



# 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 de noviembre. Incluimos las intenciones pedagógicas de cada sesión que la conforman.

Se considera una actividad específica por sesión que promoverá el logro de la intención pedagógica.



# UNIDAD DIDÁCTICA:

**Eje:** Competencia motriz.

**Componente pedagógico didáctico:**

Desarrollo de la motricidad.

**Aprendizaje esperado:**

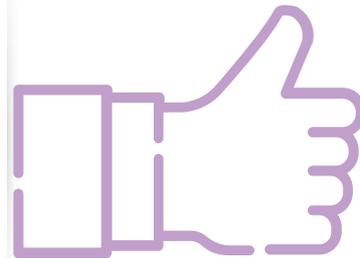
“Evalúa su desempeño a partir de retos y situaciones de juego a superar por él, sus compañeros o en conjunto, con el propósito de sentirse y saberse competente”.



## Recomendaciones Generales

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

Se considera una actividad específica por sesión que promueva el logro de la intención pedagógica.





## **Titulo de la unidad**

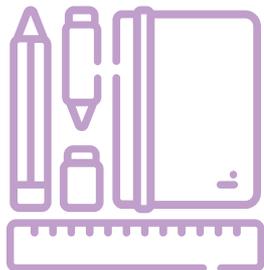
“Juego y evalúo mi desempeño”

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

“Que el alumno valore su desempeño al superar retos y situaciones de juego en un ambiente de cooperación y competición”.

## ¿Qué temas conoceremos?

- Habilidades motrices y destrezas motrices.
- Desempeño motor



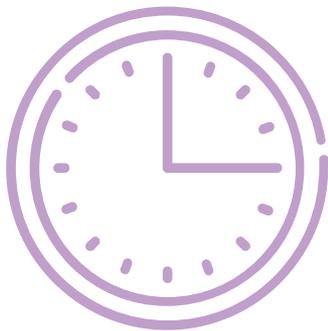
## ¿Qué queremos lograr?

### Sesión 1.

#### Intención Pedagógica:

“Que el alumno exprese en retos y situaciones motrices su actuación y desempeño logrando una mayor seguridad en sí mismo”.

**¡Para iniciar!**



## Sesión 1: “Me desplazo y lanzo”

### Organización:

Busca un espacio libre de peligros.

Pueden jugar 2 o más integrantes de la familia.

# Sesión 1: “Me desplazo y lanzo”

## Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- ✓ Diversos materiales seguros que haya en casa (botes, cojines, cajas, sillas, vasos, peluches) que puedan saltar.
- ✓ 10 materiales que puedas derribar sin que se rompan (botes de plástico, vasos, etc.)
- ✓ Mesa
- ✓ 3 pelotas de calcetín enrollados.



Adaptado de *Educación Física Sexto grado* (p 76), por I. Huesca 2010. Secretaría de Educación.

**¡A jugar!**



## Sesión 1: “Me desplazo y lanzo”.

Para iniciar el juego, coloca 10 objetos separados sobre la mesa, a una distancia de 7 metros traza una línea, detrás de la línea coloca los 4 materiales alineados a una distancia de medio metro entre ellos. Tomarás las 3 pelotas comenzaras a saltar los 4 materiales, al llegar a la línea lanzas de una en una las pelotas para derribar los objetos.

Se gana 1 punto por objeto derribado aunque se quede en la mesa.

**¡A jugar!**



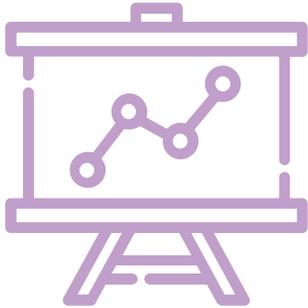
## Sesión 1: “Me desplazo y lanzo”.

Esta actividad la realizarás en 3 ocasiones, si derribas antes los 10 objetos ahí finaliza el reto. Para finalizar registra tus puntos obtenidos en el primer recorrido y en los dos que inventaste.

