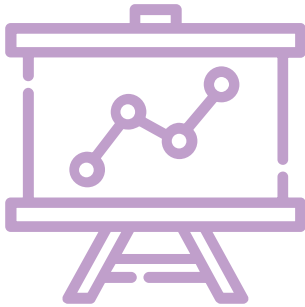


## Descripción de la actividad

Puedes utilizar los siguientes retos o puedes diseñar los propios.

N°	RETOS
1	Lanzar 5 calcetines enrollados a una distancia de 5 metros a un bote.
2	Lanzar 5 calcetines enrollados a una distancia de 8 metros a un bote. (Elemento estructural modificado: espacio).
3	Igual que en el reto 1 pero se modifica un bote más pequeño y con límite de tiempo a 30 segundos. (Elemento estructural modificado: tiempo).
4	Igual que el reto 2 pero con límite de tiempo 30 segundos. (Elemento estructural modificado: tiempo y espacio).
5	Igual que el reto 1 pero con los ojos tapados en un tiempo de 1 minuto. (Elemento modificado: regla y tiempo).
6	Igual que en el reto 2 pero con los ojos tapados en un tiempo de 2 minutos. (Elemento modificado: regla, espacio y tiempo).

## Productos/ Retroalimentación



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

Comparte con tu familia las respuestas a la siguiente tabla:

INDICADORES	Logrado	No logrado
¿Realicé todos los retos?		
¿Adapté mis capacidades en los retos?		
¿Superé las dificultades en los retos?		
¿Soy capaz de identificar los beneficios de la actividad física para el cuidado de mi salud?		

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

## Orientaciones didácticas:

Proponga actividades donde el alumno:

- Ajuste su actuación estratégica con el desempeño motor de sus compañeros, en juegos cooperativos que permitan coordinar acciones individuales o grupales para resolver tareas propuestas.
- Adapte su actuación estratégica en retos motores, juegos cooperativos y deportes alternativos.
- Encuentren soluciones alternativas al analizar la lógica del juego y las interacciones motrices.

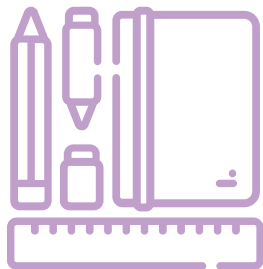
## Sugerencias de Evaluación:

Para evaluar al alumno pida como evidencia los siguientes materiales:

- Explicación verbal sobre cómo las modificaciones de las condiciones de juego influyen en el desempeño individual y colectivo, así como el diseño de estrategias.
- Testimonio escrito de las modificaciones a los elementos estructurales del juego, así como las estrategias utilizadas en distintos momentos.

## ¿Qué temas conoceremos?

- Diseño de estrategias.
- Juegos tradicionales.
- Convivencia.
- Cuidado de la salud.



## ¿Qué queremos lograr?

### Sesión 3.

#### Intención Pedagógica:

“Que el alumno diseñe estrategias que le ayuden a aumentar la complejidad de un juego tradicional fomentando la convivencia y el cuidado de la salud”.

**¡Para Iniciar!**



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

- ¿Recuerdas qué es un juego tradicional? Defínelo con tus palabras.
- Menciona 3 acciones de la vida cotidiana que realices para el cuidado de tu salud y 3 acciones para la convivencia sana en familia.

## Sesión 3: Soy diseñador

### Organización:

Se realiza en un espacio libre.

Puede ser individual, binas o en equipos (dependerá de tu actividad).

### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Diversos materiales que tengas en casa que requieras utilizar para tus actividades.



Imagen adaptada de *Educación Física Sexto grado* (p. 79 ) por Platas Amparo 2011. Secretaría de Educación Pública.



**¡A jugar!**



## Descripción de la actividad

Esta actividad consiste en que tendrás que seleccionar un juego tradicional porque deberás diseñar estrategias que conozcas para aumentarle la complejidad al juego seleccionado.

