

EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 3°	
EJE	COMPETENCIA MOTRIZ
Componente pedagógico-didáctico	• Desarrollo de la motricidad
Aprendizaje esperado	• Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

Durante grados escolares previos, los alumnos han experimentado la combinación de movimientos de locomoción, manipulación y estabilidad, lo que les ha permitido desarrollar sus habilidades motrices al participar en tareas donde exploran, comprueban, demuestran y evalúan sus acciones y los resultados que obtienen. Para contribuir al enriquecimiento de este proceso, desarrolle una unidad didáctica en la que:

– Exploren acciones motrices que liguen el control del cuerpo y el manejo de objetos mediante las siguientes dinámicas:

- Formas jugadas en las que se muevan alrededor de sus ejes y planos (giros, flexiones y balanceos), y que manipulen e impacten objetos con ayuda de distintos implementos.
- Actividades circenses diseñadas para emplear habilidades motrices vinculadas con el control del cuerpo (saltos de obstáculos, acrobacias sencillas, etc.) y el manejo de objetos (golpear, equilibrar y controlar con diferentes partes del cuerpo).

– Utilicen habilidades relacionadas con el control del cuerpo y el manejo de objetos en:

- Juegos de persecución en los que se requiera utilizar objetos para atrapar o evitar ser atrapados.
- Juegos tradicionales, populares o autóctonos en los que se requiera adaptar el desempeño en situaciones cambiantes (reglas, roles, tiempo, metas, etcétera).
- Juegos modificados que combinen acciones de manipulación y locomoción, sobre todo los

de blanco y diana en diversas posturas, en los que cambie la distancia, el tamaño de los objetos y el espacio.

– Demuestren cuánto control tienen de su cuerpo al proponer formas de locomoción y manipulación y utilizarlas en:

- Formas jugadas en las que exploren y propongan acciones como golpear, empujar y manipular objetos.
- Actividades motrices en las que sigan un recorrido, esquiven obstáculos y realicen cambios en los desplazamientos, de acuerdo con el tiempo disponible o el área de juego.
- Circuitos de acción motriz en los que utilicen y adapten sus habilidades (lanzar y recibir objetos de distintas características, desplazarse con determinados puntos de apoyo o en superficies variadas, entre otras). Es fundamental que modifique las condiciones de las tareas y retome las propuestas de los alumnos.
- Terrenos de aventura que incluyan sortear obstáculos al desplazarse y manipular objetos y materiales.

Implemente dinámicas de diálogo que favorezcan la reflexión sobre el uso de las habilidades motrices de los alumnos, por medio de:

- Destacar las reglas de cada actividad y las acciones para prevenir accidentes.
- Destinar tiempo para explorar y familiarizarse con los objetos a utilizar.
- Permitir que se adapten a las características de las tareas (espacio, tiempo, reglas) para dar paso

a modificaciones que atiendan el desempeño del grupo.

- Establecer momentos de diálogo para compartir en qué actividades se sienten más hábiles, cómo lograron manipular un objeto con ayuda, en qué situaciones necesitaron controlar su cuerpo, qué cambió en el juego y qué hicieron para participar activamente, y qué sugieren hacer para demostrar y desarrollar sus habilidades.

A partir de lo anterior, propicie que los alumnos se desempeñen con mayor seguridad, que identifiquen las habilidades que realizan con facilidad y que propongan retomar algunas en diversas sesiones para demostrar su dominio.

SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Aplica habilidades motrices con mayor fluidez y coordinación.
- Sugiere acciones para mejorar su desempeño e interacción en las actividades.

Para evaluar a los alumnos pida como evidencias los siguientes materiales:

- Registro del desempeño de las habilidades motrices que manifiesta en las actividades.
- Instrumento de autoevaluación sobre la mejora en el uso de sus habilidades motrices.

EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 3º

EJE	COMPETENCIA MOTRIZ
Componente pedagógico-didáctico	• Desarrollo de la motricidad
Aprendizaje esperado	• 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.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

El reconocimiento que los alumnos realizan sobre los elementos que estructuran los juegos (reglas, espacio, tiempo, roles, entre otros) les permite distinguir lo que pueden llevar a cabo y lo que se les dificulta, y adaptar sus posibilidades a la dinámica de cada situación. Además, el contexto lúdico en el que se han de desarrollar las sesiones les ofrece diversas oportunidades para mejorar progresivamente su destreza. Para lograr lo anterior, se sugiere planificar una unidad didáctica en la cual:

– Identifiquen algunos de los elementos básicos que estructuran las actividades (reglas, espacio y tiempo) y su relación con el desempeño motor propio y de los demás mediante:

- Juegos libres y de reglas que les permitan diferenciar las dinámicas de participación y evaluar los cambios en su desempeño.

- Juegos modificados que lleven a reconocer elementos como el espacio y el tiempo; y a proponer nuevas reglas o cambiar las señaladas para hacer más complejas las actividades.
- Juegos tradicionales, populares y autóctonos que se modifiquen después de determinado tiempo de participación en relación con las propuestas que compartan (consignas de juego, dimensiones del área, tiempo disponible, etcétera).

– Pongan en práctica sus habilidades motrices al asumir distintas funciones en la siguiente lista:

- Juegos de persecución cuyo fin sea diferenciar las características de la actividad y las funciones que desempeñan (perseguidor, perseguido, receptor, lanzador, corredor, etcétera).
- Juegos cooperativos y modificados en los que requieran experimentar las diferencias que suponen

los roles, de acuerdo con las características de cada situación (nivelar fuerzas o superar al oponente; o bien, sumar esfuerzos para alcanzar la meta o evitar que los oponentes la alcancen).

– Reconozcan sus límites y posibilidades al comprender el sentido del juego y al colaborar con sus compañeros en las siguientes actividades:

- Juegos de persecución en los que demuestren el control de sus movimientos al responder a los cambios de espacio, tiempo, objetos, implementos y metas, entre otros.
- Circuitos de acción motriz en los que reconozcan sus límites y posibilidades al proponer y aplicar en cada estación modificaciones a los diferentes juegos; se sugiere retomar actividades anteriores.
- Proyectos didácticos basados en la invención de juegos para poner a prueba sus habilidades; considere las propuestas de los alumnos, ya sea en equipos o de manera grupal.

Propicie momentos de reflexión para que los niños:

- Distingan los elementos de los juegos y su lógica.
- Reconozcan las implicaciones que tienen las modificaciones, tanto en sus desempeños motores como en la interacción con sus compañeros.
- Compartan puntos de vista a partir de cómo adaptan sus desempeños a las reglas de juego,

qué habilidades aplican cuando el área de juego es más grande o pequeña, qué elementos pueden cambiar en un juego, qué objetos utilizarían para inventar un juego, qué reglas proponen para asegurarse que todos participen, cómo son sus acciones cuando el tiempo de juego está próximo a terminarse, etcétera.

Con la información recabada, proponga la difusión e implementación del proyecto con compañeros de otros grados, padres de familia o tutores, y propicie la invención de nuevas formas de juego.

SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Organiza, propone y aplica nuevos juegos y reglas a partir de lo que sabe que puede hacer.
- Respeta las reglas propuestas por el docente y sus compañeros.

Para evaluar a los alumnos pida como evidencias los siguientes materiales:

- Registro de observación sobre la participación y adaptación, tanto individual como en equipos, al proponer nuevas formas de juego.
- Descripción escrita de los juegos inventados y practicados durante las sesiones.

EJE	COMPETENCIA MOTRIZ
Componente pedagógico-didáctico	• Integración de la corporeidad
Aprendizaje esperado	• Adapta sus acciones en 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.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

El tratamiento de aspectos temporales y rítmicos, así como la regulación de los movimientos, consideran la diversificación de las posibilidades motrices y expresivas de los alumnos; esto les permite ponerse a prueba, encauzar sus desempeños y disfrutar de la actividad física. Por lo tanto, es conveniente elaborar una unidad didáctica que propicie que:

– Reconozcan los ritmos que se utilizan en las siguientes tareas:

- Juegos de imitación y representación de acciones (ejercicios de desplazamientos que imiten cuando se tiene prisa o cansancio; situaciones que causan emoción o tristeza, entre otras).
- Retos motores con una determinada cantidad de acciones a realizar, de acuerdo con el espacio o el tiempo del que se dispone (antes de llegar a..., en menos de..., etcétera).
- Actividades motrices cuyo fin sea cumplir ciertas acciones durante un recorrido, o realizarlo en un tiempo acordado, manteniendo el control de algún objeto (botar y esquivar; lanzar y atrapar; golpear, jalar o empujar, etcétera).