Con el mismo material y diferentes movimientos inventa dos recorridos en el cual puedas actuar de diferente manera sintiéndote competente.

Puedes hacerlo a manera de relevos con tu familia.

## Productos/ Retroalimentación



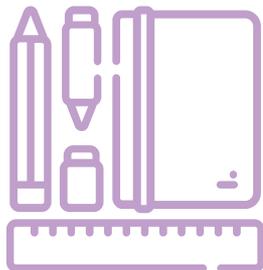
En tu cuaderno, realiza lo siguiente:

Investiga: ¿Qué es ser competente?  
Menciona 5 acciones en las que te consideras que tu desempeño es competente.

Responde a las preguntas:  
¿Qué habilidades, capacidades y destrezas motrices implementaste para resolver el reto?  
¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

## ¿Qué temas conoceremos?

- Desempeño motor.
- Habilidades y destrezas motrices.
- Concentración y seguridad.



## ¿Qué queremos lograr?

### Sesión 2.

#### Intención Pedagógica:

“Que el alumno reconozca su desempeño al superar retos y situaciones motrices que le permitan lograr una mayor concentración y seguridad en sí mismo”.

**¡Para iniciar!**



## Sesión 2: “Salto, salto a lo alto”

### Organización:

En este juego se requiere un lugar libre de obstáculos.

Un integrante de la familia puede sostener el resorte.

Salvaguardar en todo momento la integridad física de los alumnos.

## Sesión 2: “Salto, salto a lo alto”

### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- ✓ Una cuerda, listón o resorte de aproximadamente 2 metros.
- ✓ Muebles de casa.
- ✓ Cuaderno.
- ✓ Lápiz o pluma.



Adaptada de *Educación física Tercer grado* (p 60), por C. González, 2010, Secretaría de Educación.

**¡A jugar!**

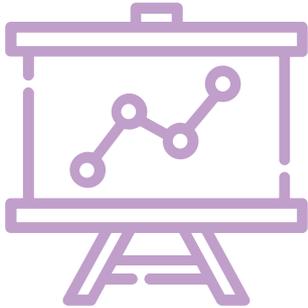


## Sesión 2: “Salto, salto a lo alto”

Para iniciar amarra un extremo de la cuerda en algún mueble de tu casa a una altura de 20 centímetros, enseguida un integrante de la familia tomará el otro extremo estirando la cuerda para que saltes de un lado a otro sin tocarla, tendrás 3 intentos para lograrlo y así aumentar 10 centímetros más de altura a los siguientes saltos. Para finalizar registra la altura final de tus saltos.

Puedes darle variantes a la actividad: como mover la cuerda, saltar de diferentes formas en cada intento, etcétera.

## Productos/ Retroalimentación



Contesta en tu cuaderno las siguientes preguntas:

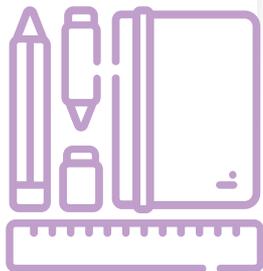
¿Qué capacidades, habilidades y destrezas desarrolle en el reto?

¿Cómo fue mi desempeño durante la actividad? Explica cómo lo hiciste.

De manera breve, platica con tu familia las dificultades que tuviste en el juego y cómo puedes mejorar, así mismo que fue lo que más te gustó.

## ¿Qué temas conoceremos?

- Valoración de ser competente (habilidades, actitudes y valores).
- Formas de actuación en las tareas motrices.



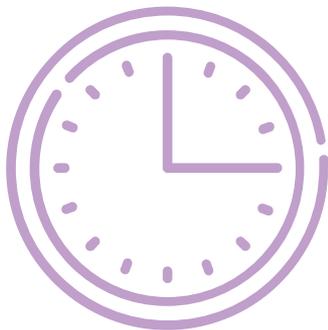
## ¿Qué queremos lograr?

