

INTRODUCCIÓN

El siguiente cuaderno didáctico motriz de los aprendizajes clave, es una propuesta bimestral de orientación, asesoría, consulta y acompañamiento técnico-Pedagógico para los docentes para el trabajo colaborativo con los padres de familia, alumnos y demás integrantes de la familia, en el que es fundamental permanecer en casa para cuidar la salud de adultos, padres e hijos, en el que el tiempo se vea aprovechado en actividades productivas de aprendizaje, desde la Educación Física. Es por eso que brindamos este apoyo para que los alumnos puedan desenvolverse de manera integral y se fortalezca los aprendizajes clave desde Preescolar, hasta secundaria.

CRONOGRAMA DE TAREAS MOTRICES

SEMANA 1	SEMANA 2	SEMANA 3	SEMANA 4
Sesión 1 (Juego 1 y 2)	Sesión 2 (Juego 1 y 2)	Sesión 3 (Juego 1 y 2)	Sesión 4 (Juego 1 y 2)
Análisis del Video 1	Análisis del Video 2	Análisis del Video 3	Análisis del Video 4
SEMANA 5	SEMANA 6	SEMANA 7	SEMANA 8
Sesión 5 (Juego 1 y 2)	Sesión 6 (Juego 1 y 2)	Sesión 7 (Juego 1 y 2)	Sesión 8 (Juego 1 y 2)
Análisis del Video 5	Análisis del Video 6	Análisis del Video 7	Análisis del Video 8

INSTRUMENTO: Bitácora motriz de Aprendizaje

RASGOS A EVALUAR:

¿Qué habilidades puse en práctica?

¿Que sentí?

¿Que aprendí?

¿Qué me salió muy bien?

¿Qué se me dificultó?

CALIFICACION	DESEMPEÑO	CARACTERISTICAS
5 Y 6	INSUFICIENTE	No muestra interés por los retos y desafíos Presenta varias dificultades prácticas en la sesión Carece de información en su evidencia de trabajo
7 Y 8	SUFICIENTE	El interés que muestra es por cumplir Realiza las tareas motrices con mínimas dificultades Su bitácora cuenta con información básica de lo aprendido
9	OPTIMO	Es un alumno que sobresale por su gran actitud e interés Es muy bueno en las actividades logrando lo plasmado Redacta lo aprendido, sin embargo es necesario mayor reflexión
10	EXCELENTE	Es un alumno con mantiene la actitud e interés en la sesión Presenta capacidades y habilidades excelentes en la práctica Cuenta con mayor capacidad de argumentación en la bitácora

Para poder evaluar es necesario guiarse en los tres indicadores básicos para asignarle una calificación en casa y plasmándolo en la Bitácora Motriz del Aprendizaje, cuya meta sea que el alumno mejore en las debilidades y necesidades que presente en cada sesión, por lo que será de gran ayuda se le vaya orientando al alumno o alumna, como mejorar y en que indicador debe hacerlo, ya que uno alude al conocimiento, otro a lo procedimental de lo práctico y otro al actitudinal, de las conductas y actitudes durante la sesión, para que al final podamos tener un patrón de desempeño que permita analizarlo.

DOCENTE:		ESCUELA		RETOS Y DESAFIOS		
ALUMNO		FECHA:		SESION 1		
NIVEL	Primaria	APRENDIZAJES ESPERADOS	GRADO/GRUPO	1º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1-Explora la combinación de los patrones básicos de movimiento en diferentes actividades y juegos, para favorecer el control de sí. ()	2-Aplica los patrones básicos de movimiento al relacionar el espacio, el tiempo y los objetos que utiliza para responder a las actividades y juegos en los que participa. ()		3-Emplea distintos segmentos corporales al compartir sus posibilidades expresivas y motrices en actividades y juegos, para mejorar el conocimiento de sí. ()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Explora el equilibrio, la orientación espacio-temporal y la coordinación motriz en actividades y juegos, para impulsar la expresión y control de sus movimientos. ()	5-Pone a prueba sus respuestas motrices en actividades y juegos, individuales y colectivos, con la intención de canalizar y expresar el gusto por moverse. (X)		6-Identifica las normas de convivencia en actividades y juegos, con el propósito de asumir actitudes que fortalecen el respeto y la inclusión de los demás. (X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego sensorial

RECURSOS: Cuerda y pintura de agua.

