



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 mayo. 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.

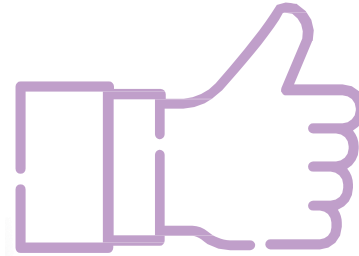
**Componente pedagógico didáctico:
Creatividad en la acción motriz.**

Aprendizaje esperado:

“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 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.

Titulo de la unidad

“Defiendo, ataco y colaboro con diversión”



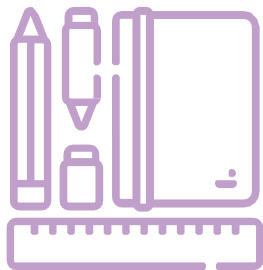
Imagen 1 adaptada de *Educación Física Quinto grado* (p. 15, Esmeralda Ríos) 2010, Secretaria de Educación Pública.

Intención didáctica de la Unidad:

“Que el alumno experimente situaciones de juego en actividades recreativas que le permitan reconocer su potencial motor y el de los demás, participando de manera colaborativa.

¿Qué temas conoceremos?

- **Defensiva – ofensiva.**
- **Estrategia.**
- **Honestidad.**



¿Qué queremos lograr?

Sesión 1.

Intención Pedagógica:

“Que el alumno identifique la diferencia entre defender y atacar, aplicando estrategias con honestidad en los juegos”.



¡Para iniciar!



En un breve texto, responde las siguientes preguntas:

¿Qué significa estar a la defensiva en un juego?

¿Qué significado tiene estar a la ofensiva en un juego?

¿Para que se crea una estrategia y aplicarla en un juego?

Sesión 1: “Defendiendo el tesoro”

Organización:

- **Espacio amplio y libre de objetos: patio, cochera, sala, etc.**
- **1vs 1**
- **Equipos**

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- **2 Cubetas o charolas.**
- **10 Pares de calcetines u objetos manipulables (tesoro).**
- **Cronómetro.**
- **1 reproductor de música**

¡A jugar!



Descripción de la actividad:
Divide el espacio en dos canchas y coloca una cubeta o charola en cada cancha con 5 pares de calcetines en cada una.

El objetivo del juego es tomar de uno en uno los pares de calcetines (tesoro) del pirata rival, mientras este los defiende.

A una señal o al inicio de una canción, cada pirata sale corriendo hacia la cubeta contraria para tomar un tesoro (solo un par, si toma de mas se anula el punto y se regresa el tesoro) y llevarla a su cubeta, así sucesivamente hasta que concluya un minuto de juego o termine la música. Ganará quien haya tomado más tesoros de forma "honesta".

¡A jugar!



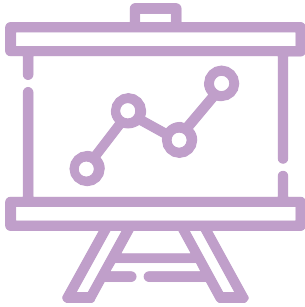
Descripción de la actividad:

Variantes:

- 1.- Si tomas un tesoro y te tocan una parte del cuerpo que hayan acordado previamente, debes regresar el tesoro.**
- 2.- Cambia las formas de moverte: brincando, dando vueltas, de dinosaurio, de caperucita y todas aquellas formas que se te ocurran.**
- 3.- Crea tus estrategias para mejorar tu actuación.**
- 4.- Recuerda "defender y atacar".**

Inventa las reglas que se te ocurran para hacer más interesante el juego.

Productos/ Retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

¿Cuáles estrategias pudiste aplicar en los juegos?

¿Qué reglas propusiste para jugar mejor?

¿Notaste que fue más divertido jugar respetando las reglas?

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.**
- **Identifique las estrategias de los oponentes para que decida las acciones defensivas y ofensivas necesarias.**

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.**

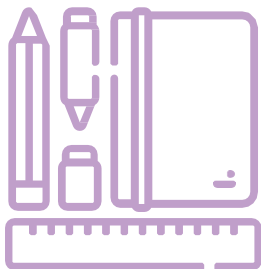
Rubrica:

Señala con una X el nivel que consideras haber logrado

Indicador y nivel Criterio	Óptimo	Adecuado	Suficiente	Insuficiente
Estrategia	Siempre se te facilitó pensar como defender tus tesoros y tomar los del otro.	Solo algunas veces se te facilitó defender tus tesoros y fue fácil tomar los del otro.	Muy pocas veces se te facilitó defender tus tesoros y no fue tan fácil tomar los del otro.	Se te dificultó defender tus tesoros y te costó trabajo desplazarte para llegar al área contraria.
Respeto a las reglas	Propuse varias reglas y pude respetarlas y aceptar todas las que se acordaron.	Propuse algunas reglas y pude respetarlas y aceptar las que se acordaron.	No propuse reglas, me equivoqué y no respeté todas las que ya estaban propuestas.	No propuse reglas y se me dificultó respetar y aceptar las propuestas.