En una hoja de tu cuaderno pondrás el siguiente cuadro:

Nombre del juego tradicional
Nombre del juego tradicional con grado de complejidad.
Materiales para el diseño del juego.
Desarrollo del juego.
Reglas de convivencia

**¡A Jugar!**



## Descripción de la actividad

Te proponemos una lista de juegos tradicionales.

Juego tradicional
1.- Escondidas
2.- Bebeleche
3.- Trompo
4.- Cuerda
5.- Tragabolas
7.- Rayuela
8.- El resorte
9.- Gallinita ciega
10.- Quítale la cola al burro

Utiliza tu creatividad y diseña estrategias complejas para el desarrollo del juego.

## Productos/ Retroalimentación



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

Comparte con tu familia tus respuestas a las siguientes preguntas :

INDICADORES	☆☆☆	☆☆	☆
¿Lograste incrementar el grado de complejidad del juego tradicional?			
¿Lograste explicar el juego tradicional complejo a los demás para que pudieran participar?			
¿Lograste integrar acciones de convivencia (apoyo, colaboración, solidaridad, respeto) en el desarrollo del juego?			

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

## Orientaciones didácticas:

Que el alumno organice actividades novedosas para poner en práctica los conocimientos, las habilidades y las actitudes desarrolladas en estas sesiones:

- Actividades recreativas relacionadas con llevar a la escuela bicicletas, patinetas u otros artefactos para desplazarse; vincule los aprendizajes que se promueven con la prevención y el cuidado de la salud, así como la educación vial.
- Demostraciones pedagógicas que impliquen compartir con compañeros de grados inferiores diversas formas de jugar.

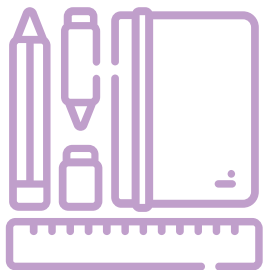
## Sugerencias de Evaluación:

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Diseña y participa en diferentes tareas motrices.
- Demuestra la mejora en su desempeño al adquirir mayor autonomía y disponibilidad motriz.
- Explica a compañeros de otros grados cómo participar en un juego o usar un juguete.

## ¿Qué temas conoceremos?

- Conocimientos, habilidades y actitudes.
- Convivencia.
- Creatividad.
- Estilos saludables.



## ¿Qué queremos lograr?

### Sesión 4.

#### Intención Pedagógica:

“Que el alumno vincule los saberes adquiridos al organizar una actividad recreativa en familia donde fomente un estilo de vida activo”.



**¡Para Iniciar!**



**En un breve texto, contesta lo siguiente:**

- ¿Cómo puedes fomentar un estilo de vida saludable en tu vida diaria?
- Menciona 3 actividades que puedan practicar de manera constante en familia que favorezca su salud.

## Sesión 4: “Yo y mis talentos”.

### Organización:

Se realiza en un espacio libre.

Se requiere que uno o varios integrantes de la familia participen.



Imagen adaptada de *Educación Física Tercer grado* (p. 106 ) por Platas Amparo 2011. Secretaría de Educación Pública.

### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Dos cartulinas blancas.
- Cinta adhesiva.
- Hoja de papel o cuaderno.
- Lápiz o pluma.
- Plumón.
- Diversos materiales que necesite en el desarrollo de la actividad.

**¡A Jugar!**



## Descripción de la actividad

Primeramente, se colocaran las cartulinas en el suelo (pegadas para que quede una sola pieza) el alumno se acostará sobre ellas, de tal forma que quede la mayor parte de su cuerpo sobre ellas, un integrante de la familia, dibujará su silueta en el papel.

Posteriormente anotará el alumno en su silueta sus conocimientos, habilidades y actitudes aprendidos en las sesiones anteriores, pueden ayudarte los integrantes de tu familia.



**¡A Jugar!**



## Descripción de la actividad

En tu cuaderno u hoja de papel dibuja el siguiente recuadro y elige de tu silueta 5 talentos que quieras integrar a tu actividad y deberás demostrar a tu familia, te damos algunos ejemplos:

### Yo y mis talentos

Talento 1: Soy hábil saltando la cuerda.

