

# UNIDAD DIDÁCTICA

**FECHA DE ELABORACIÓN: DICIEMBRE 2019**

## COORDINACIÓN DE ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA ZONA F033

NOMBRE DEL PROMOTOR		SONIA ANGÉLICA NAVARRETE ALPÍZAR	
NOMBRE DE LAS ESCUELAS		MITLA. SEBASTIÁN LERDO DE TEJADA. AMADO NERVO. AMADO NERVO	
LOCALIDAD		GODINEZ. TEHUASTEPEC. CUADRILLA DE DOLORES. RINCÓN DE ESTRADAS	
ZONA ESCOLAR	GRADO	GRUPO	TEMPORALIDAD
P 173 y P179	SEGUNDO		De diciembre a enero
UNIDAD DIDÁCTICA		Coordinamos movimientos	

EJE CURRICULAR	COMPONENTE PEDAGÓGICO O DIDÁCTICO
Competencia motriz	<b>DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD</b>

APRENDIZAJE ESPERADO	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.
OBJETIVO	Que el alumno utilice diferentes patrones básicos , como saltar, correr, empujar y lanzar, entre otros, para incrementar sus posibilidades de movimiento
ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS	Mando directo, resolución de problemas, asignación de tareas, descubrimiento guiado.
RECURSOS NECESARIOS	Conos, pelotas, aros, cuerdas, cartulinas (mapas)
EVALUACIÓN	Lista de cotejo
EVIDENCIAS	Fotografías, registro de observación
TEMA TRANSVERSAL	La salud

INTRODUCCIÓN
<p>Los patrones básicos del movimiento se clasifican en tres partes: LOCOMOCIÓN: Se refiere a el Andar, Correr, Saltar, Variaciones de Saltos, Deslizarse, Rodar y Trepas. NO LOCOMOTRICES: Balancearse, Inclinars, Girar, Doblar, Estirar. MANIPULACIÓN DE OBJETOS: Lanzar, Atrapar, Golpear, Patear, Empujar, Levantar.</p> <p><b>¿Qué es capacidad?</b> Es en principio aquella cualidad o atributo nato que se va afirmando por su proceso de maduración, que al ser mejorada a través de un acto repetitivo o practica llega a convertirse en capacidad, siendo esta el cimient de las habilidades motrices que con un mayor grado de práctica y conciencia sobre los movimientos propios llegan a ser Destrezas (movimientos, eficaces, económicos y precisos).</p> <p>PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO</p> <p>HABILIDADES LOCOMOTRICES</p> <p>Implican desplazarse: andar, correr, reptar, Nadar, rodar</p> <p>HABILIDADES NO LOCOMOTRICES</p> <p>Dominio del cuerpo en un espacio sin desplazamiento</p> <p>Saltar, girar, estirarse, flexionarse.</p> <p>HABILIDADES DE MANIPULACION</p> <p>Habilidades de proyección dominio y manejo.</p> <p>Lanzar, golpear, recibir, batear</p> <p>¿Qué es lo que determina el desarrollo motor en los primeros años?</p> <p>Tiene lugar a un rápido desarrollo motor a la adquisición completamente nueva de capacidades y habilidades a través de las condiciones de su contexto y de los que participan en él.</p>

¿Cómo llega a producirse este desarrollo?

En los primeros años se debe exclusivamente al proceso de maduración del sistema nervioso. El niño reptar, gatear o caminar cuando un centro nervioso determinado ya es capaz de funcionar con el reto del cuerpo.

Disciplina científica del conocimiento que agrupa elementos de la biología, la fisiología, la medicina, la educación, la psicología, la sociología y la antropología.

Psicología del desarrollo

Objetivo: describir y explicar los cambios sufridos por los individuos a lo largo de su desarrollo vital social.

Entre más sepamos sobre cómo y por qué crecemos o cambiamos y más control tengamos sobre éste proceso, mayor será nuestra influencia positiva sobre la vida de los niños, adolescentes y la propia vida.