¿Qué temas conoceremos?

- **Oposición.**
- **Cooperación.**



¿Qué queremos lograr?

Sesión 2.
Intención Pedagógica:

“Que el alumno reconozca las posiciones defensivas y ofensivas mientras mejora sus habilidades motrices y en juegos predeportivos y cooperativos”.



¡Para iniciar!



En un breve texto, responde las siguientes preguntas:

Desde tu punto de vista:

¿Qué es la cooperación en un juego?

¿Qué es un juego de oposición?

Sesión 2: “La revancha”

Organización:

- **Espacio amplio, libre de objetos: patio, cochera, sala, etc.**
- **1vs 1**
- **Equipos.**

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- **4 Cubetas o cualquier otro objeto que te permita hacer 2 porterías.**
- **1 Par de calcetines o 1 pelota.**
- **Cronómetro.**
- **1reproductor de música.**

¡A jugar!



Descripción de la actividad:

Divide el espacio en dos canchas y coloca una portería en cada cancha. El objetivo del juego es "anotar la pelota o calcetín en la portería contraria".

Reglas:

- 1.- La pelota se transporta con las manos (si es en equipo, deben de hacer pases entre los mismos integrantes) y te desplazas trotando o corriendo.
- 2.- No abrazar ni arrebatarse de manera brusca la pelota (se considera falta).
- 3.- Es falta si obstruyes o tumbas de forma intencionada a tu rival.
- 4.- El gol cuenta si pasa por debajo de la cintura, los tiros que pasen por arriba de la cintura no cuentan.

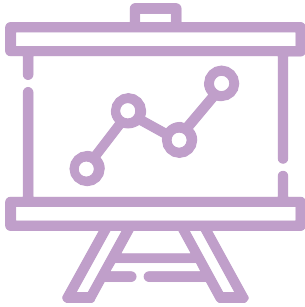
¡A jugar!



Variantes:

- El juego inicia cuando suene la canción o alguien cuente hasta tres.
- Recuerda defender tu portería y también atacar para obtener puntos. Haces los dos roles al mismo tiempo: (cooperar y oponerse).
- Puedes jugar dos tiempos (o los que quieras).
- Busca crear una estrategia para mejorar tu juego o mantener la ventaja en el marcador.
- En caso de empate, jueguen "penales" para desempatar el juego, primero hay un tirador (con la mano) y un portero defiende, después cambian los roles.
- Inventa tus propias reglas.

Productos/ Retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

¿Cómo fue tu plan para evitar que te metieran goles?

¿Cómo hiciste para meter más goles tu o tu equipo?

¿Cómo aplicaste la cooperación en los juegos?

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, practicando juegos modificados que impliquen identificar las estrategias de los oponentes y con ello decidir acciones defensivas y ofensivas necesarias**

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**

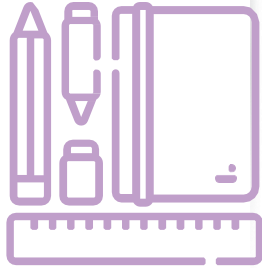
Rubrica:

Señala con una X el nivel que consideras haber logrado

Indicador y nivel Criterio	Óptimo	Adecuado	Suficiente	Insuficiente
Defensa/ portería	No dejé entrar ningún gol en mi portería.	Solo pudieron hacerme un par de goles.	Me hicieron mas de dos goles, pero paré algunos.	Soy una coladera.
Tiros/ pases	Todos mis pases y tiros fueron acertados.	Mis pases y tiros fueron acertados casi siempre.	Algunos de mis pases y tiros fueron acertados.	Pocos de mis pases y tiros fueron buenos o difícilmente llegaban a su destino.
Correr/ esquivar	Pude llegar al otro lado mucho muy fácil.	Pude llegar al otro lado de forma algo fácil.	Pude llegar al otro lado pero con un poco de dificultad.	Me costó trabajo desplazarme para llegar al área contraria.
Táctica	Pude mejorar mi desempeño y resultado del juego de manera fácil.	No todo fue fácil, pero mejoré mi desempeño y resultado del juego.	Aunque lo intenté, no pude mejorar mi desempeño.	No hice táctica/no supe como mejorar mi desempeño.