### Sesión 3.

#### Intención Pedagógica:

“Que el alumno proponga diversas formas de actuación en las tareas motrices valorando su esfuerzo para sentirse competente”.

**¡Para iniciar!**



## Sesión 3: “Pateo y sumo”

### Organización:

Se requiere un espacio al interior o exterior de la casa libre de obstáculos.

Salvaguardar en todo momento la integridad física de los alumnos.

## Sesión 3: “Pateo y sumo”

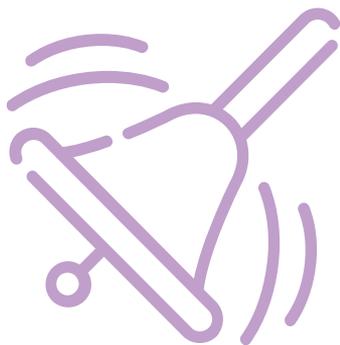
### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- ✓ 3 cajas de cartón, botes o recipientes.
- ✓ 2 pelotas de periódico.
- ✓ 3 pelotas con calcetines enrollados.
- ✓ Marcador



Adaptada de *Educación física Segundo grado* (p 38), por C. González, 2010, Secretaría de Educación.

**¡A jugar!**

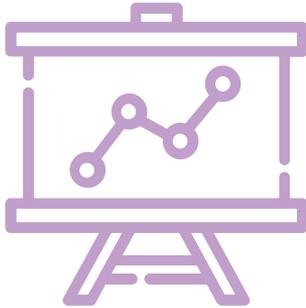


### Sesión 3: “Pateo y sumo”

Para iniciar asígnale un número a cada caja, una de 10, 20 y 30. Colócalas boca arriba formando un triángulo, en la base del triángulo estarán las cajas con el número 10 y 20, en la esquina superior quedará el número 30. A una distancia de 4 metros pinta una línea desde donde patearas las distintas pelotas para que entren en las cajas, si se sale no cuenta. Al finalizar tus 5 patadas suma tu puntuación, esta actividad la realizaras 3 veces.

Para finalizar registra en tu cuaderno tus puntuaciones.

## Productos/ Retroalimentación



Después de realizar el juego responde las siguientes preguntas en tu cuaderno.

¿Qué dificultades y potenciales tuviste en el reto?

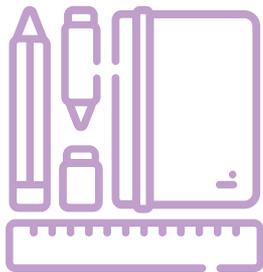
¿Cómo lograste resolver el reto?

¿Te esfuerzas por ser más competente en los retos? Explícalo.

¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

## ¿Qué temas conoceremos?

- Evaluación del desempeño.
- Trabajo colaborativo.
- Aspectos actitudinales (seguridad y confianza).



## ¿Qué queremos lograr?

### Sesión 4.

#### Intención Pedagógica:

“Que el alumno sea capaz de evaluar su actuación y desempeño en situaciones de juego que impliquen seguridad y confianza en sí mismo”.

**¡Para iniciar!**



## Sesión 4: “Escoba chuza”

### 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.

Las cajas o cestos se colocarán a una distancia de 3 metros, 4 metros y 5 metros de la línea de tiro.

## Sesión 4: “Escoba chuza”

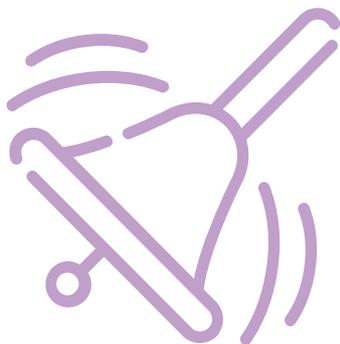
### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- ✓ 1 pelota.
- ✓ 6 botellas de plástico.
- ✓ 5 materiales caseros para esquivar.
- ✓ Gis para trazar una línea.
- ✓ Escoba.



