



**Subsecretaría de Educación Básica
Dirección General de Desarrollo Curricular
Subdirección de Educación Física
"2008, Año de la Educación Física y el Deporte".**



Guía de Educación Física para la Educación Primaria

**J. Arturo Padilla Delgado
Miguel A. Dávila Sosa
Fernando Torres García
Carlos Escalante Pliego
Sergio González Narváez**

Mayo 2008

ÍNDICE	
INTRODUCCIÓN	5
FUNDAMENTACIÓN DE LA GUÍA	5
PROPÓSITOS GENERALES DE LA GUÍA	7
ENFOQUE: LA EDUCACIÓN FÍSICA EN COMPETENCIAS	8
ÁMBITOS DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA	8
LAS COMPETENCIAS QUE DESARROLLA LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL NIVEL PRIMARIA	9
ORIENTACIONES DIDÁCTICAS	12
ORGANIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS	15
ACTIVIDADES DE FORTALECIMIENTO DE LA GUÍA DE EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR	16
BIBLIOGRAFÍA	18
PRIMER CICLO	
PRIMER GRADO BLOQUE 1 “ESTE SOY YO”	20
PRIMER GRADO BLOQUE 2 “CONVIVIMOS Y NOS DIFERENCIAMOS”	27
PRIMER GRADO BLOQUE 3 “LO QUE PUEDO HACER CON MI CUERPO EN MI ENTORNO”	32
PRIMER GRADO BLOQUE 4 ¡PUEDES HACER LO QUE YO HAGO!	38
PRIMER GRADO BLOQUE 5 “DE MIS MOVIMIENTOS BÁSICOS AL JUEGO”	44
SEGUNDO GRADO BLOQUE 6 “NOS RECONOCEMOS Y COMUNICAMOS”	49
SEGUNDO GRADO BLOQUE 7 AHORA SÍ, ¡JUGUEMOS A LOS RETOS!	53
SEGUNDO GRADO BLOQUE 8 ¡DESAFIANDO PRUEBAS!	58
SEGUNDO GRADO BLOQUE 9 “EXPLORANDO MI POSTURA”	64
SEGUNDO GRADO BLOQUE 10 “MI DESEMPEÑO CAMBIA DÍA CON DÍA”	71

TERCER CICLO	
QUINTO GRADO BLOQUE 1 “LA ACCIÓN PRODUCE EMOCIÓN”	77
QUINTO GRADO BLOQUE 2 “JUEGO Y RITMO EN ARMONÍA”	84
QUINTO GRADO BLOQUE 3 “MÁS RÁPIDO QUE UNA BALA”	95
QUINTO GRADO BLOQUE 4 “ME COMUNICO A TRAVÉS DEL CUERPO”	101
QUINTO GRADO BLOQUE 5 “DAME UNO PUNTO DE APOYO Y MOVERÉ EL MUNDO”	111
SEXTO GRADO BLOQUE 6 “LA IMAGINACIÓN ES EL CAMINO DE LA CREACIÓN”	116
SEXTO GRADO BLOQUE 7 “LOS JUEGOS CAMBIAN, NOSOTROS TAMBIÉN”	119
SEXTO GRADO BLOQUE 8 “NO SOY UN ROBOT, TENGO RITMO Y CORAZÓN”	124
SEXTO GRADO BLOQUE 9 “EN DONDE HAY ALEGRÍA HAY CREACIÓN”	127

GUÍA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA EDUCACIÓN PRIMARIA

INTRODUCCIÓN.

La conducta humana es sin duda uno de los últimos aspectos por consolidarse, desde la infancia el niño construye su propia personalidad y la educación es el medio social más adecuado para ello. Es necesario por lo tanto sistematizar los procesos de enseñanza y aprendizaje que rigen su conducta motriz, la educación física en la educación básica contribuye a tal fin.

La Educación Física es una forma de intervención pedagógica que se extiende como práctica social; su objeto de estudio no es sólo el cuerpo del niño en su aspecto físico, sino su corporeidad, es decir sus experiencias motrices, vivencias, deseos, motivaciones, aficiones y sus propias praxias. Lo anterior implica por lo tanto organizar la estructura de la enseñanza a partir de competencias educativas y para la vida; que hagan significativo lo aprendido y pueda ser utilizado a través de sus respuestas motrices y formas de convivencia basadas en el respeto, la equidad de género, la inclusión y sobre todo en la comprensión del interculturalismo de un país diverso como lo es el nuestro.

A lo largo de la guía podremos identificar diversas categorías conceptuales con las que construiremos otra visión de la educación física en la escuela primaria.

El primer referente es la corporeidad, entendida como la consciencia que hace un sujeto de sí; considerada el centro de la acción educativa, en la cual se resalta la importancia del papel de la motricidad humana y su implicación en la acción-conducta motriz.

