

EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 6°	
EJE	COMPETENCIA MOTRIZ
Componente pedagógico-didáctico	• Desarrollo de la motricidad
Aprendizaje esperado	• Adapta sus capacidades, habilidades y destrezas motrices al organizar y participar en diversas actividades recreativas, para consolidar su disponibilidad corporal.

### ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

Los aprendizajes y experiencias que los alumnos obtienen por medio de la actividad física implican movilizar sus saberes sobre diseño, organización y participación en una amplia gama de actividades lúdicas; en este proceso se depuran capacidades, habilidades y destrezas motrices. Para lograrlo, se propone elaborar una unidad didáctica en la cual:

- Pongan a prueba su potencial, al regular y dosificar su esfuerzo en las siguientes situaciones que demandan un mayor autocontrol:
  - Circuitos de acción con situaciones de juego que requieran emplear sus capacidades, habilidades y destrezas motrices con fluidez y precisión.
  - Deportes alternativos que tengan como propósito identificar la lógica de participación y los desempeños motores que tendrán que asumir de acuerdo con las características de la actividad (intensidad, agilidad y desempeño estratégico).
- Propongan alternativas para proyectar su motricidad por medio de:
  - Actividades circenses en las que representen personajes y situaciones combinando sus capacidades, habilidades y destrezas motrices (dominio de posturas corporales, equilibrio sobre objetos, manipulación de objetos, interpretación y expresión corporal, actividades con cuerdas, etcétera).
  - Juegos de la Oca en los que deban resolver pruebas y retos (físicos, expresivos, cognitivos y colaborativos) para lograr una meta; se su-

giere ampliar o disminuir el tiempo destinado a la resolución de cada tarea.

- Talleres lúdicos en los que diseñen actividades y materiales didácticos que pongan a prueba los aprendizajes adquiridos en las sesiones.
- Promuevan actividades físicas vinculadas con su disponibilidad corporal y su salud mediante:
  - Un proyecto didáctico extraescolar basado en el diseño, la organización, el seguimiento y la evaluación de actividades físicas que puedan realizar dentro y fuera del contexto escolar, con amigos o familiares (clubes de iniciación deportiva; talleres de juegos tradicionales, populares y autóctonos; actividades al aire libre, entre otras); se sugiere que los alumnos elijan libremente las actividades, de acuerdo con sus intereses y motivaciones.

Reserve un tiempo de las sesiones para que los alumnos:

- Autoevalúen su desempeño, su participación y su capacidad para organizarse a partir de criterios acordados de manera grupal.
- Respondan de qué manera pueden mejorar su desempeño y actuación, a qué juegan con sus compañeros, qué aspectos toman en cuenta para realizar una actividad física, qué actividades físicas les atraen, cuáles podrían practicar en su tiempo libre, etcétera.

Con base en lo anterior, empiece a recopilar información o datos clave para fortalecer, entre otros aspectos, la realización de las actividades; por ejemplo, el proyecto didáctico.

### SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Propone acciones para practicar las habilidades motrices en las que aún tiene dificultades.
- Reconoce su potencial al comparar su desempeño en diferentes momentos y tareas motrices.

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

- Instrumento de autoevaluación de los logros obtenidos al usar sus capacidades, habilidades y destrezas motrices.
- Testimonio escrito de las mejoras y dificultades que perciben en su desempeño.
- Presentación del proyecto (propuestas, registro y seguimiento de actividades físicas que realizan fuera de la escuela).

### EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 6º

EJE	COMPETENCIA MOTRIZ
Componente pedagógico-didáctico	• <b>Desarrollo de la motricidad</b>
Aprendizaje esperado	• Evalúa su desempeño a partir de retos y situaciones de juego a superar por él, sus compañeros o en conjunto, con el propósito de sentirse y saberse competente.

### ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

Formar la competencia motriz implica sentirse capaz de afrontar las tareas y lograr una mayor concentración, confianza y seguridad. En este proceso se toman múltiples decisiones para saber cómo participar y desempeñarse, lo que, en suma, permite poner a prueba conocimientos, habilidades, actitudes y valores. Para lograr lo anterior, es pertinente diseñar una unidad didáctica en la cual los alumnos:

– Reconozcan su desempeño al superar retos y situaciones, mediante la práctica de dos tipos de actividades:

- Motrices, encaminadas a distinguir situaciones de cooperación y competición, y en las que valoren su actuación y desempeño (motor, actitudinal y estratégico).
- De iniciación deportiva, que requieran superar situaciones de desventaja (número de partici-

pantes, marcador desfavorable, tiempo de juego, etcétera).

– Experimenten actividades motrices novedosas que les representen un desafío; por ejemplo:

- Un proyecto didáctico de investigación sobre actividades novedosas (físicas, motrices, deportivas, etcétera) en las cuales les gustaría y podrían participar: deben describir sus características, proponer adecuaciones para implementarlas en la sesión, y considerar todos los aspectos referentes a su organización (reglas, espacio, objetos, implementos y medidas de seguridad).
- Miniolimpiadas, en las que se organicen y definan su participación en cada prueba, con base en sus potencialidades y las de sus compañeros de equipo.

– Diseñen dinámicas que impliquen inventar actividades y juguetes, así como organizarse y participar colaborativamente, por medio de:

- Retos motores diseñados por ellos mismos, en los que deban trabajar por equipos y que pongan a prueba sus potencialidades y las de sus compañeros.
- Taller para la elaboración de situaciones lúdicas (juegos o juguetes) a partir de sus experiencias; deben considerar los objetos, el espacio y todos los aspectos necesarios para implementarlas en las sesiones.

Establezca momentos de autoevaluación y coevaluación que les permitan:

- Explicar y demostrar las propuestas de actividades, juegos y materiales que elaboraron, así como el proceso que siguieron.
- Reflexionar sobre el desarrollo de estrategias novedosas durante la realización de juegos motores.
- Realizar rondas de comentarios sobre qué retos afrontaron durante las actividades, qué pasa cuando los deben resolver en equipo, qué aspectos tienen en cuenta para valorar su desempeño en las actividades, en qué consideran que son más hábiles, en qué situaciones podrían mejorar, etcétera.

Con la información recopilada organice una demostración pedagógica de las actividades y materiales que construyeron, que anime y motive a compañeros de otros grados a realizar actividad física y que los invite a jugar.

#### SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Inventa juegos, objetos de juego o retos en los que se pone a prueba.
- Resuelve problemas de tipo motor con un menor esfuerzo.
- Ayuda a los compañeros que tienen dificultades para realizar tareas motrices..

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

- Proyecto de actividades novedosas.
- Registro de observación sobre su participación, el uso de sus habilidades y destrezas motrices y la colaboración con sus compañeros.
- Testimonio verbal de las acciones que llevó a cabo para respetar, ayudar y colaborar con sus compañeros para hacer las tareas.
- Presentación de un juego, objeto o reto inventado.

EJE	COMPETENCIA MOTRIZ
Componente pedagógico-didáctico	• Integración de la corporeidad
Aprendizaje esperado	• Incorpora sus posibilidades expresivas y motrices al diseñar y participar en propuestas colectivas, para reconocer sus potencialidades y superar los problemas que se le presentan.

### ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

Experimentar y valorar su potencial expresivo y motor permite a los alumnos interactuar, tomar acuerdos, y colaborar con sus compañeros en la construcción y resolución de problemas que se presentan en actividades colectivas que ponen a prueba sus capacidades perceptivo-motrices. Para diversificar las propuestas, diseñe una unidad didáctica en la cual:

– Exploren formas de cuantificar el ritmo en acciones motrices y asociar el movimiento con la velocidad y el tiempo, mediante:

- Retos motores en los que investiguen cuántas veces es necesario repetir una acción o secuencia de acciones antes de cumplirlas, de acuerdo con la distancia o el tiempo establecidos. Se deben incluir aspectos de lateralidad, cooperación o tiempos límite, etcétera.
- Talleres que favorezcan el diseño de propuestas lúdicas, considerando factores como la velocidad y el tiempo (malabares, activación física, baile, expresión corporal, etcétera).