– Ajusten sus desempeños motores al ritmo que se establezca, para realizar las siguientes actividades:

- Formas jugadas que favorezcan la manipulación de objetos (lanzar y atrapar); se recomienda establecer y luego modificar la altura, la distancia y la velocidad de realización.
- Juegos cooperativos en los que coordinen movimientos, de manera individual y colectiva, con los ritmos que se establezcan.
- Cuentos motores basados en la representación de diferentes situaciones a partir de la relación que hacen entre diversos ritmos y acciones (evitar ser descubierto, escapar de un lugar, entre otras).

– Realicen secuencias rítmicas individuales y colectivas con su cuerpo o con algún objeto, generando percusiones en:

- Tareas motrices que requieran seguir un ritmo o reaccionar corporalmente ante un estímulo (auditivo o visual).
- Itinerarios rítmico-didácticos en los que coordinen simultáneamente distintas acciones.
- Actividades de expresión corporal vinculadas con el baile, en las que sea necesario proponer movimientos acordes con el género musical que se presenta.

Propicie espacios de diálogo para que los alumnos compartan:

- Actividades que resultaron de su agrado.
- Propuestas diseñadas para responder a las consignas.
- Respuestas sobre cuáles actividades con ritmo les gusta practicar, cómo cambian sus acciones a partir de la velocidad que requieren, qué percusiones corporales descubrieron, y qué experimentaron al participar en actividades que requieren coordinar movimientos y percusiones entre compañeros.

Con base en la información recopilada, establezca momentos de autoevaluación y coevaluación, en los que consideren su desempeño y sus resultados al adaptarse a las características de las tareas.

SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Ajusta y coordina sus acciones respecto a las consignas presentadas (ritmo y tiempo de ejecución).
- Identifica los ritmos que utiliza al moverse.

Para evaluar a los alumnos pida como evidencias los siguientes materiales:

- Registro de observación de la coordinación de sus movimientos a partir de un ritmo.
- Presentación individual o por equipos con secuencias de movimientos rítmicos.

- Instrumento de autoevaluación y coevaluación del desempeño y participación en las actividades.

EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 3º

EJE	COMPETENCIA MOTRIZ
Componente pedagógico-didáctico	• Integración de la corporeidad
Aprendizaje esperado	• Emplea recursos expresivos en diferentes tareas motrices, con la finalidad de establecer códigos de comunicación, interpretarlos y promover la interacción con sus compañeros.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

La configuración de un amplio repertorio de posibilidades motrices y expresivas les permite a los alumnos otorgar un significado a sus acciones para comunicarse e interactuar con los demás por medio de posturas corporales, gestos, señales, así como de asignar una utilidad a los objetos. Por lo antes mencionado, debe implementar una unidad didáctica en la que se propicie situaciones para que:

– Descubran maneras de comunicarse con su cuerpo mediante objetos, al otorgarles un significado distinto al completar:

- Formas jugadas con las que encuentren diferentes maneras de utilizar su cuerpo y objetos

(adoptar posturas, imitar movimientos, hacer sonidos, representar situaciones o funciones de las cosas, etcétera).

- Actividades de expresión corporal que requieran inventar y representar situaciones a partir de una imagen o fotografía.
- Actividades circenses que les permitan representar un personaje.
- Juegos de fantasía que requieran utilizar su cuerpo u objetos para representar situaciones o personajes ficticios.

– Comuniquen ideas, sentimientos y emociones por medio de gestos y posturas corporales utilizando:

- Cantos y rondas motrices que motiven la representación de alguna emoción o situación.
- Juegos de imitación de situaciones u oficios que utilizan códigos, y que puedan ser complementados con la música que ellos sugieran.
- Cuentos motores en los que empleen su cuerpo para expresarse, comunicarse y resolver retos (recuperar un objeto o rescatar a una persona, emprender una travesía por diferentes lugares, etcétera).