No. DE SESIÓN	1	FECHA DE APLICACIÓN:			
INTENCIÓN PEDAGÓGICA		Que el alumno reconozca y realice distintos patrones básicos en las diferentes actividades durante la sesión de trabajo			
SEC UE NCI A DE ACT IVI DA DES	<p><b>El tren</b> Organizado el grupo en filas, se unen todos por la cintura formando un gran tren. El primero será el maquinista y el último el vagón farol (llevará la mano en alto). Se desplazarán libremente por el patio sin soltarse. A la señal, el último pasa a ser el maquinista y así sucesivamente. Puede realizarse 2 filas, desplazándose sin chocar con los compañeros.</p> <p><b>El laberinto</b> Invitar a los alumnos a formar un semicírculo en el centro del patio. •Pregúntales: “¿Qué te pueden decir del lugar en el que se encuentran? ¿Qué características tiene ese patio?”. Orienta para que los estudiantes respondan con características en función al tamaño, distancias, objetos ubicaciones, etc. A continuación, invítalos a participar en el juego “El laberinto”, en el que deberán encontrar la salida evitando perderse. Para propiciar que la actividad sea más ágil y rápida considera dibujar más de un laberinto. Es necesario ubicar a los alumnos en la parte de inicio del laberinto en parejas. Con una cuerda a cada pareja y pídeles que se aten los tobillos para luego cogerse de la cintura de su compañero. De manera ordenada pasarán por el laberinto hasta salir. Pídeles a los estudiantes que propongan una regla para evitar que se puedan caer o golpear entre ellos. Cuando veas que han resuelto por lo menos la mitad del recorrido, indica a la siguiente pareja que ingrese.</p> <p><b>Bloque de aros</b> Organizar a los alumnos en 4 columnas y enfrente de ellos un aro. El promotor irá mencionando direcciones: derecha, izquierda, adelante, atrás y los alumnos deberán desplazarse a los aros que están ubicados a su alrededor. Luego de realizar varias repeticiones realizar las siguientes preguntas: “¿En qué fila está Juan? ¿En qué fila está Sandra?”. Así sucesivamente vas preguntando a toda la clase. Con relación a la ubicación de David, los estudiantes responderán las siguientes preguntas: “A su derecha tiene a...”, “a su izquierda está...”, “delante de él está...” y “detrás de él está... “. Luego toma otros nombres como referencia para repetir las mismas preguntas. Pide a los estudiantes que propongan de qué manera pueden realizar la actividad para no chocarse con los compañeros al momento de desplazarse de aro a aro.</p>				
	ACT- DE CIERRE	<p><b>Mar - Tierra</b> Los alumnos caminan libremente por el patio, el profesor en el momento que decida, dirá: "mar" o "tierra". Todos los alumnos deben reaccionar situándose en el espacio que representa el mar o en el que representa la tierra. También se puede añadir un espacio que represente el "cielo" para mayor dificultad. ( decir previamente en q espacio estará ubicado cada palabra o pintarla con gis )</p>			
MOME NTOS DE REFLEX ION	Hacer actividad física por lo menos cinco días a la semana ayuda a mantenerte sano. Busca un lugar adecuado y seguro.				
ADEC UACI ON CURR ICUL AR	Que el alumno elabore un dibujo de la actividad que más le haya gustado colocándole su nombre.				
<b>ESTRATEGIAS</b>		<b>RECURSOS</b>	<b>EVALUACION</b>		
Juego libre		Aros y cuerdas 3 gises por grupo	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="886 1808 1560 1871">rúbrica</td> </tr> <tr> <td data-bbox="886 1871 1560 1965"><b>EVIDENCIA</b> fotografías</td> </tr> </table>	rúbrica	<b>EVIDENCIA</b> fotografías
rúbrica					
<b>EVIDENCIA</b> fotografías					