VARIANTE: Animales del ambiente

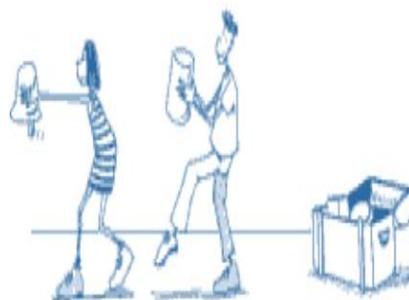
Quien pierde deberá de decir un animal de acuerdo al medio mencionado, si no lo dice se le anota una cruz en el cachete y quien tenga tres baila la pelusa.

TRANSVERSALIDAD:

Español 5.4 Se estará promoviendo el empleo del lenguaje para expresar ideas, emociones y argumentos.

JUEGO: Agua, tierra y aire

Se coloca una cuerda extendida en el suelo y el grupo atrás de ella. Si se dice agua brincan con dos pies al otro lado de la cuerda, si es tierra regresan al lugar de origen y en ocasiones escuchan aire, deben brincar en el mismo lugar con los dos pies juntos. Quien se equivoca dice las órdenes.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego cooperativo

RECURSOS: Caja de cartón, materiales de la clase y salón.

VARIANTE: Mudanza silenciosa

Todos deben de realizar la mudanza en silencio sin decir una palabra y todo mediante señales.

TRANSVERSALIDAD:

Formación cívica y ética. Se estará promoviendo el sentido de pertenencia a la comunidad, la nación y la humanidad. (Competencia)

JUEGO: La mudanza

Todo el salón deberá de vaciar una caja llena de pelotas, paliacates y materiales del salón y colocarlos en una mesa de mayor a menor tamaño. Para ello deberán hacer una fila y pasarse de uno en uno. Quien coloca un objeto en la mesa pasa a formarse hasta el final de la fila. Si se les cae un material se regresa todo a la caja.

Propuesta de los alumnos (as): Dibuja o escribe tu juego que se apegue al aprendizaje



BITACORA MOTRIZ DEL APRENDIZAJE EN EDUCACIÓN FISICA No. 1

DOCENTE: NIVEL: TURNO:
ESCUELA: GRADO: GRUPO: FECHA:
ALUMNO: N.L: CALIFICACION: DESEMPEÑO:

CONTESTA DE MANERA REFLEXIVA LAS CUESTIONES CON BASE A LAS TAREAS MOTRICES

¿Qué habilidades puse en práctica?

¿Que sentí?

¿Que aprendí?

¿Qué me salió muy bien?

¿Qué se me dificultó?

Es necesario el apoyo de los padres para plasmar lo obtenido de las tareas

Firma del padre/tutor

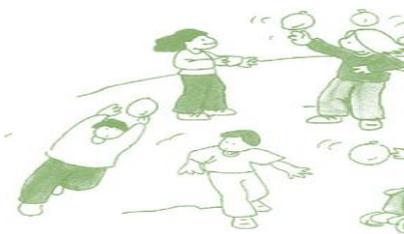
Observaciones:

Firma del docente



DOCENTE:		ESCUELA		RETOS Y DESAFIOS		
ALUMNO		FECHA:		SESION 2		
NIVEL	Primaria	APRENDIZAJES ESPERADOS	GRADO/GRUPO	1º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1-Explora la combinación de los patrones básicos de movimiento en diferentes actividades y juegos, para favorecer el control de sí. ()	2-Aplica los patrones básicos de movimiento al relacionar el espacio, el tiempo y los objetos que utiliza para responder a las actividades y juegos en los que participa. ()		3-Emplea distintos segmentos corporales al compartir sus posibilidades expresivas y motrices en actividades y juegos, para mejorar el conocimiento de sí. ()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Explora el equilibrio, la orientación espacio-temporal y la coordinación motriz en actividades y juegos, para impulsar la expresión y control de sus movimientos. ()	5-Pone a prueba sus respuestas motrices en actividades y juegos, individuales y colectivos, con la intención de canalizar y expresar el gusto por moverse. (X)		6-Identifica las normas de convivencia en actividades y juegos, con el propósito de asumir actitudes que fortalecen el respeto y la inclusión de los demás. (X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Globos y pelotas

VARIANTE: Sopla que sopla

Inflar un globo y empujar una pelota con el aire del globo hasta una línea controlando el aire que van dejando.

TRANSVERSALIDAD:

Inglés 4.3. Se estará favoreciendo actuar con respeto, amabilidad y cortesía en la convivencia cotidiana.