Adaptada de *Educación Física Cuarto grado* (p 25), por L. López, 2010, Secretaría de Educación.

**¡A jugar!**



## Sesión 4: “Escoba chuza”

Para iniciar el reto marca las 6 botellas del 1 al 6, colócalas en triángulo a manera de boliche, a una distancia de 2 metros traza una línea, detrás coloca los 5 materiales caseros separados a una distancia de medio metro.

Coloca la pelota en el suelo y con la escoba la vas a conducir en zigzag entre los 5 materiales al llegar a la línea golpeas la pelota con la escoba para derribar las botellas, ve sumando los puntos.

Lo realizarás 3 veces y al finalizar sumarás tus puntos obtenidos y ubicarás tu desempeño de acuerdo al nivel alcanzado.

**¡A jugar!**

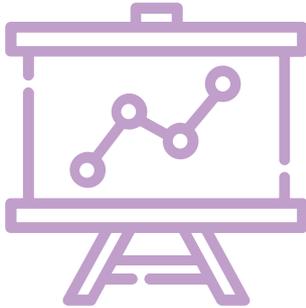


## Sesión 4: “Escoba chuza”

Puntaje	Nivel
Más de 50 puntos	Sobresaliente
Entre 30 y 49 puntos	Satisfactorio
Menos de 29 puntos	Básico

Podrás jugar con otro integrante para retarlo o en parejas, también pueden proponer diferentes formas de hacer los recorridos.

## Productos/ Retroalimentación



Después de realizar el reto anota en tu cuaderno lo siguiente:

Investiga que valores debe tener una persona para poder actuar de manera competente.

¿Cómo evalúas tu desempeño para resolver el reto?

¿Qué dificultades identificaste y cómo puedes mejorar?

¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

# Rúbrica de Evaluación



Marca con una  tus respuestas.

Indicadores	Excelente	Satisfactorio	Suficiente
¿Logre reconocer mi actuación y desempeño en las actividades?			
¿Fui capaz de resolver los retos de manera competente?			
¿Demostré seguridad y confianza al realizar las actividades?			

# Actividades de evaluación formativa

Responde las siguientes preguntas.

- ¿Qué aprendí al realizar las actividades de esta unidad didáctica?
- ¿Cómo me sentí al realizar las actividades?
- ¿Qué se me dificultó al realizar las actividades en casa y con mi familia y cómo puedo mejorar?
- ¿Cómo puedo mejorar mi desempeño?

## Ideas para la familia:

- Procuren hacer las actividades motrices y retos en familia, para sentirse acompañados en el aprendizaje.
- Compartan las experiencias y emociones vividas durante los retos motores.
- Organicen en familia un horario para realizar las actividades de Educación Física y así puedan participar todos.
- Reconozcan el esfuerzo y participación de cada integrante de la familia en las actividades.
- Recuerden que al terminar las actividades deberán asearse (lavarse las manos).

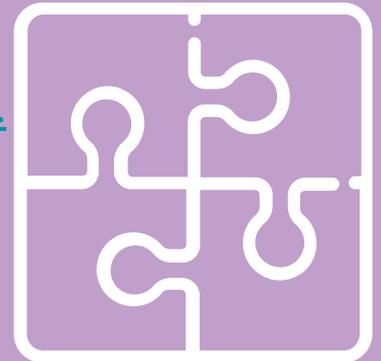


Imagen adaptada de *Educación Física. Sexto grado* (p. 99), por González, C. Huesca, Israel. 2011. Secretaría de Educación Pública.

# REFERENCIAS

SEP. (2017). Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Educación Física. Educación Básica. Plan y Programas de estudio, Orientaciones Didácticas y Sugerencias de Evaluación. Ciudad de México: CONALITEG.

[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)



# 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**

Abraham Fernández Zarate

Adriana Hernández Chávez

Julio Guillermo Maurin Salcedo

Liliana Isabel Silva Ramos

**Responsables de contenido:**

Josué Gómez González

**Diseño gráfico**





**Educación**