¿Qué temas conoceremos?

- **Modificación de la actuación estratégica.**
- **Colaboración.**



¿Qué queremos lograr?

Sesión 3.
Intención Pedagógica:

“Que el alumno ajuste la o las estrategias para mejorar su actuación durante el juego, en un ambiente de aprendizaje colaborativo”.



¡Para iniciar!



En un breve texto, responde las siguientes preguntas:

Desde tu punto de vista:

¿Qué es la actuación estratégica?

¿Qué es la colaboración?

¿Cómo aplicarías la colaboración en un juego?

Sesión 3: “Quemados”

Organización:

- **En un lugar amplio de casa.**
- **Invita a tres integrantes de tu familia a jugar contigo.**
- **Dibuja una cancha de 4 pasos de largo por 4 de ancho y divídela en dos con una línea al centro.**

Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- **Gis o cinta para trazar cancha.**
- **Una pelota de vinil o de material suave.**

¡A jugar!



Descripción de la actividad:

En el área de juego se colocan dos integrantes de cada lado, jueguen "piedra papel y tijera" para saber quien inicia el juego, lanza la pelota para tratar de golpear a alguien del equipo contrario, si lo consigues este pasa a ser de tu equipo se va a tu espacio, como solo queda uno del otro lado este tiene que esquivar la pelota y atacar para recuperar e incrementar integrantes. ¿Cómo logra esto? Cachando la pelota o quemando a alguien, entonces consigue recuperar primero a su integrante original, y así sucesivamente,

¡A jugar!



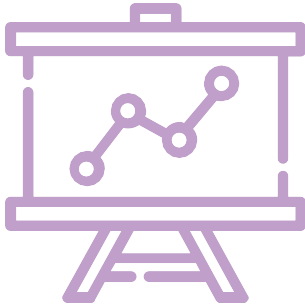
Descripción de la actividad:

el juego termina cuando el ultimo integrante es tocado por la pelota.

Variantes:

- **Agrega dos pelotas para jugar**
- **Amplia el área de juego.**
- **Contar las veces que atrapas la pelota para acumular vidas y una vez que te quedes solo contra todos, utilizarlas.**

Productos/ Retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

¿Pudiste plantearte y aplicar un plan para ganar el juego?

¿Fue divertido el ambiente de juego?

¿Colaboraste con los que te tocó hacer equipo para no perder?

Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

Orientaciones didácticas:

Proponga actividades donde el alumno:

- **Identifique la importancia de considerar las reglas y medidas de seguridad al diseñar estrategias e implementar estrategias de juego.**
- **Intercambie experiencias a partir de que capacidades o habilidades necesitan mejorar.**

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.**

Rúbrica:

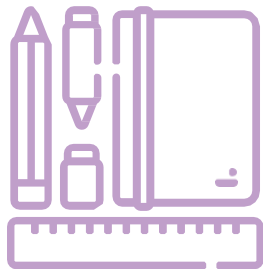
Señala con una X el nivel que consideras haber logrado

Indicador y nivel Criterio	<i>Excelente</i>	<i>Básico</i>	<i>Suficiente</i>	<i>Insuficiente</i>
<i>Interacción Motriz</i>	Tus movimientos son eficientes, evades y atacas sin dificultad, lograste cazar la pelota en varias ocasiones y recuperar a algún compañero.	Tus movimientos son eficientes, evades y atacas sin dificultad, pero no lograste cazar la pelota para recuperar a algún compañero.	No creaste estrategia para el juego, tus movimientos fueron poco precisos en al intentar evadir o atrapar la pelota.	No creaste estrategia para el juego, tus movimientos no fueron precisos al intentar evadir o atrapar la pelota.
<i>Disfrute del juego</i>	Apreciaste lo placentero del juego y casi todas las actividades fueron divertidas, mostrando un buen desempeño motriz.	Apreciaste lo placentero del juego y te divertiste en solo algunas actividades, mostrando un buen desempeño motriz.	Te divertiste en solo una de las actividades y tu desempeño motriz fue bueno.	Casi no te divertiste y tu desempeño motriz no fue muy bueno.

