

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	3º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1-Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan. ()	2-Distingue las posibilidades y límites de sus habilidades motrices al reconocer los elementos básicos de los juegos, con la intención de ajustar el control de sí. ()		3-Adapta sus acciones ante tareas y estímulos externos que implican cuantificar el tiempo de sus movimientos en el espacio, con el propósito de valorar lo que es capaz de hacer y canalizar el gusto por la actividad física. ()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Emplea recursos expresivos en diferentes tareas motrices, con la finalidad de establecer códigos de comunicación, interpretarlos y promover la interacción con sus compañeros. ()	5-Toma decisiones respecto a cómo ubicarse y actuar en distintos juegos, individuales y colectivos, con el fin de solucionar situaciones que se presentan en cada uno. (X)		6-Estabece acuerdos con sus compañeros al identificar y aceptar las reglas de juego, para favorecer la participación, la interacción motriz y el diálogo. (X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Actividades de la expresión corporal

RECURSOS: Música

VARIANTE: Bailarines del balón

A quien le toque el balón cuando se complete la palabra tendrá que bailar al centro con el balón y escoger un compañero que le ayude.

TRANSVERSALIDAD:

Exploración de la naturaleza y la sociedad.
4.7. Se estará favoreciendo la disposición para el trabajo colaborativo y respeta las diferencias culturales y de género.

JUEGO: Baile del balón

Sentados en el suelo, en círculo y un compañero con el balón. Se oye la música y se pasa el balón de uno a otro. Cuando se para la música, a quien tiene el balón se le asigna la letra "B", hasta completar la palabra "balón", Una vez completada la palabra, el alumno queda eliminado.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego sensorial

RECURSOS: Periódico

VARIANTE: Lectura de pies a cabeza

Variar el tipo de desplazamiento (andando rápido, lateral, marcha atrás, pata coja...), saltar las hojas que nos encontremos en nuestro camino.

TRANSVERSALIDAD:

Español 1.11 Se estará reforzando la fluidez al leer en voz alta.

JUEGO: Lectura andante

Todos los alumnos comienzan a la señal del profesor a caminar leyendo el periódico en voz alta sin chocarse con los compañeros. A la señal dejar las hojas de periódico por el suelo y levantar otra y continuar leyendo, cada vez que tire el periódico deben hacer una serie de movimientos como saltar, aplaudir, lanzar y atrapar, griar, etc.

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	3º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1-Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan. ()	2-Distingue las posibilidades y límites de sus habilidades motrices al reconocer los elementos básicos de los juegos, con la intención de ajustar el control de sí. ()		3-Adapta sus acciones ante tareas y estímulos externos que implican cuantificar el tiempo de sus movimientos en el espacio, con el propósito de valorar lo que es capaz de hacer y canalizar el gusto por la actividad física. ()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Emplea recursos expresivos en diferentes tareas motrices, con la finalidad de establecer códigos de comunicación, interpretarlos y promover la interacción con sus compañeros. ()	5-Toma decisiones respecto a cómo ubicarse y actuar en distintos juegos, individuales y colectivos, con el fin de solucionar situaciones que se presentan en cada uno. (X)		6-Establece acuerdos con sus compañeros al identificar y aceptar las reglas de juego, para favorecer la participación, la interacción motriz y el diálogo. (X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego sensorial

RECURSOS: Globos

VARIANTE: Golpeando la numeración

Golpea el globo y si dice numeración todos se cambian de lugar y quien tome el globo queda eliminado.

TRANSVERSALIDAD:

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

JUEGO: Golpeo de números

Todos se sientan en círculo, se numeran, y uno se coloca en medio con un globo. Éste lanza el globo y dice un Nº, el que lo tenga debe levantarse y (en ese momento el que estaba en medio se sienta en el hueco que quedaba) golpea el globo y dice otro, así sucesivamente, hasta que lo hagan todos. El jugador que se equivoque, no llega a golpear el globo, o no dice un Nº, se le concederá un punto, el que más puntos tenga pierde.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Actividades de la expresión corporal

RECURSOS: Música

VARIANTE: Formando trenes

Se divide en equipos y dispersos, suena la música y bailan individual, cuando pare forman el tren, los últimos en hacerlo bailan al centro.