– Respondan con creatividad a las tareas motrices, a partir de posibilidades propias y de los demás. Utilice:

- Retos motores relacionados con la exploración y práctica de habilidades y destrezas motrices a un ritmo determinado.
- Una composición rítmica colectiva que retome las propuestas de todos y aborde un tema acordado.
- Juegos modificados que conduzcan la sinergia y sincronía de acciones hacia la resolución conjunta de actuaciones estratégicas.

– Diseñen consignas y tareas colectivas que orienten su potencial al ejercicio de:

- Juegos de persecución donde utilicen sus herramientas expresivas (comunicación verbal y no verbal, señas, gestos, etcétera) como códigos que permitan solucionar el problema motor.
- Actividades circenses que involucren desempeños motrices referidos al equilibrio, ritmo y coordinación de movimientos con objetos.

Reserve momentos para dialogar sobre las acciones desarrolladas en las sesiones, con la finalidad de valorar los avances y áreas de oportunidad. Para orientar la reflexión, indique a los alumnos que:

- Consideren los desempeños motores individuales y colectivos manifestados durante las actividades, y cómo inciden en la resolución de problemas de juego cotidianos; solicite que propongan cómo mejorarlos.
- Respondan cuál es la importancia del ritmo en nuestras vidas, cómo influye el ritmo en la realización de diversas tareas motrices, qué pueden hacer para mejorar la coordinación de sus movimientos al seguir un ritmo, cómo pueden organizarse para presentar una composición rítmica colectiva, cuál fue el resultado de intercambiar alternativas para llevar a cabo la composición, etcétera.

Al retomar los saberes previos y adquiridos durante las sesiones se podrá, por ejemplo, llevar a cabo una presentación en el grupo para reconocer el potencial motriz o expresivo de todos los integrantes.

### SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Manifiesta diversidad de ideas, originalidad y creatividad durante el desarrollo de las actividades.
- Coordina y sincroniza los movimientos en relación con los tiempos empleados y las acciones que se suman progresivamente.
- Respeta y aprecia las propuestas de sus compañeros.

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

- Registro del desempeño respecto a las formas de organización y comunicación, la toma de acuerdos y el respeto por las ideas de los demás.
- Presentación de una composición rítmica colectiva.

### EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 6°

EJE	COMPETENCIA MOTRIZ
Componente pedagógico-didáctico	• Integración de la corporeidad
Aprendizaje esperado	• Fortalece su imagen corporal al afrontar desafíos en el juego, la expresión corporal y la iniciación deportiva, para manifestar un mayor control de su motricidad.

### ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

La imagen corporal vinculada a la percepción que los alumnos tienen de sí, se manifiesta en el hecho de saberse y sentirse capaces de afrontar los problemas, adaptarse a los cambios en cada situación, interactuar con sus compañeros, lograr acuerdos, establecer metas comunes y resolver los desafíos. Para ello, planifique una unidad didáctica en la cual los alumnos:

– Reconozcan su potencial motriz o expresivo y lo manifiesten en una situación que implique un desafío; por ejemplo, un proyecto didáctico en el que deban:

- Identificar, por equipos, las capacidades, habilidades y destrezas de cada uno, para proponer ejemplos de situaciones prácticas donde las manifiesten (bailar, actuar, diseñar juegos, contar chistes, resolver pistas o acertijos, esquivar obstáculos, superar pruebas deportivas, etcétera).
- Explicar que sus propuestas sirven para desafiar a sus compañeros en actividades en las que saben que tienen mayor potencial.
- Solicitar que planifiquen la implementación grupal de cada actividad, con el fin de anticipar qué recursos se necesitarán para llevarlas a cabo.

- Exponer por turnos sus actividades, y con la participación de todos “lanzar el desafío”.
- Evaluar las propuestas iniciales, y su desempeño al organizar y participar.

Promueva la autoevaluación y coevaluación de las acciones, motivando que los alumnos expliquen qué capacidades, habilidades, destrezas, experiencias y potencialidades tomaron en cuenta para elegir los juegos o actividades.

Con base en estas experiencias, organice una feria de desafíos que incluya las actividades y recursos empleados en el proyecto, y replíquela en otros grupos.

### SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Demuestra interés por participar en desafíos.
- Respeto las propuestas de sus compañeros.

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

- Presentación verbal de las propuestas de actividades.
- Instrumento de autoevaluación sobre la organización, participación y resultados.
- *Collage* de imágenes de la participación grupal durante las propuestas rítmicas.

## EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 6°

EJE	COMPETENCIA MOTRIZ
Componente pedagógico-didáctico	• Creatividad en la acción motriz
Aprendizaje esperado	• Diseña estrategias al modificar los elementos básicos del juego en situaciones de iniciación deportiva, con la intención de adaptarse a los cambios en la lógica interna de cada una.

### ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

La construcción de estrategias que los alumnos realizan durante el juego, implica diversificar posibilidades, buscar soluciones, individuales y colectivas, y reestructurar permanentemente la actuación, de acuerdo con las modificaciones de los elementos estructurales del juego. Con el propósito de construir planes de acción para ajustarse a la lógica del juego, se recomienda elaborar una unidad didáctica en la cual los alumnos:

- Modifiquen los elementos del juego y exploren cómo esto afecta su desempeño en:
  - Actividades de persecución, donde reconocen diversos cambios en los componentes de

su estructura: tiempo, espacio, implemento, móvil, artefacto, oponente, adversario, regla, compañero, jugador y meta. Propicie el análisis y reflexión sobre su desempeño.

- Pongan en práctica nuevas estrategias para adaptar su desempeño a los cambios propuestos en los elementos estructurales de diversas actividades:
  - Circuitos de acción motriz que requieran adaptar su desempeño individual a varios cambios que se proponen en cada tarea.
  - Juegos tradicionales, populares y autóctonos de la región, así como de otras partes del mundo,

que impliquen cambiar algunos de sus elementos después de cierto tiempo; propicie que exploren la nueva estructura de juego y las estrategias que pueden crear.

– Ajusten su actuación estratégica con el desempeño motor de sus compañeros, en juegos cooperativos que permitan coordinar acciones individuales o grupales para resolver las tareas propuestas y acordar estrategias.

– Adapten su actuación estratégica a las lógicas de los siguientes juegos:

- Retos motores que incluyan tiempos establecidos para cumplir tareas específicas y, con ello, mejorar sus actuaciones.
- Juegos cooperativos que fomenten alcanzar la meta cuando todos los compañeros superen los retos.
- Deportes alternativos que requieran adaptar el desempeño y las estrategias en situaciones de ventaja o desventaja, defensivas u ofensivas.

– Encuentren soluciones alternativas al analizar la lógica del juego y las interacciones motrices; proponga un taller que incluya el diseño de materiales didácticos para probar la actuación estratégica (artefactos, implementos, móviles, etc.); se sugiere promover su uso en diversas actividades, individuales o colectivas.

Es esencial que los estudiantes de manera permanente:

- Reflexionen cómo mejorar sus actuaciones estratégicas en las adaptaciones de las distintas tareas, y reconozcan los logros alcanzados, comparando su desempeño (al inicio, durante y al final).
- Respondan cuál fue la mejor estrategia que desarrollaron, cómo cambiaron su desempeño para alcanzar la meta de juego, cómo alteran

las estrategias del equipo contrario el desempeño propio y el de sus compañeros, entre otras.

Con los saberes adquiridos durante las sesiones, pida que elaboren un cartel y que lo compartan con la comunidad escolar y familiares, colocándolo en un lugar visible. Solicite que el contenido se refiera a la modificación estratégica de objetos o situaciones de la vida cotidiana, los cuales promuevan lógicas distintas en su empleo o resultado; por ejemplo, nuevas utilidades o funciones que se le pueden dar a los objetos cotidianos (meta); utilidad o función de objetos comunes al distribuirlos o colocarlos en distintos lugares (espacio); situaciones, acciones o tareas que se puedan realizar con determinada rapidez (tiempo), entre otras.

#### SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Adapta sus habilidades motrices de acuerdo con las modificaciones de los elementos estructurales de cada juego o actividad.
- Colabora con su equipo en la resolución de retos motores.
- Reconoce avances personales relacionados con sus capacidades, habilidades y destrezas.