JUEGO: Globo juguétón

Los niños deben ir golpeando un globo, con diversas partes del cuerpo, intentando que no caiga al suelo. Cada vez que golpean el globo deben nombrar la parte del cuerpo con la que lo han realizado.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Ronda

RECURSOS: pelotas o pañuelos

VARIANTE: Acitrón saltarín

En el primer trique salten a la derecha en el segundo trique salten a la izquierda entran nuevamente a la derecha. Que salten alternando y cruzando los pies al avanzar.

TRANSVERSALIDAD:

Formación cívica y ética. Se estará reforzando el respeto y valoración de la diversidad. (Competencia)

JUEGO: Acitrón

Se reúnen los alumnos en círculo y deben de repetir las frases que diga el profesor: "Acitrón de un fandango sango, sango, sabaré, sabaré de tarantela, con su trique, trique tran. Por la vía voy pasando, por la vía pasa el tren, de un fandango sango, sango, sabaré. Se puede usar pelotas pasar de mano

Propuesta de los alumnos (as): Dibuja o escribe tu juego que se apegue al aprendizaje



BITACORA MOTRIZ DEL APRENDIZAJE EN EDUCACIÓN FISICA No. 2

DOCENTE: NIVEL: TURNO:
ESCUELA: GRADO: GRUPO: FECHA:
ALUMNO: N.L: CALIFICACION: DESEMPEÑO:

CONTESTA DE MANERA REFLEXIVA LAS CUESTIONES CON BASE A LAS TAREAS MOTRICES

¿Qué habilidades puse en práctica?

¿Que sentí?

¿Que aprendí?

¿Qué me salió muy bien?

¿Qué se me dificultó?

Es necesario el apoyo de los padres para plasmar lo obtenido de las tareas

Firma del padre/tutor

Observaciones:

Firma del docente



DOCENTE:		ESCUELA		RETOS Y DESAFIOS		
ALUMNO		FECHA:		SESION 3		
NIVEL	Primaria	APRENDIZAJES ESPERADOS	GRADO/GRUPO	1º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1-Explora la combinación de los patrones básicos de movimiento en diferentes actividades y juegos, para favorecer el control de sí. ()	2-Apply los patrones básicos de movimiento al relacionar el espacio, el tiempo y los objetos que utiliza para responder a las actividades y juegos en los que participa. ()		3-Emplea distintos segmentos corporales al compartir sus posibilidades expresivas y motrices en actividades y juegos, para mejorar el conocimiento de sí. ()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Explora el equilibrio, la orientación espacio-temporal y la coordinación motriz en actividades y juegos, para impulsar la expresión y control de sus movimientos. ()	5-Pone a prueba sus respuestas motrices en actividades y juegos, individuales y colectivos, con la intención de canalizar y expresar el gusto por moverse. (X)		6-Identifica las normas de convivencia en actividades y juegos, con el propósito de asumir actitudes que fortalecen el respeto y la inclusión de los demás. (X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Revistas, tijeras, resistol y cartulina

VARIANTE: Collage de movimientos

Por equipo se les entrega una cartulina y resistol para pegar sus recortes de alguna forma decidida por ellos.

TRANSVERSALIDAD:

Educación artística. Se estará favoreciendo las artes visuales (Lenguaje artístico)

JUEGO: Corto y pego

Se les entregan revistas y tijeras a los alumnos y deberán de recortar de cada una 10 imágenes en donde se vean acciones motrices. Posteriormente van pasando uno por uno al centro del salón y las muestras y todos los demás las tiene que imitar.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego sensorial

RECURSOS: Aros

VARIANTE: Niños contadores

Los alumnos que no encuentre aro serán aquellos que cuenten con los ojos cerrados y mencionarán un color de aro.

TRANSVERSALIDAD:

Exploración de la naturaleza y la sociedad. 2.1. Se estará favoreciendo relacionar las fuerzas, el magnetismo, la electricidad, la luz, el calor y el sonido con su aplicación en diversos aparatos de uso cotidiano.

JUEGO: busco mi circulo

En casa el alumno deberá irse desplazando, para eso los papas podrán usar cuerdas, gises o prendas para simular los círculos de tal manera que entre hermanos puedan jugarlo, a la señal deben cambiar de lugar, y poco a poco ir quitando cuerdas, círculos o prendas de tal manera que puedan convivir y su vez practicar sus habilidades.

