

Espacio On line de Herramientas Didácticas en
Educación Física de Calidad



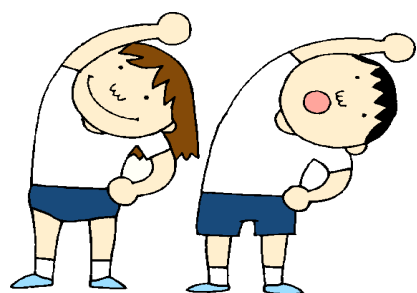
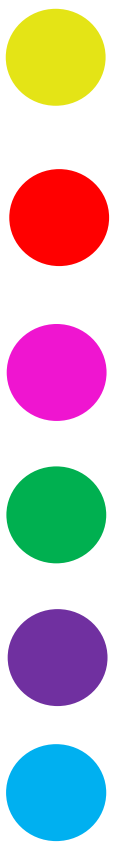
2020

2º

PRIMARIA

CUADERNO
DIDÁCTICO MOTRIZ

“APRENDE EN CASA”



NOMBRE DEL ALUMNO (A)

Educación Física

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	2º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1- Coordina patrones básicos de movimiento en actividades y juegos que implican elementos perceptivo-motrices, con el propósito de fomentar el control de sí y la orientación en el espacio.()	2-Ajusta la combinación de distintos patrones básicos de movimiento en actividades y juegos individuales y colectivos, con el objeto de responder a las características de cada una.()		3-Explora el control postural y respiratorio en actividades y juegos, con la intención de mejorar el conocimiento y cuidado de sí.()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Expresa ideas y emociones al comunicarse verbal, corporal y actitudinalmente en distintas actividades motrices, para asignarles un carácter personal.()	5- Elabora alternativas de solución ante retos y problemas que se presentan en actividades y juegos, para cumplir con la meta que se plantea.(X)		6- Distingue distintas actitudes asertivas que se manifiestan en las actividades y juegos para promover ambientes de colaboración y respeto.(X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Actividades de la expresión corporal
RECURSOS: Hoja blanca, colores, música y papel craft

VARIANTE: Mural de emociones

Se pega papel craft en el pizarrón el docente menciona un color, quienes lo tengan deberán de dibujar en el mural de las emociones.

TRANSVERSALIDAD:

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

JUEGO: Escucha, siente y dibuja

Todos los alumnos sentados en el suelo con una hoja blanca y colores. Comienza a sonar la música y cierran los ojos, cuando se dé un silbatazo empiezan a dibujar en la hoja imaginaciones, caricaturas o representaciones que les cause el escuchar la música. Cada minuto cambiar de ritmo musical.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor
RECURSOS: Materiales de la clase, papel craft, charolas y colores

VARIANTE: Dedos pintores

Se coloca un pedazo de papel craft grande, cada alumno sentado en los laterales. Se colocan charolas con diversos colores y cada alumno deberá de dibujar lo que guste.

TRANSVERSALIDAD:

Formación cívica y ética. Se estará reforzando el manejo y resolución de conflictos. (Competencia)

JUEGO: Garabatos

Todos los alumnos se quitan el tenis y se coloca en el centro del salón pelotas de diferentes tamaños, libros, colores, hojas blancas y bolitas de papel. A la señal del profesor cada escolar deberá de tomar un material y manipularlo solamente con los miembros inferiores del cuerpo. Cierta tiempo se da un silbatazo y deberá de cambiar de material para explorar sus movimientos.