No. DE SESIÓN	2	FECHA DE APLICACIÓN:	
INTENCIÓN PEDAGÓGICA	Que el alumno reconozca y realice distintos patrones básicos en las diferentes actividades durante la sesión de trabajo		
SEC UE NCI A DE ACT IVI DA DES	<p><b>Buscar casa</b> La mitad de la clase menos uno, los alumnos se colocan en círculo separados unos de otros, un metro y con las piernas abiertas. El alumno que quedo fuera del circulo corre alrededor del círculo. Cuando el maestro diga "a casa "deberá introducirse en las piernas de los compañeros. Se repite la acción, pero ahora la mitad del grupo hará el circulo y la otra mitad correrá alrededor del círculo.</p> <p><b>Regresen a su casa</b> Se organiza al grupo en un gran circulo, junto a los a los alumnos se deben distribuir los aros sin deshacer el círculo del espacio de trabajo. Se ubica a los estudiantes dentro de cada aro, menos a uno que se ubicará en el centro del círculo. A la señal del profesor todos los niños y niñas cambiarán de aro, corriendo por su lado derecho, es este momento donde aprovechará el niño/a del centro para lograr ocupar un aro. Si el estudiante consigue ingresar al aro ocupará una casa y el que se quedó sin aro, pasará a ocupar el centro, para repetir la misma acción. Preguntar a los estudiantes con qué otras direcciones pueden jugar (izquierda, adelante, otros). Pon en práctica la propuesta de los estudiantes y observa lo que sucede.</p> <p><b>Las cuatro esquinas</b> Se distribuye dos equipos de igual cantidad de alumnos considerando las diferentes características (físicas, de género) de tal forma que ambos equipos tengan las mismas oportunidades de éxito. Para cada equipo forma un cuadrado, marcando cada esquina con un cono. El tamaño del cuadrado será de 8 metros de lado. Indicar a los estudiantes que se colocarán 3 en cada esquina, los restantes de ese equipo se colocan al centro del cuadrado. Cuando los niños y niñas estén ubicados en sus respectivos lugares y a la señal del profesor, los estudiantes que se encuentran en las esquinas, tratarán de cambiar a otra esquina y los que están en el centro intentarán ocupar una de las esquinas. Señalar que los que se quedaron sin esquina pasan al centro para la siguiente ronda.</p>		
ACT- DE CIERRE	Sentados en círculo, cantar "el árbol de la montaña" haciendo memoria de lo que van diciendo. "el árbol de la montaña iah iah oh... el árbol de la montaña iah iah eh. El árbol tiene una rama... la rama tiene un nido... el nido tiene un huevo... el huevo tiene un ave... el ave tiene una pluma... la pluma es de un indio... el indio tiene una flecha..."		
MOME NTOS DE REFLEX ION	Platicar con los alumnos sobre la importancia de cuando haces ejercicios es recomendable que tomes agua simple potable.		
ADEC UACI ON CURR ICUL AR	Que el alumno elabore un dibujo de la actividad que más le haya gustado colocándole su nombre.		
ESTRATEGIAS		RECURSOS	EVALUACION
Juego espontáneo		aros	rúbrica
			<table border="1"> <tr> <td data-bbox="885 1692 1560 1728">EVIDENCIA</td> </tr> <tr> <td data-bbox="885 1728 1560 1856">fotografías</td> </tr> </table>
EVIDENCIA			
fotografías			