TRANSVERSALIDAD:

Español 5.7. Se estará promoviendo trabajar colaborativamente, escucha y proporciona sus ideas, negocia y toma acuerdos al trabajar en grupo

JUEGO: Trenes musicales

Todo el grupo forma una hilera. El primero va a dirigir a todos. El maestro pondrá música para que la hilera se desplace bailando imitando los pasos y movimientos que realiza el primero. Cuando se cambie el tema musical o pare la música, el último alumno formado correrá para colocarse como primero de la fila, para bailar y que todos los compañeros lo sigan.

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	3º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1-Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan. ()	2-Distingue las posibilidades y límites de sus habilidades motrices al reconocer los elementos básicos de los juegos, con la intención de ajustar el control de sí. ()		3-Adapta sus acciones ante tareas y estímulos externos que implican cuantificar el tiempo de sus movimientos en el espacio, con el propósito de valorar lo que es capaz de hacer y canalizar el gusto por la actividad física. ()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Emplea recursos expresivos en diferentes tareas motrices, con la finalidad de establecer códigos de comunicación, interpretarlos y promover la interacción con sus compañeros. ()	5-Toma decisiones respecto a cómo ubicarse y actuar en distintos juegos, individuales y colectivos, con el fin de solucionar situaciones que se presentan en cada uno. (X)		6-Establece acuerdos con sus compañeros al identificar y aceptar las reglas de juego, para favorecer la participación, la interacción motriz y el diálogo. (X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Pelotas de playa

VARIANTE: Ratonera

Se aumenta el número de pelotas y los alumnos podrán lanzarlas a quien sea del círculo.

TRANSVERSALIDAD:

La entidad donde vivo. Se estará fortaleciendo el aprecio de la diversidad natural y cultural. (Competencia)

JUEGO: La rata y el gato

Sentadas en círculo. Se le entrega la pelota de playa a uno de los niños, ésta será el GATO. A otro que esté situado a la derecha o izquierda, se le dará la otra pelota, la cual será la RATA. A la señal la pelota grande (GATO), deberá ir pasándose de mano a mano, para intentar atrapar a la otra pelota (LA RATA), la cual también estará en movimiento.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego cooperativo

RECURSOS: Mesa, botella de plástico y cerillos

VARIANTE: De a tres en fila

Cada alumno deberá de colocar 3 cerillos en su turno y al final poner la caja encima de todos.

TRANSVERSALIDAD:

Exploración de la naturaleza y la sociedad. 4.7. Se estará favoreciendo la disposición para el trabajo colaborativo y respeta las diferencias culturales y de género.

JUEGO Cerrillo carillón (Puede usar, otro objeto)

Formados en equipos frente a una mesa con una botella. Se les entrega una caja de cerillos por equipos. A la señal el primero toma un cerillo y lo lleva y coloca encima de la boquilla de la botella, regresa da el relevo y todos repiten la acción motriz poniendo los cerillos uno encima del otro hasta terminar la caja. Si alguien tira los cerillos en el intento de colocar uno empiezan de nuevo.

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

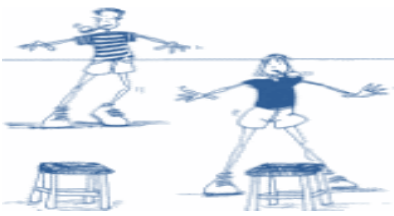
Observaciones:

Firma del docente



DOCENTE:		ESCUELA			RETOS Y DESAFIOS	
ALUMNO		FECHA:			SESION 4	
NIVEL	Primaria	APRENDIZAJES ESPERADOS	GRADO/GRUPO	3º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1-Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan. ()	2-Distingue las posibilidades y límites de sus habilidades motrices al reconocer los elementos básicos de los juegos, con la intención de ajustar el control de sí. ()		3-Adapta sus acciones ante tareas y estímulos externos que implican cuantificar el tiempo de sus movimientos en el espacio, con el propósito de valorar lo que es capaz de hacer y canalizar el gusto por la actividad física. ()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Emplea recursos expresivos en diferentes tareas motrices, con la finalidad de establecer códigos de comunicación, interpretarlos y promover la interacción con sus compañeros. ()	5-Toma decisiones respecto a cómo ubicarse y actuar en distintos juegos, individuales y colectivos, con el fin de solucionar situaciones que se presentan en cada uno. (X)		6-Establece acuerdos con sus compañeros al identificar y aceptar las reglas de juego, para favorecer la participación, la interacción motriz y el diálogo. (X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Cuchara, huevo de plástico y sillas

VARIANTE: Gallinas ponedoras

Con la cuchara en la boca deberán de poner el huevo sobre la silla tratando de que no se caiga.