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	2º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1- Coordina patrones básicos de movimiento en actividades y juegos que implican elementos perceptivo-motrices, con el propósito de fomentar el control de sí y la orientación en el espacio.()	2-Ajusta la combinación de distintos patrones básicos de movimiento en actividades y juegos individuales y colectivos, con el objeto de responder a las características de cada una.()		3-Explora el control postural y respiratorio en actividades y juegos, con la intención de mejorar el conocimiento y cuidado de sí.()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Expresa ideas y emociones al comunicarse verbal, corporal y actitudinalmente en distintas actividades motrices, para asignarles un carácter personal.()	5- Elabora alternativas de solución ante retos y problemas que se presentan en actividades y juegos, para cumplir con la meta que se plantea.(X)		6- Distingue distintas actitudes asertivas que se manifiestan en las actividades y juegos para promover ambientes de colaboración y respeto.(X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Actividades de la expresión corporal

RECURSOS: Música y pandero

VARIANTE: Pandero loco

Un alumno golpea un pandero a diferentes percusiones y el grupo lo imita con movimientos variados.

TRANSVERSALIDAD:

Inglés 3.4. Se estará fortaleciendo reproducir patrones sonoros y rítmicos a partir de rimas, canciones y poemas infantiles.

JUEGO: Panderos y palmadas

Los alumnos se distribuyen libremente por la pista al ritmo de la música, cuando el profesor toque las palmas deberán seguir desplazándose con las manos en la espalda y al ritmo de la música. Cuando el profesor toque el pandero deberán seguir desplazándose con las manos a las rodillas, (se pueden ir cambiando las consignas).



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Gis, colchonetas y materiales de la clase y personales

VARIANTE: Serpientes cargadoras

Se colocan los objetos en la espalda y reptan encima de colchonetas hasta dejarlos en la zona establecida.

TRANSVERSALIDAD:

Español 3.6 Se estará reforzando que mantiene una conversación en la que explica y argumenta sus preferencias o puntos de vista.

JUEGO: Canguros

Con gis traza un círculo en el piso y coloca el suéter, zapatos, libretas y otros objetos de la clase en su interior. A dos o tres pasos traza otro círculo. Colócate uno de los objetos entre las piernas, a la altura de las rodillas, y transpórtalo de un círculo a otro, brincando como canguro.

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	2º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1- Coordina patrones básicos de movimiento en actividades y juegos que implican elementos perceptivo-motrices, con el propósito de fomentar el control de sí y la orientación en el espacio.()	2-Ajusta la combinación de distintos patrones básicos de movimiento en actividades y juegos individuales y colectivos, con el objeto de responder a las características de cada una.()		3-Explora el control postural y respiratorio en actividades y juegos, con la intención de mejorar el conocimiento y cuidado de sí.()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Expresa ideas y emociones al comunicarse verbal, corporal y actitudinalmente en distintas actividades motrices, para asignarles un carácter personal.()	5- Elabora alternativas de solución ante retos y problemas que se presentan en actividades y juegos, para cumplir con la meta que se plantea.(X)		6- Distingue distintas actitudes asertivas que se manifiestan en las actividades y juegos para promover ambientes de colaboración y respeto.(X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Cordón y sillas

VARIANTE: Silla catapulta

Pueden utilizar una silla para subirse y brincar el cordón cuando se encuentre en alturas mayores.

TRANSVERSALIDAD:

Matemáticas 3.4. Se estará promoviendo que comparte e intercambia ideas sobre los procedimientos y resultados al resolver problemas.

JUEGO: Saltemos el cordón

Dos alumnos sujetan un cordón por los extremos, de un lado se colocan las colchonetas en el suelo y del otro los alumnos. Deberán de saltar el cordón sin tocarlo aterrizando en las colchonetas. Se comienza a la altura de los tobillos y posteriormente se va elevando. Quién toque el cordón le cambia el rol a los que lo están sujetando



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Botes y pelotas

VARIANTE: Llenando botes

Por equipos frente a un bote deben de llenarlo con las pelotas previamente pateadas. Gana quien lo logra primero.

TRANSVERSALIDAD:

Formación cívica y ética. Se estará reforzando el apego a la legalidad y sentido de justicia. (Competencia)

JUEGO: Piernas fuertes

Se colocan botes en un extremo del salón del otro los alumnos cada uno con una pelota. En orden la colocan en el suelo y con una patada deben de darle dirección tratando de meterla a cualquier bote si lo logran se obtiene un punto ganando el que llegue a 5.