– Establezcan un código de comunicación con determinadas partes del cuerpo al desarrollar:

- Juegos de persecución en los que acuerden señales que para realizar alguna acción (escapar al levantar los brazos, salvar cuando adopten una posición estática, atrapar a los que porten un paliacate en la cintura, etcétera).
- Juegos tradicionales, populares y autóctonos cuyo propósito sea transmitir un mensaje con gestos y señales.
- *Rallies* para descifrar un mensaje o transmitir indicaciones solo con el cuerpo.

Retome las experiencias y propuestas, que los alumnos hayan hecho durante las sesiones, para propiciar momentos de diálogo respecto a:

- Formas de emplear el cuerpo para comunicarse.
- Dificultades de transmitir e interpretar un mensaje solo con el cuerpo.

- Qué partes del cuerpo utilizaron para comunicarse, qué aspectos tomaron en cuenta para elaborar un código de comunicación, qué otros códigos pueden diseñar, qué sucede cuando alguien no interpreta correctamente el mensaje emitido, entre otros.

A partir de los comentarios emitidos, pida al grupo que elabore un código de comunicación basado en la expresión corporal, el cual todos identifiquen y que puedan aplicar durante las sesiones.

SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Expresa ideas y mensajes con movimientos corporales.
- Descifra mensajes corporales acordados previamente o aquellos que de manera espontánea transmiten sus compañeros.
- Respeta las ideas y formas de expresión de sus compañeros.

Para evaluar a los alumnos pida como evidencias los siguientes materiales:

- Registro de observación de la exploración de las posibilidades del cuerpo para expresarse, así como la transmisión e interpretación de mensajes.
- Testimonio de la sesión sobre el código de comunicación que aplica en un juego.

EJE	COMPETENCIA MOTRIZ
Componente pedagógico-didáctico	•Creatividad en la acción motriz
Aprendizaje esperado	•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.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

Las alternativas de solución que diseñan los alumnos para distintas situaciones de juego, consideran aspectos como la dinámica, el espacio, los objetos, el momento del juego y las formas de interacción que se establecen; asimismo, valoran las posibilidades con las que cuentan y los resultados que esperan lograr. En este sentido, es necesario planificar una unidad didáctica en la cual:

– Ubiquen objetos y personas en el espacio, mediante las siguientes actividades:

- Juegos de persecución en los que se requiera actuar a partir de consignas previas (ubicar o delimitar zonas, seguir determinados caminos o recorridos, perseguir a compañeros con ciertas características, entre otras).
- Actividades motrices en las que se requiera realizar un recorrido donde sigan un orden, sentido o dirección. Considere la modificación de aspectos referidos al tiempo o la distancia.

– Exploren posibilidades de adaptación del cuerpo al practicar:

- Juegos de persecución, que requieran de la toma de acuerdos para decidir las posiciones que adopta el cuerpo (al ser atrapado o rescatado), y de la modificación de las características del espacio de juego propuestas por ellos.
- Retos motores, en los que actúen a partir del tamaño del área de juego (grande o pequeña) o de su forma (larga o angosta).
- Circuitos de acción motriz en los que se requiera adaptar las acciones en cada estación, de acuerdo con las características del espacio (distancias, alturas, formas, colores).

– Consideren las trayectorias y distancias de cada tarea al adaptar su actuación en:

- Retos motores caracterizados en tener que esquivar objetos, personas o zonas.
- Juegos tradicionales, populares y autóctonos en los que se ubiquen espacialmente, estimen distancias o eviten ser descubiertos.
- *Rallies* basados en seguir pistas para ubicar zonas de la escuela y resolver distintas tareas.

– Ajusten sus desempeños motores en el espacio en el que se desarrollan las acciones, al participar en los juegos modificados:

- Que requieran adaptar sus acciones a las condiciones del área (red, muro u otras).
- Que exploren las formas de ocupar el espacio (cancha dividida o invasión de cancha) para cumplir su finalidad.

Motive a los alumnos a intercambiar experiencias en relación con:

- El esfuerzo físico que implica mantener una participación constante durante las actividades, así como la importancia de realizar pausas e hidratarse, como parte del cuidado de la salud.
- La actuación que tienen durante las actividades, al adaptarse a los cambios en el área de juego y en las dinámicas.
- Opiniones personales sobre qué hacen para ajustar y mejorar su desempeño a partir de su ubicación en determinadas zonas de juego; cómo adaptan sus movimientos a las distancias, trayectorias o direcciones; de qué manera se modifica la interacción con sus compañeros cuando el área de juego es amplia o reducida;

y cómo ajustan sus desempeños motrices de acuerdo con la situación de juego (ventaja o desventaja).