TRANSVERSALIDAD:

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

JUEGO: Control de huevos

Cada alumno tiene una cuchara en la boca, encima coloca un huevo de plástico. En un extremo se coloca una silla. A la señal todos deben caminar sin que se caiga el huevo a darle una vuelta a la silla y regresar al inicio. Si se cae deben levantarlo con la cuchara y con la mano. Gana quien más vueltas de sin que se le caiga el huevo.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Círculos de cartón y latas de aluminio.

VARIANTE: Latas movibles

Caminar sobre 3 latas manteniendo el equilibrio con la ayuda de sus compañeros. Si se cae lo releva otro.

TRANSVERSALIDAD:

Español 5.2 Se estará reforzando desarrollar disposición para leer, escribir, hablar o escuchar.

JUEGO: Cartones equilibrados

Cada alumno tiene 3 círculos de cartones donde quepa su pie. Todos se colocan detrás de una línea. A la señal deben de colocar dos en el suelo y comenzar a desplazarse encima de ellos sin poder tocar el suelo con el pie. Quien lo haga deberá de regresarse. Gana aquel alumno que no haga trampa y haga bien la acción motriz al llegar a la línea de meta.

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	3º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1-Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan. ()	2-Distingue las posibilidades y límites de sus habilidades motrices al reconocer los elementos básicos de los juegos, con la intención de ajustar el control de sí. ()		3-Adapta sus acciones ante tareas y estímulos externos que implican cuantificar el tiempo de sus movimientos en el espacio, con el propósito de valorar lo que es capaz de hacer y canalizar el gusto por la actividad física. ()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Emplea recursos expresivos en diferentes tareas motrices, con la finalidad de establecer códigos de comunicación, interpretarlos y promover la interacción con sus compañeros. ()	5-Toma decisiones respecto a cómo ubicarse y actuar en distintos juegos, individuales y colectivos, con el fin de solucionar situaciones que se presentan en cada uno. (X)		6-Establece acuerdos con sus compañeros al identificar y aceptar las reglas de juego, para favorecer la participación, la interacción motriz y el diálogo. (X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Peces, hojas blancas, colores y estambre

VARIANTE: Vamos a la pesca

Por equipos pintan su pescado de un solo color, se mencionan colores y deben de ir a quitar esos peces.

TRANSVERSALIDAD:

Español 3.5 Se estará favoreciendo la descripción de forma oral de situaciones, personas, objetos, lugares, acontecimientos y escenarios simples de manera efectiva.

JUEGO: Peces en los pies

Se hacen peces con papel y se amarra de un extremo a un pedazo de estambre, y este en la cintura de cada alumno para que quede colgando. A la señal todos comienzan a perseguirse tratando de quitarse el pez que cuelga. Quien lo quite deberá seguir y a quien se lo quitaron deberá esperar a que termine la ronda.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego sensorial

RECURSOS: Paliacates y reproductor de música

VARIANTE: Buscadores

Todos se vendan los ojos y buscan el sonido, quien lo encuentre grita "lo encontré" y pondrá una acción motriz de castigo al equipo rival.

TRANSVERSALIDAD:

Matemática. Se estará reforzando resolver problemas de manera autónoma. (Competencia)

JUEGO: Encuentra el sonido

El grupo se divide en dos equipos, cada uno habrán de elegir un compañero el "cieguito" vendado de los ojos, el profesor coloca el celular tocando música y los cieguitos intentarán encontrarlo con la ayuda de su equipo, el primero que lo logre se lleva un punto gana el lado que llegue a 10 puntos.

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	3º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje	1-Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan. ()		2-Distingue las posibilidades y límites de sus habilidades motrices al reconocer los elementos básicos de los juegos, con la intención de ajustar el control de sí. ()		3-Adapta sus acciones ante tareas y estímulos externos que implican cuantificar el tiempo de sus movimientos en el espacio, con el propósito de valorar lo que es capaz de hacer y canalizar el gusto por la actividad física. ()	
RECURSOS DIDACTICOS	4-Emplea recursos expresivos en diferentes tareas motrices, con la finalidad de establecer códigos de comunicación, interpretarlos y promover la interacción con sus compañeros. ()		5-Toma decisiones respecto a cómo ubicarse y actuar en distintos juegos, individuales y colectivos, con el fin de solucionar situaciones que se presentan en cada uno. (X)		6-Establece acuerdos con sus compañeros al identificar y aceptar las reglas de juego, para favorecer la participación, la interacción motriz y el diálogo. (X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego sensorial