Propuesta de los alumnos (as): Dibuja o escribe tu juego que se apegue al aprendizaje



BITACORA MOTRIZ DEL APRENDIZAJE EN EDUCACIÓN FISICA No. 3

DOCENTE: NIVEL: TURNO:
ESCUELA: GRADO: GRUPO: FECHA:
ALUMNO: N.L: CALIFICACION: DESEMPEÑO:

CONTESTA DE MANERA REFLEXIVA LAS CUESTIONES CON BASE A LAS TAREAS MOTRICES

¿Qué habilidades puse en práctica?

¿Que sentí?

¿Que aprendí?

¿Qué me salió muy bien?

¿Qué se me dificultó?

Es necesario el apoyo de los padres para plasmar lo obtenido de las tareas

Firma del padre/tutor

Observaciones:

Firma del docente



DOCENTE:		ESCUELA		RETOS Y DESAFIOS		
ALUMNO		FECHA:		SESION 4		
NIVEL	Primaria	APRENDIZAJES ESPERADOS	GRADO/GRUPO	1º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1-Explora la combinación de los patrones básicos de movimiento en diferentes actividades y juegos, para favorecer el control de sí. ()	2-Aplica los patrones básicos de movimiento al relacionar el espacio, el tiempo y los objetos que utiliza para responder a las actividades y juegos en los que participa. ()		3-Emplea distintos segmentos corporales al compartir sus posibilidades expresivas y motrices en actividades y juegos, para mejorar el conocimiento de sí. ()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Explora el equilibrio, la orientación espacio-temporal y la coordinación motriz en actividades y juegos, para impulsar la expresión y control de sus movimientos. ()	5-Pone a prueba sus respuestas motrices en actividades y juegos, individuales y colectivos, con la intención de canalizar y expresar el gusto por moverse. (X)		6-Identifica las normas de convivencia en actividades y juegos, con el propósito de asumir actitudes que fortalecen el respeto y la inclusión de los demás. (X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Globos

VARIANTE: Cadena de globos

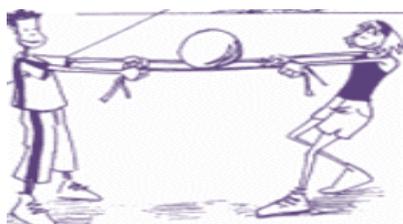
Cada 2 minutos el alumno deberá de controlar un globo más dejando que no toquen el suelo, si lo hace ahí deja el globo y otro alumno lo puede levantar.

TRANSVERSALIDAD:

Formación cívica y ética. Se estará promoviendo la comprensión y aprecio por la democracia. (Competencia)

JUEGO: Globo perolo

Cada niño se desplaza tocando un globo intentando que no se caiga al suelo. Al que se le caiga se quedará quieto con su globo y dirá la siguiente frase "quieto me quedo, globo perolo, si me tocas me voy solo". Sus compañeros podrán salvarlo tocándole en una parte de su cuerpo.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego cooperativo

RECURSOS: Cuerdas y globos

VARIANTE: Más equilibrio

Cada dos minutos de tiempo el profesor coloca un globo sobre la cuerda de cada uno de los participantes.

TRANSVERSALIDAD:

Ingles 4.8. Se estará fortaleciendo identificar emociones y experiencias en la comunicación.

JUEGO: Cangrejos equilibristas

Se forman parejas colocados frente a frente separados estirando cada uno el extremo de dos cuerdas. El profesor coloca un globo al centro de éstas y las parejas deben moverse por el espacio tratando de que no se caiga. Si sucede deberán levantarlo con las cuerdas sin ayuda de las manos.

Propuesta de los alumnos (as): Dibuja o escribe tu juego que se apegue al aprendizaje



BITACORA MOTRIZ DEL APRENDIZAJE EN EDUCACIÓN FISICA No. 4

DOCENTE: NIVEL: TURNO:
ESCUELA: GRADO: GRUPO: FECHA:
ALUMNO: N.L: CALIFICACION: DESEMPEÑO:

CONTESTA DE MANERA REFLEXIVA LAS CUESTIONES CON BASE A LAS TAREAS MOTRICES

¿Qué habilidades puse en práctica?

¿Que sentí?

¿Que aprendí?

¿Qué me salió muy bien?

¿Qué se me dificultó?