¿Qué temas conoceremos?

¿Qué queremos lograr?

- **La estrategia.**



Sesión 4.

Intención Pedagógica:

“Que el alumno identifique como aplicar la estrategia al participar en juegos de oposición”.



¡Para Iniciar!



En un breve texto, responde las siguientes preguntas:

- **¿Qué entiendes por estrategia?**
- **¿Qué entiendes por iniciación deportiva?**
- **¿Para qué crees que sirva la estrategia en el deporte?**

Sesión 4: “Touch”

Organización:

- **En un espacio de 3x3 dividido en dos partes.**
- **1vs 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 dibujando con un gis la línea central la cual deberán de respetar sin pisarla o invadir el terreno del contrario.

Ambos participantes deberán de tratar de tocar (Touch) al contrincante evitando ser tocados.

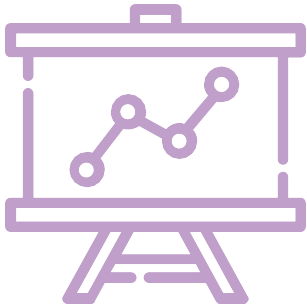
Gana el que logre primero siete touches. En la primera ronda el touch será con las manos.

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

En la tercera ronda el touch será con la calceta.

Es importante adoptar una posición de defensa.

Productos/ Retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

¿Se te dificultó lograr el desafío?

¿Pudiste aplicar estrategias en tu actuación?

¿Mejóro tu desempeño con las estrategias que aplicaste?

Diseña otras actividades para esta sesión, conforme lo siguiente:

Orientaciones didácticas:

- **Proponga actividades donde el alumno intercambie y ponga en práctica pautas de actuación estratégica en relación con situaciones de desventaja.**

Sugerencias de Evaluación:

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- **Demuestre actitudes de tolerancia y respeto mutuo.**
- **Distinga sus capacidades y habilidades motrices**

Para evaluar solicite evidencias a los alumnos, como:

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

Rúbrica:

Señala con una X el nivel que consideras haber logrado

Indicador y nivel Criterio	<i>Excelente</i>	<i>Básico</i>	<i>Suficiente</i>	<i>Insuficiente</i>
<i>Actuación estratégica</i>	Aplicaste eficazmente tus habilidades de control corporal para evitar ser tocado y tu tocar a tu compañero con el implemento.	Aplicaste ligeramente tus habilidades de control corporal para evitar ser tocado y tu tocar a tu compañero con el implemento.	Demuestras cierta dificultad en tus habilidades de control corporal para evitar ser tocado y tu tocar al otro con el implemento.	Se te dificulta aplicar tus habilidades de control corporal para evitar ser tocado y tu tocar al otro con el implemento.
<i>Disfrute del juego</i>	Apreciaste lo placentero del juego y casi todas las actividades fueron divertidas, mostrando un buen desempeño motriz.	Apreciaste lo placentero del juego y te divertiste en solo algunas actividades, mostrando un buen desempeño motriz.	Te divertiste en solo una de las actividades, y tu desempeño motriz fue bueno.	Casi no te divertiste y tu desempeño motriz no fue muy bueno.

Evaluación del desempeño del alumno:

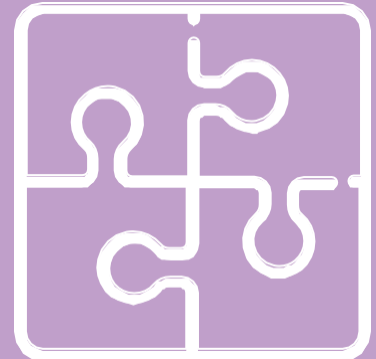
Contesta las siguientes preguntas :

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



¿Qué creés que tendrías que hacer para poder mejorar tus habilidades?

¿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.**

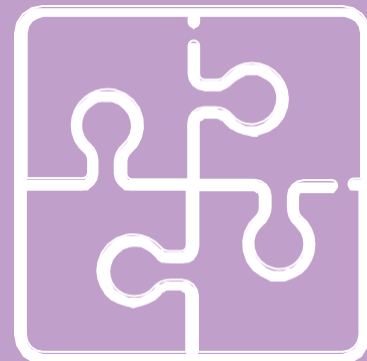
Investiguen más juegos donde puedas desarrollar más tus habilidades y mejorar el pensamiento estratégico, practíquenlos en familia.

ANEXOS.

Para saber más:

Referencias:

- https://www.planprogramasdestudio.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