RECURSOS: Ninguno

VARIANTE: No me mires

El alumno da las órdenes y al mismo tiempo hace la acción motriz para **confundir a sus compañeros.**

TRANSVERSALIDAD:

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

JUEGO: Al revés te lo digo

Se colocan todos los alumnos formados en hileras. Al centro y delante de todos se coloca un alumno quien comenzará a decir unas órdenes y los demás deberán de ejecutarlas pero lo contrario a lo mencionado, por ejemplo: saltar (agacharse), pie derecho arriba (izquierdo), mano izquierda en el suelo (arriba), etc. Quien se equivoque pasara a dar las órdenes.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego motor

RECURSOS: Materiales de la clase y salón

VARIANTE: Paseo pesado

Los alumnos se cuelgan su mochila y deben dar un paseo por la selva.

TRANSVERSALIDAD:

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

JUEGO: Paseo en la selva

Se colocan los materiales de la clase y de salón para formar una selva. Las acciones pueden incluir "saltar encima de troncos" (mochilas), "agacharse debajo de ramas" (suéter colgados), "escapar del tigre" (rodar pelota de playa) "pasar de puntillas cerca de la serpiente" (cuerdas), "hablar como un mono" o "rodar en el pasto" (colchonetas).

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

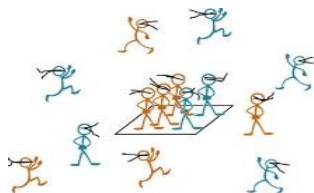
Observaciones:

Firma del docente



DOCENTE:		ESCUELA		RETOS Y DESAFIOS		
ALUMNO		FECHA:		SESION 7		
NIVEL	Primaria	APRENDIZAJES ESPERADOS	GRADO/GRUPO	3º	TRIMESTRE	Abril-junio
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN Bitácora motriz del Aprendizaje		1-Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan. ()	2-Distingue las posibilidades y límites de sus habilidades motrices al reconocer los elementos básicos de los juegos, con la intención de ajustar el control de sí. ()		3-Adapta sus acciones ante tareas y estímulos externos que implican cuantificar el tiempo de sus movimientos en el espacio, con el propósito de valorar lo que es capaz de hacer y canalizar el gusto por la actividad física. ()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Emplea recursos expresivos en diferentes tareas motrices, con la finalidad de establecer códigos de comunicación, interpretarlos y promover la interacción con sus compañeros. ()	5-Toma decisiones respecto a cómo ubicarse y actuar en distintos juegos, individuales y colectivos, con el fin de solucionar situaciones que se presentan en cada uno. (X)		6-Establece acuerdos con sus compañeros al identificar y aceptar las reglas de juego, para favorecer la participación, la interacción motriz y el diálogo. (X)	

TAREAS MOTRICES



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego sensorial

RECURSOS: Paliacates y gises

VARIANTE: Estacionamiento de naves

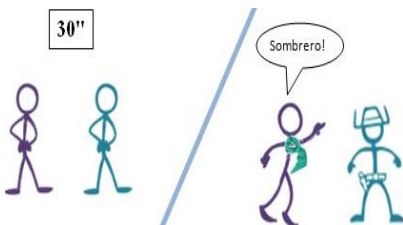
Se dibujan más figuras geométricas en el suelo y a cada una se le asigna puntuación ganando el equipo que primero llegue a 50 puntos.

TRANSVERSALIDAD:

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

JUEGO: Perdidos en la galaxia

2 equipos y se pondrán un pañuelo en los ojos, dibujaremos en el centro un cuadrado (nave espacial). Se les permitirá a todos que se fijen bien dónde está dibujado el cuadrado. Se tapan los ojos y a la señal cada equipo intentará entrar a la nave espacial en cierto tiempo establecido.



ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego sensorial

RECURSOS: pelotas, aros, cuerdas

VARIANTE: Vistiendo al mirón

Se coloca una cesta llena de ropa y accesorios para que los alumnos se los pongan y cada uno acertado por el rival es un punto para ellos.

TRANSVERSALIDAD:

Exploración de la naturaleza y la sociedad. 4.5. Se estará fortaleciendo valorar y respetar las diferentes formas de vida.

JUEGO: El mirón

En parejas se colocaran uno frente al otro y tendrán 30 segundos para observarse en todos los movimientos que hagan. Al acabar el tiempo se darán la vuelta y anotaran todo lo que hicieron en una hoja, posteriormente uno pone una acción y el otro la repite como correr, saltar, girar, lanzar, cachar, mover una pelota a otro lado, etc.