No. DE SESIÓN	3	FECHA DE APLICACIÓN:	
INTENCIÓN PEDAGÓGICA	Que el alumno reconozca y realice distintos patrones básicos en las diferentes actividades durante la sesión de trabajo		
SEC UE NCI A DE ACT IVI DA DES	<p><b>¿Quién es quién?</b> En círculo y de pie, un alumno se coloca en el centro y se le tapan los ojos con un pañuelo. El resto se coloca a su alrededor y se desplazarán hacia la derecha o izquierda según indique el profesor. De repente el maestro dará una orden para que el círculo permanezca estático y el niño con los ojos tapados deberá de acercarse a un niño del grupo y por medio del tacto u otro sentido diferente a la vista, trate de identificarlo. Así repetiremos el ejercicio varias veces.</p> <p><b>Un aro por alumno</b> Lo introducen a distintas velocidades según indique el profesor, por la cintura y nos desplazamos sin tocar a nadie. - Lo llevamos como si fuera el volante de un coche. - Dejar el aro en el suelo: pasar hacia dentro y fuera, meter la pierna derecha, colocarlos a la derecha del aro. - Etc.</p> <p><b>En busca del tesoro</b> En equipos de 5 se les explica que deberán de encontrar un “tesoro” que se encuentra en algún lugar de la escuela. Se debe de plantear como un juego, en donde los alumnos deben ir encontrando la solución al problema planteado por el profesor. Para ello se le dará a cada grupo una pista escrita en un papel para que les ayude a encontrarlo. El tesoro será puede ser cualquier objeto y el profesor esconderá el objeto con anterioridad. Previamente se informarán sobre los límites permitidos. Importancia de recordarles que es un juego en equipo y que cada grupo debe de buscar las pistas en conjunto y no de manera individual.</p> <p><b>La red</b> Un alumno se queda en medio del patio, mientras que el resto de la clase se colocará en un lado del patio, una vez que estén todos colocados, el alumno que se encuentra en el centro dice: “¡1, 2, 3, echo la red!”, de esta forma los alumnos saldrán corriendo hacia el otro lado de la pista intentando no ser atrapados. Una vez atrapados se van uniendo al compañero que inicio la actividad.</p>		
ACT- DE CIERRE	<p><b>Escuchemos a los animales</b> El grupo organizado en dos grandes grupos. Un primer grupo con los ojos tapados deberá de acercarse al otro orientándose por los sonidos de animales que estos últimos emiten. Posteriormente cambio de roles.</p>		
MOME NTOS DE REFLEX ION	Después de hacer actividad física es necesario asearte para sentirte más cómodo y limpio, además de evitar enfermedades.		
ADEC UACI ON CURR ICUL AR	Que el alumno elabore un dibujo de la actividad que más le haya gustado colocándole su nombre.		
ESTRATEGIAS		RECURSOS	EVALUACION
Formas jugadas.		Aro por alumno Paliacate por grupo	rúbrica
			EVIDENCIA fotografías

No. DE SESIÓN	4	FECHA DE APLICACIÓN:	
INTENCIÓN PEDAGÓGICA	Que el alumno reconozca y realice distintos patrones básicos en las diferentes actividades durante la sesión de trabajo		
SEC UE NCI A DE ACT IVI DA DES	<p><b>Cocodrilo dormilón</b> Uno de los alumnos es el “cocodrilo dormilón”. Éste se tumba en un extremo del patio y se hace el dormido. El resto de los alumnos se colocan en el otro extremo y se deben acercar de puntillas y muy despacio hacia el “cocodrilo” para no despertarlo. ¡Al llegar a él, todos a la vez le gritan Cocodrilo dormilón!!! varias veces hasta que el cocodrilo despierta y sale corriendo para pillar a los compañeros. Cuando logra atrapar a uno antes de llegar a su casa (aros), éste será el cocodrilo.</p> <p><b>El refugio</b> Se enumeran tres partes de la pista y los alumnos se mueven libremente por el espacio. A la señal, los alumnos irán al lugar indicado. El último será el que diga los números.</p> <p><b>Pisar la línea</b> Con 4 líneas de diferentes colores pintadas en el suelo con gis, a la orden del profesor, los alumnos deberán pisar la línea del color que se diga. Después, todos caminarán sobre la línea y a la señal del docente cambian de dirección o de sentido: adelante/ atrás.</p>		
ACT- DE CIERRE	Pedir a los alumnos que se formen en fila y que se den masaje en los hombros *trenecito de masajes		
MOME NTOS DE REFLEX ION	Comentar con los alumnos respecto a una alimentación sana		
ADEC UACI ON CURR ICUL AR	Que el alumno elabore un dibujo de la actividad que más le haya gustado colocándole su nombre.		
ESTRATEGIAS		RECURSOS	EVALUACION
Formas jugadas.		aros	rúbrica
			EVIDENCIA
			fotografías