Es necesario el apoyo de los padres para plasmar lo obtenido de las tareas

Firma del padre/tutor

Observaciones:

Firma del docente



DOCENTE:		ESCUELA		RETOS Y DESAFIOS		
ALUMNO		FECHA:		SESION 5		
NIVEL	Primaria	APRENDIZAJES ESPERADOS	GRADO/GRUPO	1º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1-Explora la combinación de los patrones básicos de movimiento en diferentes actividades y juegos, para favorecer el control de sí. ()	2-Aplica los patrones básicos de movimiento al relacionar el espacio, el tiempo y los objetos que utiliza para responder a las actividades y juegos en los que participa. ()		3-Emplea distintos segmentos corporales al compartir sus posibilidades expresivas y motrices en actividades y juegos, para mejorar el conocimiento de sí. ()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Explora el equilibrio, la orientación espacio-temporal y la coordinación motriz en actividades y juegos, para impulsar la expresión y control de sus movimientos. ()	5-Pone a prueba sus respuestas motrices en actividades y juegos, individuales y colectivos, con la intención de canalizar y expresar el gusto por moverse. (X)		6-Identifica las normas de convivencia en actividades y juegos, con el propósito de asumir actitudes que fortalecen el respeto y la inclusión de los demás. (X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego sensorial

RECURSOS: Silueta de burro, cuerdas, paliacates y tachuelas

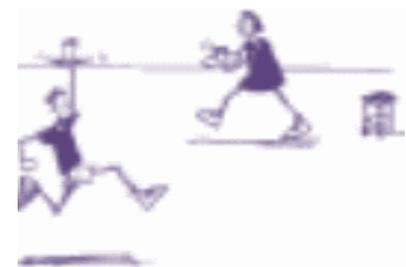
VARIANTE: Túnel de piernas

Se sientan los niños en las sillas uno frente a otro y extienden las piernas, los alumnos gatean debajo de ellas tratando de no tocarlas.

TRANSVERSALIDAD: Educación artística. Se estará fortaleciendo el teatro (Lenguaje artístico)

JUEGO: Corredor de pinos

Se colocan botellas de plástico en el suelo formando un camino. Los alumnos con los ojos vendados deberán primero de observar el camino y donde están las botellas, segundo se vendan los ojos y tiene que caminar tratando de no tirar ninguna botella. Ganará el que menos tire en su recorrido. Pueden los papas guiarlos.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego cooperativo

RECURSOS: Botella, vaso, cartón, mesa y cubeta

VARIANTE: Cuerpo en equilibrio

Transportaran el cartón y el vaso arriba de la cabeza con la ayuda de sus manos.

TRANSVERSALIDAD: Matemáticas 3.2. Se estará reforzando aplica el razonamiento matemático a la solución de problemas personales, sociales y naturales, aceptando existen diversos procedimientos para resolverlos.

JUEGO: Relevé de meseros

Formados los equipos en hilera frente a ellos una mesa. Al lado del primer alumno de cada fila se encuentra una botella con agua. A la señal deberán tomar la botella y llenar el vaso a la mitad y llevarlo encima de un pedazo de cartón y vaciarlo sobre una cubeta arriba de la mesa para regresar a dar el relevé. Ganará el equipo que menos agua riega en el piso.

Propuesta de los alumnos (as): Dibuja o escribe tu juego que se apegue al aprendizaje



BITACORA MOTRIZ DEL APRENDIZAJE EN EDUCACIÓN FISICA No. 5

DOCENTE: NIVEL: TURNO:
ESCUELA: GRADO: GRUPO: FECHA:
ALUMNO: N.L: CALIFICACION: DESEMPEÑO:

CONTESTA DE MANERA REFLEXIVA LAS CUESTIONES CON BASE A LAS TAREAS MOTRICES

¿Qué habilidades puse en práctica?

¿Que sentí?

¿Que aprendí?

¿Qué me salió muy bien?

¿Qué se me dificultó?

Es necesario el apoyo de los padres para plasmar lo obtenido de las tareas

Firma del padre/tutor

Observaciones:

Firma del docente



DOCENTE:		ESCUELA		RETOS Y DESAFIOS		
ALUMNO		FECHA:		SESION 6		
NIVEL	Primaria	APRENDIZAJES ESPERADOS	GRADO/GRUPO	1º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1-Explora la combinación de los patrones básicos de movimiento en diferentes actividades y juegos, para favorecer el control de sí. ()	2-Aplica los patrones básicos de movimiento al relacionar el espacio, el tiempo y los objetos que utiliza para responder a las actividades y juegos en los que participa. ()		3-Emplea distintos segmentos corporales al compartir sus posibilidades expresivas y motrices en actividades y juegos, para mejorar el conocimiento de sí. ()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Explora el equilibrio, la orientación espacio-temporal y la coordinación motriz en actividades y juegos, para impulsar la expresión y control de sus movimientos. ()	5-Pone a prueba sus respuestas motrices en actividades y juegos, individuales y colectivos, con la intención de canalizar y expresar el gusto por moverse. (X)		6-Identifica las normas de convivencia en actividades y juegos, con el propósito de asumir actitudes que fortalecen el respeto y la inclusión de los demás. (X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego cooperativo

RECURSOS: Cuerdas, hojas de periódico, pelotas y paliacates

VARIANTE: Mudanza peligrosa

Cada alumno llevará una pelota en las manos y un paliacate en la cabeza tratando de cruzar el río sin que se les caiga ningún material.