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	2º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje	1- Coordina patrones básicos de movimiento en actividades y juegos que implican elementos perceptivo-motrices, con el propósito de fomentar el control de sí y la orientación en el espacio.()	2-Ajusta la combinación de distintos patrones básicos de movimiento en actividades y juegos individuales y colectivos, con el objeto de responder a las características de cada una.()	3-Explora el control postural y respiratorio en actividades y juegos, con la intención de mejorar el conocimiento y cuidado de sí.()			
RECURSOS DIDACTICOS	4-Expresa ideas y emociones al comunicarse verbal, corporal y actitudinalmente en distintas actividades motrices, para asignarles un carácter personal.()	5- Elabora alternativas de solución ante retos y problemas que se presentan en actividades y juegos, para cumplir con la meta que se plantea.(X)	6- Distingue distintas actitudes asertivas que se manifiestan en las actividades y juegos para promover ambientes de colaboración y respeto.(X)			

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Pelotas de playa

VARIANTE: Pelotas locas

Seis alumnos al mismo tiempo hacen rebotar las pelotas y a quienes toquen serán los próximos a lanzar.

TRANSVERSALIDAD:

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

JUEGO: Pelota que sienta

Todos los alumnos se colocan frente a una pared separada unos metros. Un alumno tendrá una pelota de playa y a la señal la hace rebotar contra la pared y al regresar todos la tendrán que esquivar saltando, agachándose o dando un paso a los laterales. Aquel que no logre esquivarla tendrá que sentarse y solo continuara el juego si la pelota le toca de nuevo.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Periódico y caja de cartón

VARIANTE: Catapulta de periódico

Colocan las bolas sobre una hoja de periódico y con ésta lanzan las bolas hacia la caja.

TRANSVERSALIDAD:

Ingles 4.10. Se estará favoreciendo entender y promover la equidad entre personas.

JUEGO: Bolitas ciegas

Haz cinco bolas de periódico de diferentes tamaños. En el suelo coloca una cubeta o caja de cartón, da media vuelta y camina dos pasos; ahora, de espalda a la caja, lanza una bola de periódico tratando de encestarla. Aléjate un paso más y lanza otra bola, y así sucesivamente hasta completar cinco.

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	2º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1- Coordina patrones básicos de movimiento en actividades y juegos que implican elementos perceptivo-motrices, con el propósito de fomentar el control de sí y la orientación en el espacio.()	2-Ajusta la combinación de distintos patrones básicos de movimiento en actividades y juegos individuales y colectivos, con el objeto de responder a las características de cada una.()		3-Explora el control postural y respiratorio en actividades y juegos, con la intención de mejorar el conocimiento y cuidado de sí.()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Expresa ideas y emociones al comunicarse verbal, corporal y actitudinalmente en distintas actividades motrices, para asignarles un carácter personal.()	5- Elabora alternativas de solución ante retos y problemas que se presentan en actividades y juegos, para cumplir con la meta que se plantea.(X)		6- Distingue distintas actitudes asertivas que se manifiestan en las actividades y juegos para promover ambientes de colaboración y respeto.(X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Cartón y periódico

VARIANTE: Aire poderoso

El alumno con dos cartones uno en cada mano los mueve tratando de que las bolas lleguen lo más lejos posible.

TRANSVERSALIDAD:

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

JUEGO: ¡A soplar se ha dicho!

En el suelo traza dos líneas separadas entre sí unos seis pasos aproximadamente. Haz una bola de papel y colócate en una de las líneas. Pon la bola de papel en el suelo y agita rápidamente el cartón para que con el aire se mueva y llegue hasta la otra línea.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Globos y matamoscas

VARIANTE: Mata globos

Con un matamoscas manipulara el globo parado en un pie, sentado, acostado, hincado, etc.