No. DE SESIÓN	5	FECHA DE APLICACIÓN:	
INTENCIÓN PEDAGÓGICA	El alumno controla sus movimientos al lanzar y atrapar		
SEC UE NCI A DE ACT IVI DA DES	<p><b>Recojo rápido</b> Se distribuyen las pelotas por todo el patio. Los alumnos se desplazan por el espacio al ritmo que marca el profesor (música, pandero, palmas...), cada vez que el ritmo se detiene, busca una pelota, el alumno la recoge y la deja de nuevo en su lugar, se repítala acción.</p> <p><b>Las zonas</b></p> <p>ZONA 1. Se marca un círculo de 2m de diámetro en el suelo, los alumnos se colocan por fuera y se pasan la pelota con un pique dentro del círculo.</p> <p>ZONA 2. Marcando un círculo en la pared los alumnos parados detrás de una línea tendrán que golpear con la pelota en su interior. Se pueden sumar puntos lanzando detrás de 3 distancias con diferente puntuación.</p> <p>ZONA 3. Ubicados sobre un círculo pintado en el suelo de 3 m, se pasarán la pelota con los pies intentando no salirse del círculo y que la pelota no salga de esos límites.</p> <p>ZONA 4. “Las Islas” marcando dos líneas en el suelo que representan las orillas del río y 5/6 círculos entre ellas, los niños pasaran de una orilla a la otra saltando por las islas.</p>		
ACT- DE CIERRE	<p><b>La alarma</b> Todos sentados en círculo, se pone en funcionamiento la alarma durante 30 segundos. Se pasan la pelota unos a otros y cuando suena la alarma indica, el que tenga la pelota se queda dormido.</p>		
MOME NTOS DE REFLEX ION	Para mantener una buena salud y recuperar energía es necesario que descanses.		
ADEC UACI ON CURR ICUL AR	Que el alumno elabore un dibujo de la actividad que más le haya gustado colocándole su nombre.		
ESTRATEGIAS		RECURSOS	EVALUACION
Descubrimiento guiado		Pelotas de vinil	rúbrica
			<b>EVIDENCIA</b>
			Instrumento de evaluación, fotografías y cuaderno de e.f.

<b>No. DE SESIÓN</b>	6	<b>FECHA DE APLICACIÓN:</b>		<b>GRADO</b>	SEGUNDO
<b>INTENCIÓN PEDAGÓGICA</b>	Que el alumno realice combinación de patrones básicos de movimiento en actividades colaborativas y trabajo individual				
<b>SEC UE NCI A DE ACT IVI DA DES</b>	<p><b>Cruzar el Lago</b></p> <p>Se forman grupos de 3 ó 4 alumnos. Se les cuenta que están delante de un lago lleno de pirañas, cocodrilos y miles de bichos que se los comerán si pisan el suelo. Deben cruzar el lago de una orilla a otra con la única ayuda de 10 piedras (ladrillos) que pueden pisar y mover pero no desplazarse dentro de ellas. En el momento en que un niño toca con los dos pies en el lago, todo el grupo debe comenzar en la primera orilla.</p> <p>Se distribuye material por toda el área de trabajo y comienza la actividad con la consigna de que nadie puede tocar las cuerdas que están en el piso. ¿Qué podemos hacer para avanzar entre ellas? Después cada alumno toma una cuerda y comienza a trabajar haciendo dibujos en el suelo y trata de saltarlos, correr o caminar sobre su dibujo. De igual forma lo hacen por parejas, además de que pueden buscar otras posibilidades de utilizar la cuerda y distintas maneras de moverse compartiendo la cuerda. Pueden crear figuras con las cuerdas.</p> <p>Opciones de aplicación: Utilizar distintas habilidades motrices para el trabajo. Por grupos crear alguna actividad para mostrar a los demás alumnos.</p>				
<b>ACT- DE CIERRE</b>	<p><b>Levantarse a la vez</b></p> <p>Se disponen por parejas, sentados espalda con espalda y agarrados en jarras (por los codos). A una señal, intentan levantarse a la vez sin apoyar las manos en el suelo. Variante: grupos de 3, 4</p>				
<b>MOME NTOS DE REFLEX ION</b>	Los alumnos muestran imágenes de alimentos nutritivos a sus compañeros.				
<b>ADEC UACI ON CURR ICUL AR</b>	Que los alumnos escriban en su cuaderno que dificultades y logros tuvieron en la combinación de patrones de movimiento.				
<b>ESTRATEGIAS</b>		<b>RECURSOS</b>		<b>EVALUACIÓN</b>	
Juegos cooperativos		ladrillos por grupo, 1 cuerda individual Imágenes de alimentos nutritivos		rúbrica	
				<b>EVIDENCIA</b>	
				Fotografías	