TRANSVERSALIDAD:

Formación cívica y ética. Se estará promoviendo la participación social y política. (Competencia)

JUEGO: Todos a la orilla

Se trazan dos líneas paralelas con cuerda. Los alumnos integrados en equipos deberán de cruzar de una "orilla" a la otra solamente pisando las 3 hojas de periódico. Quien pise fuera de ellas deberá de regresar todo el grupo al inicio. Ganará el que mejor trabajo en equipo realice.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Botellas de plástico mesas y pelotas de esponja

VARIANTE: Catapulta trasera

Los alumnos lanzan las pelotas de espalda a las botellas haciendo una parábola en su lanzamiento.

TRANSVERSALIDAD: Ingles 1.1.7. Se estará fortaleciendo emplear la experiencia personal como estímulo para escuchar.

JUEGO: Bola rápida

Traza una línea en el piso, y a partir de ésta camina diez o más pasos, ahí coloca las cinco botellas de plástico, agrupándolas de la manera que desees. Desde la línea marcada en el piso, el jugador en turno lanzará la pelota para tratar de derribar la mayor cantidad de botellas con un solo lanzamiento.

Propuesta de los alumnos (as): Dibuja o escribe tu juego que se apegue al aprendizaje



BITACORA MOTRIZ DEL APRENDIZAJE EN EDUCACIÓN FISICA No. 6

DOCENTE: NIVEL: TURNO:
ESCUELA: GRADO: GRUPO: FECHA:
ALUMNO: N.L: CALIFICACION: DESEMPEÑO:

CONTESTA DE MANERA REFLEXIVA LAS CUESTIONES CON BASE A LAS TAREAS MOTRICES

¿Qué habilidades puse en práctica?

¿Que sentí?

¿Que aprendí?

¿Qué me salió muy bien?

¿Qué se me dificultó?

Es necesario el apoyo de los padres para plasmar lo obtenido de las tareas

Firma del padre/tutor

Observaciones:

Firma del docente



DOCENTE:		ESCUELA		RETOS Y DESAFIOS		
ALUMNO		FECHA:		SESION 7		
NIVEL	Primaria	APRENDIZAJES ESPERADOS	GRADO/GRUPO	1º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1-Explora la combinación de los patrones básicos de movimiento en diferentes actividades y juegos, para favorecer el control de sí. ()	2-Aplica los patrones básicos de movimiento al relacionar el espacio, el tiempo y los objetos que utiliza para responder a las actividades y juegos en los que participa. ()		3-Emplea distintos segmentos corporales al compartir sus posibilidades expresivas y motrices en actividades y juegos, para mejorar el conocimiento de sí. ()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Explora el equilibrio, la orientación espacio-temporal y la coordinación motriz en actividades y juegos, para impulsar la expresión y control de sus movimientos. ()	5-Pone a prueba sus respuestas motrices en actividades y juegos, individuales y colectivos, con la intención de canalizar y expresar el gusto por moverse. (X)		6-Identifica las normas de convivencia en actividades y juegos, con el propósito de asumir actitudes que fortalecen el respeto y la inclusión de los demás. (X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Ronda

RECURSOS: Grabadora

VARIANTE: Movimientos a velocidad

Se entonará la canción y los movimientos del alumno a diferentes velocidades marcadas por el profesor.

TRANSVERSALIDAD: Matemática. Se estará promoviendo validar procedimientos y resultados. (Competencia)

JUEGO: Juego del calentamiento

En círculo todos comienzan a cantar: "Este es el juego del calentamiento, hay que atender la orden del sargento, jinetes a la carga, una mano, la otra. Este es el juego del calentamiento, hay que atender la orden del sargento, jinetes a la carga, un pie el otro". Se mencionan todas las partes del cuerpo



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juegos predeportivos

RECURSOS: Globos, cuerda y sillas

VARIANTE: Golpe de colores

Se menciona uno o más colores y los alumnos por equipos solo deben golpear esos con dirección al otro lado.