TRANSVERSALIDAD:

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

JUEGO: El globo que flota

Cada alumno tiene un globo y a la señal del profesor deberá de golpearlo con diferentes partes del cuerpo tratando de que no caiga al suelo y retara a un compañero a realizar diferentes movimientos y quien los ejecute mejor será el ganador.

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	2º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje	1- Coordina patrones básicos de movimiento en actividades y juegos que implican elementos perceptivo-motrices, con el propósito de fomentar el control de sí y la orientación en el espacio.()	2-Ajusta la combinación de distintos patrones básicos de movimiento en actividades y juegos individuales y colectivos, con el objeto de responder a las características de cada una.()	3-Explora el control postural y respiratorio en actividades y juegos, con la intención de mejorar el conocimiento y cuidado de sí.()			
RECURSOS DIDACTICOS	4-Expresa ideas y emociones al comunicarse verbal, corporal y actitudinalmente en distintas actividades motrices, para asignarles un carácter personal.()	5- Elabora alternativas de solución ante retos y problemas que se presentan en actividades y juegos, para cumplir con la meta que se plantea.(X)	6- Distingue distintas actitudes asertivas que se manifiestan en las actividades y juegos para promover ambientes de colaboración y respeto.(X)			



TAREAS MOTRICES

ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Muñeco de trapo y materiales de la clase

VARIANTE: Estatua arreglada

Deberán de adoptar la postura indicada y el profesor menciona un material de la clase el cual buscan y lo añaden a su estatua.

TRANSVERSALIDAD:

Inglés 3.3. Se estará fortaleciendo relacionar imágenes con textos orales y escritos.

JUEGO: Estatua que cae

Se elabora un muñeco de trapo. Los alumnos se desplazan en el centro del salón y el profesor lanza el muñeco al aire y todos deben de estar atentos cuando cae en el suelo, la forma en que quede será la posición que todos deben de realizar. Quien lo haga idéntico será quien ahora lance la estatua que cae.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Cuerdas

VARIANTE: Cuerdas peligrosas

Se desplazan combinando puntos de apoyo, dos manos y un pie, dos pies y una mano, etc.

TRANSVERSALIDAD:

Español 3.6 Se estará reforzando que mantiene una conversación en la que explica y argumenta sus preferencias o puntos de vista.

JUEGO: Telaraña equilibrada

Se le entrega una cuerda a cada alumno. Entre todos deben de formar con ellas una telaraña grande en el suelo. Una vez terminada a la señal, todos deben de caminar adentro de ella sin tocar las cuerdas. Quien lo haga deberá de salir y esperar ver a otro que toque una para poder entrar.

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	2º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1- Coordina patrones básicos de movimiento en actividades y juegos que implican elementos perceptivo-motrices, con el propósito de fomentar el control de sí y la orientación en el espacio.()	2-Ajusta la combinación de distintos patrones básicos de movimiento en actividades y juegos individuales y colectivos, con el objeto de responder a las características de cada una.()		3-Explora el control postural y respiratorio en actividades y juegos, con la intención de mejorar el conocimiento y cuidado de sí.()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Expresa ideas y emociones al comunicarse verbal, corporal y actitudinalmente en distintas actividades motrices, para asignarles un carácter personal.()	5- Elabora alternativas de solución ante retos y problemas que se presentan en actividades y juegos, para cumplir con la meta que se plantea.(X)		6- Distingue distintas actitudes asertivas que se manifiestan en las actividades y juegos para promover ambientes de colaboración y respeto.(X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Barcos de papel, sillas y estambre

VARIANTE: Barco entre piernas

Pasan el estambre por debajo de las patas de la silla y flexionan el cuerpo para jalarlo y mantener el barco derecho.