Con la información recopilada, proponga que planteen situaciones diseñadas por ellos, como un circuito de acción motriz a partir de juegos modificados, con la intención de ofrecer más alternativas para ubicarse en distintos espacios y mejorar su desempeño.

SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Modifica su actuación al reconocer las características del área de juego.
- Incrementa el nivel de dificultad de las tareas al proponer modificaciones a las acciones o al espacio de juego.

Para evaluar a los alumnos pida como evidencias los siguientes materiales:

- Registro del desempeño y de su adecuación a las acciones con base en su ubicación espacial.
- Dibujo o mapa y presentación de los ajustes en su desempeño a partir de las características del área de juego.

EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 3°

EJE	COMPETENCIA MOTRIZ
Componente pedagógico-didáctico	• Creatividad en la acción motriz
Aprendizaje esperado	• Establece acuerdos con sus compañeros al identificar y aceptar las reglas de juego, para favorecer la participación, la interacción motriz y el diálogo.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

Al reconocer las implicaciones de las reglas en el juego, los alumnos pueden analizar y comprender los cambios que se efectúan en la actitud personal y colectiva para la toma de decisiones y el establecimiento de acuerdos que fomenten la inclusión, la colaboración y la convivencia. Por lo cual se propone desarrollar una unidad didáctica en la que:

– Construyan nuevas reglas de juego modificando los que ya conocen por medio de:

- Juego libre en el que tomen decisiones sobre las acciones, el tiempo de participación, los es-

pacios a ocupar y las formas de interacción (por turnos, parejas, tercias, en equipo o de manera grupal).

- Juegos tradicionales, populares y autóctonos que propicien la participación individual, cooperativa o competitiva.
- Juegos modificados a partir de reglas que fomenten una mayor participación de todos los integrantes del equipo (sumar puntos hasta que todos realicen una anotación, ceder el turno a los que han tenido pocas intervenciones en el juego, entre otras).

– Promuevan la inclusión, la interacción y la convivencia con sus compañeros, al modificar las reglas de:

- Retos motores encauzados a alcanzar las metas establecidas únicamente mediante la participación e interacción en conjunto.
- Juegos cooperativos que posibiliten tomar acuerdos resolviendo las tareas y colaborando con todos los integrantes del grupo.
- Cuentos motores en los que dirijan la historia y las acciones a realizar aportando ideas.

– Colaboren con sus compañeros en el diseño de actividades que promuevan la interacción motriz y la participación a partir de las reglas de juego en:

- Búsquedas del tesoro basadas en elegir las pruebas y las formas de superarlas (individual o grupalmente) por medio del consenso.
- Ferias de la motricidad donde resuelvan tareas de manera conjunta.
- Yincanas que propicien el disfrute de la confrontación lúdica por encima del resultado.

Establezca espacios de diálogo antes, durante y después de las actividades, para que los alumnos:

- Distingan los resultados en su desempeño y el de los demás cuando se modifican las reglas.
- Comenten lo que aprenden de sus compañeros.
- Dialoguen sobre cómo resolver conflictos durante la sesión y fuera de ella.

- Respondan qué pasa cuando se rompen las reglas o acuerdos, cómo pueden mejorar la interacción y convivencia con los demás, cómo contribuyen los acuerdos en el logro de las metas, qué aprendieron de sus compañeros, y qué reglas requieren establecer para invitar a participar en juegos y actividades a compañeros de grados superiores o inferiores.

Con base en sus comentarios, solicite que organicen juegos o actividades dirigidos a otros grupos, para que valoren cómo los llevan a la práctica y cómo actúan respecto a las reglas y acuerdos, así como a la inclusión de todos.

SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Acepta y respeta las reglas que se establecen en el juego y las actividades.
- Acuerda formas de interacción y participación con sus compañeros.

Para evaluar a los alumnos pida como evidencias los siguientes materiales:

- Registro de observación de las reglas y formas de interacción que se establezcan.
- Dibujo o explicación verbal sobre las reglas que propician la participación e interacción.