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

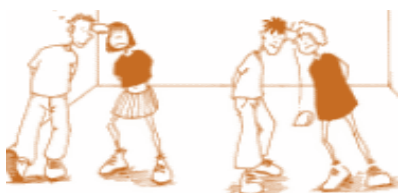
Firma del padre/tutor

Observaciones:

Firma del docente



DOCENTE:		ESCUELA		RETOS Y DESAFIOS	
ALUMNO				FECHA:	
NIVEL	Primaria	APRENDIZAJES ESPERADOS	GRADO/GRUPO	3º	SESION 8
SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN		1-Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan. ()		2-Distingue las posibilidades y límites de sus habilidades motrices al reconocer los elementos básicos de los juegos, con la intención de ajustar el control de sí. ()	
Bitácora motriz del Aprendizaje		2-Distingue las posibilidades y límites de sus habilidades motrices al reconocer los elementos básicos de los juegos, con la intención de ajustar el control de sí. ()		3-Adapta sus acciones ante tareas y estímulos externos que implican cuantificar el tiempo de sus movimientos en el espacio, con el propósito de valorar lo que es capaz de hacer y canalizar el gusto por la actividad física. ()	
RECURSOS DIDACTICOS		4-Emplea recursos expresivos en diferentes tareas motrices, con la finalidad de establecer códigos de comunicación, interpretarlos y promover la interacción con sus compañeros. ()		5-Toma decisiones respecto a cómo ubicarse y actuar en distintos juegos, individuales y colectivos, con el fin de solucionar situaciones que se presentan en cada uno. (X)	
				6-Establece acuerdos con sus compañeros al identificar y aceptar las reglas de juego, para favorecer la participación, la interacción motriz y el diálogo. (X)	



TAREAS MOTRICES

VARIANTE: Llenando cubetas

Se ponen cubetas y cada una con una puntuación, deberán de colocar los limones en las cubetas y quien haga más puntos gana.

TRANSVERSALIDAD:

Educación artística. Se estará favoreciendo la expresión corporal y danza (Lenguaje artístico)

JUEGO: Siameses limoneros

Formados en parejas se les entrega un limón, a la señal deben de colocarlo en la frente y entre los dos mantenerlo sin que se caiga y caminar por el salón. Ganará la pareja que menos veces se le caiga durante 5 minutos. A quien se le cae deberá esperar que una pareja lo levante si es que quiere tomando éstas su limón con las manos.

ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego cooperativo

RECURSOS: Limones y cubetas



VARIANTE: Poster colectivo

En equipos deberán de armar un posters con todas las postales utilizando la imaginación de todos.

TRANSVERSALIDAD:

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

JUEGO: Restauradores

El director del juego prepara un montón de postales (cortadas en 5 0 6 trozos) y mezcladas sobre una o varias mesas. Los jugadores, provistos de cola y papel, se colocan en la mesa que quieran. A una señal los jugadores intentan encontrar los trozos que componen una postal, y pegarlas en una pared, buscando esos trozos por todas las mesas desplazandose.

ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Juego cooperativo

RECURSOS: Postales, hojas blancas y resistol

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

SEGUNDO CICLO (3º Y 4º)

Video 1: Carrera con conos

<https://www.youtube.com/watch?v=kHblxfbDaM4>

Video 2: Desplazamiento y saltos

https://www.youtube.com/watch?v=JE1zS_dIFUE

Video 3: Juegos cooperativos

<https://www.youtube.com/watch?v=l20aNy0TkHI>

Video 4: Coordinación

<https://www.youtube.com/watch?v=D1oxOSWvzGE>

Video 5: Juego cooperativo

<https://www.youtube.com/watch?v=mLmtR-53RsE>

Video 6: Gol con la mano

<https://www.youtube.com/watch?v=h5r9oFPfP-M>

Video 7: Robando pelotas

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

Video 8: Piensa rápido

<https://www.youtube.com/watch?v=9FPvfsBKhG0>

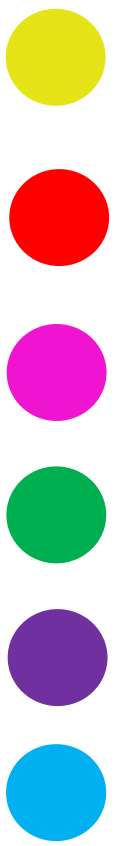
CONCLUSIONES

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



CUADERNO DIDÁCTICO MOTRIZ

“APRENDE EN CASA”



NOMBRE DEL ALUMNO (A)



Educación Física