TRANSVERSALIDAD:

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

JUEGO: Barco trasero

Se hacen 4 barcos de papel y en la esquina de éstos se les hace un agujero y se amarra estambre. Se divide el grupo en 4 equipos. En un extremo se sientan 4 integrantes en una silla y se les da la punta del estambre y en el otro extremo se pone el barco. A la señal deben de jalar el estambre con las manos atrás ganando el primero que su barco toque la silla.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Papel, lápiz, vasos y palialetes

VARIANTE: Lanzamiento a ciegas

Cada alumno se coloca un pañuelo en los ojos y realiza sus lanzamientos una bola en cada mano.

TRANSVERSALIDAD:

Español 3.1 Se estará promoviendo la comunicación de ideas y escuchar a los compañeros con atención y respetar turnos al hablar.

JUEGO: Boliche de acciones

Se elaboran papelitos en donde se escriben acciones motrices (buscar una hoja seca, escribir su nombre en el pizarrón, dibujar al maestro, mencionar 5 movimientos, dar un abrazo al maestro, etc.) que tendrá que realizar cada alumno. Se lanza una bola de papel hacia los vasos tratando de derribarlos. Ganará un punto el alumno que realice bien la acción motriz.

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	2º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1- Coordina patrones básicos de movimiento en actividades y juegos que implican elementos perceptivo-motrices, con el propósito de fomentar el control de sí y la orientación en el espacio.()		2-Ajusta la combinación de distintos patrones básicos de movimiento en actividades y juegos individuales y colectivos, con el objeto de responder a las características de cada una.()		3-Explora el control postural y respiratorio en actividades y juegos, con la intención de mejorar el conocimiento y cuidado de sí.()
RECURSOS DIDACTICOS		4-Expresa ideas y emociones al comunicarse verbal, corporal y actitudinalmente en distintas actividades motrices, para asignarles un carácter personal.()		5- Elabora alternativas de solución ante retos y problemas que se presentan en actividades y juegos, para cumplir con la meta que se plantea.(X)		6- Distingue distintas actitudes asertivas que se manifiestan en las actividades y juegos para promover ambientes de colaboración y respeto.(X)

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Circuito de acción motriz

RECURSOS: Materiales de la clase y objetos de uso escolar

VARIANTE: Que no caiga

En todos los recorridos el alumno debe llevar un paliacate doblado en la cabeza sin que se le caiga.

TRANSVERSALIDAD:

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

JUEGO: Circuito creativo

Los alumnos con la ayuda del profesor tienen que realizar un circuito utilizando los materiales de la clase y los objetos de uso escolar. Por ejemplo poner mochilas para saltar, mesas para reptar, sillas para gatear arriba, colchonetas para rodar, cuerdas para caminar encima, aros para saltar, botes para lanzar pelotas, etc. Una vez terminado comienzan a ejecutarlo.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego sensorial

RECURSOS: Paliacates y mesas

VARIANTE: Ayuda cazadora

El resto del grupo podrá guiar al cazador con palabras de orientación espacial.

TRANSVERSALIDAD:

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

JUEGO: El cazador y el ciervo

Se coloca una mesa al centro, dos alumnos se vendan los ojos y uno es el cazador y otro el ciervo. A la señal el primero debe atrapar al ciervo. Ambos deben de mantener siempre contacto con una mano sobre la mesa y con la libre tocar al ciervo para cazarlo.

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=Ga8o8ZQQtc>

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



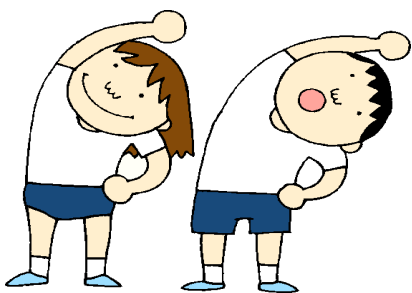
2020

2º

PRIMARIA

**CUADERNO
DIDÁCTICO MOTRIZ**

"APRENDE EN CASA"



NOMBRE DEL ALUMNO (A)

Educación Física