Talento 2: Memorizo fácilmente

Talento 3: Soy muy participativo

Talento 4: Soy creativo

Talento 5: Soy hábil para desplazarme.

**¡A Jugar!**



## Descripción de la actividad

Enseguida deberás diseñar una actividad o reto que implique realizar los talentos que elegiste. Recuerda que tú deberás hacerlo primero y retar a tus familiares a realizarlo.

Toma en cuenta los siguientes aspectos:




- 1.- Cuida la integridad física de cada participante.
- 2.- Relaciona tu actividad con el material que tengas en casa.
- 3.- Busca un espacio adecuado y seguro para llevarla a cabo.
- 4.- Diviértete y convive sanamente.

## Productos/ Retroalimentación



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

Comparte con tu familia tu experiencia respecto a la actividad y responde las siguientes preguntas :

INDICADORES			
¿Lograste identificar tus conocimientos, habilidades y valores?			
¿Lograste diseñar la actividad o reto con tus saberes adquiridos?			
¿Diseñaste y organizaste la actividad de manera creativa y divertida?			

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

## Orientaciones didácticas:

Promuevan la práctica de actividades físicas al invitar a toda la comunidad escolar a participar, mediante:

- Actividades motrices que incluyan un rincón de juegos.
- Clubes que retomen actividades y juegos realizados durante las sesiones para fomentar la interacción con compañeros.
- Torneos que canalicen la confrontación lúdica en juegos modificados, juegos cooperativos, actividades de iniciación deportiva, deporte educativo y otros.

## Sugerencias de Evaluación:




Para evaluar al alumno pida como evidencia el siguiente material:

- Instrumento de autoevaluación sobre los aprendizajes adquiridos en la educación primaria y su vinculación con la Educación Física.
- Dibujo personal “Este soy yo” con el cual comparta las aficiones, las expectativas y los cambios físicos y actitudinales que han tenido a lo largo de la primaria.

# Evaluación del desempeño

Te invitamos a realizar ésta autoevaluación, así te darás cuenta del nivel de logro alcanzado, de acuerdo a tu desempeño en las actividades propuestas.

Marca con una 

INDICADORES	NIVEL DE LOGRO		
	 siempre	 La mayoría de veces	 Pocas veces
¿Reconozco mis avances personales relacionados con mis capacidades, habilidades y destrezas?			
¿Integré los aprendizajes adquiridos durante todas las sesiones para mejorar mi desempeño?			
¿Adapté mi desempeño a las modificaciones de los juegos y diseñé estrategias para resolver el reto?			
¿Demostré mayor autonomía y disponibilidad motriz?			
¿Logré convivir sanamente en las actividades?			
¿Soy capaz de promover estilos de vida saludable en mi familia?			
¿Reconozco los beneficios de la actividad física?			

## Ideas para la familia:

- Organicen un día para que realicen actividades físicas.
- 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.
- Reconozcan la actividad física como una forma de mantenerse saludable.



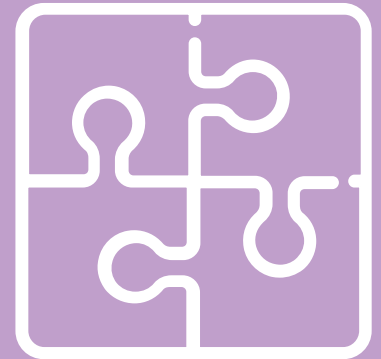
Imagen adaptada de *Educación Física. Tercer grado* (p.43 ), por López Leticia, 2010, Secretaría de Educación Pública.

# 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](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 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**

Abraham Fernández Zarate

Adriana Hernández Chávez

Julio Guillermo Maurin Salcedo

Liliana Isabel Silva Ramos

**Responsables de Contenido**

Josué Gómez González

**Diseño gráfico**







Educación