TRANSVERSALIDAD: Exploración de la naturaleza y la sociedad. 4.3. Se estará fortaleciendo disfrutar y apreciar los espacios naturales disponibles para la recreación y la actividad física.

JUEGO: Globo globito

Se coloca una cuerda atravesando el salón amarrada a los extremos en una silla. Los alumnos se colocan en pareja frente a frente y cada uno con un globo. Deberán de golpearlo para pasarlo a su compañero sin que toque el suelo de su cancha. (Golpear sentado, hincado, acostado y parado).

Propuesta de los alumnos (as): Dibuja o escribe tu juego que se apegue al aprendizaje



BITACORA MOTRIZ DEL APRENDIZAJE EN EDUCACIÓN FISICA No. 7

DOCENTE: NIVEL: TURNO:
ESCUELA: GRADO: GRUPO: FECHA:
ALUMNO: N.L: CALIFICACION: DESEMPEÑO:

CONTESTA DE MANERA REFLEXIVA LAS CUESTIONES CON BASE A LAS TAREAS MOTRICES

¿Qué habilidades puse en práctica?

¿Que sentí?

¿Que aprendí?

¿Qué me salió muy bien?

¿Qué se me dificultó?

Es necesario el apoyo de los padres para plasmar lo obtenido de las tareas

Firma del padre/tutor

Observaciones:

Firma del docente



DOCENTE:		ESCUELA		RETOS Y DESAFIOS		
ALUMNO		FECHA:		SESION 8		
NIVEL	Primaria	APRENDIZAJES ESPERADOS	GRADO/GRUPO	1º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1-Explora la combinación de los patrones básicos de movimiento en diferentes actividades y juegos, para favorecer el control de sí. ()	2-Aplica los patrones básicos de movimiento al relacionar el espacio, el tiempo y los objetos que utiliza para responder a las actividades y juegos en los que participa. ()		3-Emplea distintos segmentos corporales al compartir sus posibilidades expresivas y motrices en actividades y juegos, para mejorar el conocimiento de sí. ()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Explora el equilibrio, la orientación espacio-temporal y la coordinación motriz en actividades y juegos, para impulsar la expresión y control de sus movimientos. ()	5-Pone a prueba sus respuestas motrices en actividades y juegos, individuales y colectivos, con la intención de canalizar y expresar el gusto por moverse. (X)		6-Identifica las normas de convivencia en actividades y juegos, con el propósito de asumir actitudes que fortalecen el respeto y la inclusión de los demás. (X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Tapas de botellas y sillas

VARIANTE: Gol a 4 patas

Los alumnos patean sus tapas tratando de pasarlas por el centro de la silla marcando un gol por cada logro.

TRANSVERSALIDAD:

Formación cívica y ética. Se estará reforzando el conocimiento y cuidado de sí mismo. (Competencia)

JUEGO: Carrera de taparrosclas

Cada participante conseguirá tres taparrosclas del mismo color. Marquen una línea de salida y a cinco pasos de ésta coloquen una silla que servirá como meta; cada jugador tendrá tres oportunidades para patear sus taparrosclas. Avanzará de cojito y la golpeará con la punta del pie, tratando de que quede justo debajo de la silla.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Caja de cartón, papel periódico y cordones

VARIANTE: Cajas salvadoras

Se mueven cajas rojas en las cuales si una pelota cae adentro el lanzador deberá de quedarse sentado por 10 segundos.

TRANSVERSALIDAD:

Formación cívica y ética. Se estará reforzando la autorregulación y ejercicio responsable de la libertad. (Competencia)

JUEGO: La caja móvil

Consiste en introducir pelotas de papel en una caja de cartón en movimiento. Para que se deslice por el piso, dos participantes tendrán que jalarla por medio de dos cordones atados a cada lado. Cuando el participante en turno lance sus pelotas tratando de atinar, deberá actuar con precisión y mayor rapidez que sus compañeros, que moverán la caja con la intención de evitar que entre la pelota.

Propuesta de los alumnos (as): Dibuja o escribe tu juego que se apegue al aprendizaje



BITACORA MOTRIZ DEL APRENDIZAJE EN EDUCACIÓN FISICA No. 8

DOCENTE: NIVEL: TURNO:
ESCUELA: GRADO: GRUPO: FECHA:
ALUMNO: N.L: CALIFICACION: DESEMPEÑO:

CONTESTA DE MANERA REFLEXIVA LAS CUESTIONES CON BASE A LAS TAREAS MOTRICES

¿Qué habilidades puse en práctica?