Con lo anterior, debemos considerar como premisa a la educación en valores en el niño a través de la motricidad; desde los primeros años de la vida escolar se muestran de manera transversal aquellos que se deben promover: personales, sociales, morales y de competencia.

La diversidad y la riqueza cultural que posee nuestro país, representa una oportunidad para aprender a convivir, pero también la posibilidad de redescubrir y valorar los orígenes e historia de nuestra nación; el juego tradicional y autóctono brindan esa posibilidad.

Tres ámbitos circunscriben la intervención del docente en la presente guía: competencia motriz, ludo y sociomotricidad y promoción de la salud. Cada una se encuentra descrita de manera amplia a lo largo de la fundamentación.

La guía está conformada por treinta bloques de contenidos, organizado en grupos de cinco para cada grado; cada uno presenta tres secuencias de trabajo, que son aplicadas en doce sesiones por bloque. Esta posibilidad,

permite que el docente proponga tres secuencias para cada bloque, además de las tres que la propia guía sugiere.

Se trata de revitalizar la escuela primaria en su conjunto y hacer de sus prácticas pedagógicas una opción importante de vinculación entre los contenidos y la vida cotidiana de los alumnos. La sesión de Educación Física debe privilegiar al niño y sus intereses por la acción motriz, la convivencia diaria, la vivencia del cuerpo y por lo tanto el ejercicio de su corporeidad; con ellos se puede hacer de la sesión la fiesta del cuerpo.

FUNDAMENTACIÓN DE LA GUÍA

La presente guía, toma como antecedentes: el programa de educación física de 1988 cuyo enfoque fue el orgánico-funcional; el análisis del plan y programa de estudio de 1993 de educación primaria, motriz de integración dinámica, el plan de estudios 2002 de la licenciatura en educación física; así como el estudio de las principales propuestas teóricas en el campo de la educación física, así como una lectura de las experiencias latinoamericanas, españolas y mexicanas.

Las competencias que conforman la guía son: “La Corporeidad como manifestación global de la persona”, “Expresión y desarrollo de habilidades y destrezas motrices” y “Control de la motricidad para el desarrollo de la acción creativa”. Cada una manifiesta una intención que interactúa y complementa a las otras; por lo tanto no se presentan de manera secuenciada, se construyen en paralelo y se observan a lo largo de los tres ciclos (cada ciclo equivale a dos grados).

La orientación pedagógica de la educación física tiene para estos fines, los siguientes criterios:

1. Ubicar a la Corporeidad como el centro de su acción educativa

La educación física tiene como prioridad, hacerse cargo de la corporeidad, tarea nada sencilla en esta reforma educativa. En las escuelas los docentes tienen que enfrentar a diario una realidad, niños obesos, desnutridos y con un pobre desarrollo motor. Este se convierte en uno de los desafíos que debe asumir la educación en general y la educación física en particular. Teniendo como objetivo: la formación del ser humano, se convierte en una tarea prioritaria, apunta al logro de la **entidad corporal**, ésta puede realizarse en función de la calidad de las intervenciones que se realicen sobre el cuerpo, de los vínculos que establezca entre mi cuerpo con el de los otros. Es aquí donde surge la **corporeidad**, entendida como tener conciencia de sí mismo.

La corporeidad debe ser considerada dentro de todo proyecto pedagógico, por ello se convierte en parte fundamental de toda formación humana y en el eje rector de la praxis pedagógica del educador físico.

La **corporeidad** la concebimos como una expresión de unidad, de totalidad de la existencia humana, se manifiesta mediante una amplia gama de gestos, posturas, mímicas y acciones, que expresan alegría, enojo, satisfacción, sorpresa y entusiasmo. La educación física define de manera clara, los objetivos a alcanzar cuando se propone educar al cuerpo y hacerlo competente para: conocerlo, desarrollarlo, sentirlo, cuidarlo y aceptarlo.

2. Superar el dualismo mente-cuerpo

Para permitir que la corporeidad tenga un lugar en toda tarea educativa, es necesario superar el dualismo mente-cuerpo. Ante ello, el hombre no debe ser concebido de esa manera, no podemos seguir creyendo que por un lado esta nuestra mente y por otro nuestro cuerpo, se puede expresar de manera tajante: no están separadas son una unidad, una totalidad bio-sico-social. No hay una instancia que sea superior a otra, en toda acción educativa se hace énfasis en una de ellas, no importando cual sea, ellas impactan en la totalidad del sujeto que se está formando.