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

- Explicación verbal sobre cómo las modificaciones de las condiciones de juego influyen en el desempeño individual y colectivo, así como sobre el diseño de estrategias.
- Testimonio escrito de las modificaciones a los elementos estructurales de los juegos o actividades, así como de las estrategias utilizadas en distintos momentos.

EJE	COMPETENCIA MOTRIZ
Componente pedagógico-didáctico	•Creatividad en la acción motriz
Aprendizaje esperado	•Propone distintas formas de interacción motriz al organizar situaciones de juego colectivo y de confrontación lúdica, para promover el cuidado de la salud a partir de la actividad física.

### ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

Desde este espacio curricular se impulsan acciones de prevención, autocuidado y preservación de la salud, al propiciar que los alumnos diseñen, organicen y participen en una amplia gama de situaciones lúdicas, de carácter expresivo, recreativo, cooperativo y deportivo, que les permitan comprender el valor y beneficios de la práctica sistemática e intencionada de la actividad física, como parte de los hábitos y estilos de vida que han de adquirir a lo largo de su vida. Para ello se recomienda implementar una unidad didáctica, en la cual:

– Exploren nuevas lógicas de juego al vincularlas con actividades conocidas. Organice talleres para mezclar juegos y actividades (tradicionales, modificados, paradójicos, *rallies*, yincanas, kermeses, ferias recreativas, torneos, deportes educativos, etcétera), con la finalidad de promover pautas de convivencia y de confrontación lúdica; incluya la modificación simultánea de dos o tres elementos estructurales que incrementen el nivel de complejidad.

– Organicen actividades novedosas para poner en práctica los conocimientos, las habilidades y las actitudes desarrolladas en estas sesiones:

- Actividades recreativas relacionadas con llevar a la escuela bicicletas, patinetas u otros artefactos para desplazarse; vincule los aprendizajes que se promueven con la prevención y el cuidado de la salud, así como con la educación vial.
- Demostraciones pedagógicas que impliquen compartir con compañeros de grados inferiores diversas formas de jugar; por ejemplo, mostrar cómo se practica una actividad o

cómo se usa un juguete, entre otras posibilidades.

- Clubes que retomen actividades y juegos realizados durante las sesiones, para fomentar la interacción con compañeros de otros grados.
- Promuevan la práctica de actividades físicas al invitar a toda la comunidad escolar a participar, mediante:
- Actividades motrices que incluyan un rincón de juegos, el cual debe funcionar durante determinados momentos para incrementar la participación de compañeros, docentes, padres de familia y autoridades educativas.
  - Torneos que canalicen la confrontación lúdica en juegos modificados, juegos cooperativos, actividades de iniciación deportiva, deporte educativo y otros, y que promuevan la interacción y gusto por las actividades físicas.

A lo largo de las sesiones, propicie que reflexionen sobre sus vivencias, para que:

- Reconozcan los beneficios de la actividad física en el desarrollo de estilos de vida saludables, y en la mejora de la condición física mediante experiencias motrices adquiridas que se pueden trasladar a la vida diaria.
- Dialoguen sobre cómo influye la actividad física en su salud, qué actividades pueden practicar de manera constante en beneficio de la salud, cómo pueden fomentar un estilo de vida activo con su familia, entre otros.

Organice una actividad recreativa (miniolimpiada, concurso de talentos, entre otras) con base en los saberes adquiridos y en la creación conjunta de situaciones vinculadas a la confrontación lúdica.



### SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Diseña y participa en diferentes tareas motrices o actividades.
- Demuestra la mejora en su desempeño al adquirir mayor autonomía y disponibilidad motriz.
- Explica a compañeros de otros grados cómo participar en un juego o usar un juguete.

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

- Instrumento de autoevaluación sobre los aprendizajes adquiridos en la educación primaria y su vinculación con la Educación Física.
- Dibujo personal “Este soy yo”, con el cual comparta las aficiones, las expectativas y los cambios físicos y actitudinales que ha tenido a lo largo de la primaria.