¿Que sentí?

¿Que aprendí?

¿Qué me salió muy bien?

¿Qué se me dificultó?

Es necesario el apoyo de los padres para plasmar lo obtenido de las tareas

Firma del padre/tutor

Observaciones:

Firma del docente



LISTA DE VIDEOS RECOMENDADOS

PRIMER CICLO (1º Y 2º)

Video 1: Circulo con pelotas y aros

<https://www.youtube.com/watch?v=q8FCa4baLnU>

Video 2: Circuito

<https://www.youtube.com/watch?v=Ga8o8ZQOQtC>

Video 3: Papa oso

<https://www.youtube.com/watch?v=X-ZEishnN9c>

Video 4: Juegos potentes

<https://www.youtube.com/watch?v=1K5u7IYUsSo>

Video 5: Equilibrándonos

https://www.youtube.com/watch?v=l_90aHZbQpc

Video 6: Cazando pelotas

<https://www.youtube.com/watch?v=8pACp0Bw7og>

Video 7: Persecución en el circulo

<https://www.youtube.com/watch?v=hiw34xtaJkg>

Video 8: Circuito de figuras geométricas

<https://www.youtube.com/watch?v=kYcU6GeroLA>

CONCLUSIONES

En este Cuaderno Didáctico Motriz en Educación Física tiene como finalidad ser un apoyo para la carpeta de evidencias del alumno como docente, en el que es necesario contar con el apoyo colaborativo de padres de familia, docente de educación física y alumnos, en el que puedan consultar las recomendaciones del manual y del cuaderno para realizar los retos y desafíos motrices en sus casas adaptándolos a los materiales que tengan a la mano. Sabemos que ante la situación de contingencia del COVID-19, debemos tener ciertas medidas de seguridad, higiene e interacción, pero es primordial que el tiempo sea aprovechado en aras del aprendizaje de cada niño y niña del país; donde todos nos sumemos a contribuir a que sigan practicando las tareas motrices y logren adquirir los aprendizajes esperados de la Educación Física para la vida.

En este cuaderno encontraran la distribución de 8 semanas, equivale a 8 sesiones, es decir dos juegos por semana como mínimo más las variantes así como un video de análisis en caso que cuenten con internet, donde puedan practicar las tareas motrices, solicitando así el apoyo de los padres para plasmar lo aprendido en cada sesión de manera general de acuerdo a los retos y desafíos que hayan practicado ese día, si bien es cierto el tiempo, la disposición, la organización, el interés, el compromiso, el trabajo en equipo, pero sobre todo la convicción para que los hijos(as) aprendan. Será fundamental el rol de los padres para cumplir con la función de asesoría y acompañamiento como si fueran el docente de educación física. La comunicación eficaz del aprendizaje se dará cuando ambas partes logren esa conexión de lo que la educación hoy en día espera se logre al coordinarse. siendo de gran relevancia la educación en casa como el pilar de continuidad de la gran labor que han venido haciendo los docentes.

El docente de Educación Física podrá enviar el documento de trabajo, ya con los retos y desafíos motrices, en el que los alumnos deberán realizarlos en sus respectivos espacios y con las adecuaciones pertinentes a cada actividad; al finalizar la sesión los padres de familia y alumnos se dedicaran a llenar la bitácora motriz de aprendizaje como evidencia de lo que paso en esa sesión, de esta manera se ira integrando a la carpeta que cada alumno deberá comprobar al regresar a la escuela pasando la contingencia, es importante la comunicación docente-padre-alumnos en caso que surjan dudas de orientación y asesoramiento y entre todos logren que la educación continúe el rumbo para la vida.

Espacio On line de Herramientas Didácticas en
Educación Física de Calidad



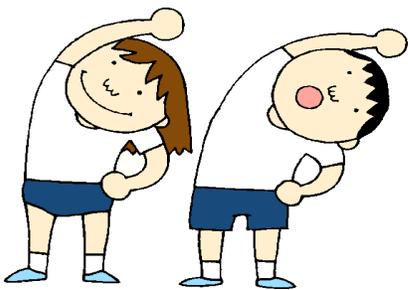
2020

1º

PRIMARIA

**CUADERNO
DIDÁCTICO MOTRIZ**

"APRENDE EN CASA"



NOMBRE DEL ALUMNO (A)

Educación Física