3. El papel de la motricidad humana y la acción motriz

Partimos de que la motricidad humana no puede estar desvinculada de la corporeidad. Motricidad y corporeidad tienen un vínculo ineludible, la motricidad puede concebirse como “la vivencia de la corporeidad para explicar acciones que implican desarrollo humano”.

La motricidad humana es, “Una forma concreta de relación del ser humano con el mundo y sus semejantes, relación que está caracterizada por la intencionalidad y significado implicando: percepción, memoria, proyección, afectividad, emoción y raciocinio”.

La motricidad juega un papel definitivo en la formación del niño, al permitirle establecer contacto con la realidad que se le presenta, para apropiarse de ella,

realiza acciones motrices que están fuertemente dotadas de sentido e intenciones; por esta razón la acción motriz debe concebirse de una manera más amplia, sus manifestaciones son diversas en los ámbitos de la expresión, la comunicación, lo afectivo, lo emotivo y lo cognitivo. La riqueza de la acción motriz es múltiple y se caracteriza por: **el saber hacer, saber actuar y saber desempeñarse**; estos saberes interactúan en la realización de la tarea más sencilla a la más compleja.

4. La diferencia entre Educación Física y Deporte

Deporte y educación física no son lo mismo. El deporte es uno de los fenómenos sociales más importantes del siglo XX y en estos momentos su presencia en la vida social es innegable. La educación física es una praxis pedagógica que tiene como soportes antropológicos al cuerpo y al movimiento. Su objetivo es incidir en la formación del educando al realizar intervenciones sobre la corporeidad con la firme intención de conocerla, desarrollarla, cultivarla y sobre todo aceptarla.

Así, el deporte y la educación física no son lo mismo, sus principios y objetivos son evidentemente diferentes, lo cual nos ayuda a ubicarlos en su justa dimensión y ver al primero, como lo que realmente es: un medio de la educación física, y un desafío para los profesores de la especialidad será incluirlo en su tarea educativa, de tal forma que sus principios (selección, exclusión, etcétera) no alteren su práctica docente e incidan estos de manera negativa en la formación de niños y adolescentes. Todo acto educativo tiene la intención de crear, y en educación física es a partir de la corporeidad y la motricidad, propiciando nuevos sentidos; tales como el gusto por la escuela, y por la vida.

5. El tacto pedagógico y el profesional reflexivo

La educación física debe promover intervenciones (acciones educativas) que no premien o estimulen el dolor.

El educador físico reflexivo debe hacer uso de su “tacto pedagógico”, porque en la tarea de educar se requiere de una sensibilidad especial ante lo humano, el educador físico debe tener presente estos principios y reflexionar de manera permanente para la implementación de esta guía.

En el campo de la educación física debemos superar la concepción que ve a sus profesionales como técnicos, como sujetos que consumen y aplican técnicas en su accionar cotidiano. Se trata de ver en el educador físico a un profesionalista reflexivo, que recapacita sobre su propia práctica y no como un simple aplicador de circuitos de capacidad física o formaciones para la ejecución de fundamentos deportivos.

6. Valores, género e interculturalidad

Para que el educador físico como profesional reflexivo trabaje al unísono con los docentes de grupo, deben estar presentes en su práctica cotidiana: la educación en valores, la equidad de género y la educación intercultural.

La educación en valores

En la función socializadora de la escuela, los valores ocupan un lugar importante, su formación no puede descuidarse o soslayarse, ella es crucial en el desarrollo de las facultades electivas del ser humano y la estructuración de la personalidad, estas son necesarias para participar de manera plena en la vida personal y social. Para educar en valores, es preciso tener claridad en cuales se desea formar a los alumnos de educación primaria. Ya que estos se convertirán en futuros ciudadanos que convivirán en una sociedad plural y democrática, para ello deben estar presentes valores como: el respeto, la tolerancia, la responsabilidad y el diálogo, entre otros. El objetivo es ponerlos en práctica para impactar en el desarrollo moral (juicios) de los alumnos.

La formación moral es un movimiento que tiende a la creciente valoración de la vida humana. Debido a que los valores aprendidos y aplicados en los primeros años de vida, le dan sentido a toda acción humana y brindan la posibilidad de asumir una actitud ética ante la vida.

Equidad de Género

Los significados de ser hombre o ser mujer han estado marcados por la desigualdad social, política y económica, que han padecido las mujeres. En la historia de la humanidad las relaciones de desigualdad, minusvaloración y discriminación hacia las mujeres han sido una constante. Para cambiar esta forma de relación, es necesario transformar esa lógica de género y sus estereotipos: el varón dominante y la mujer sumisa. La educación tiene como tarea formar en una lógica diferente, para ello se propone la equidad de género, entendiéndose por esto el disfrute equilibrado de hombres y mujeres de los bienes socialmente valiosos, de las oportunidades, recursos y recompensas.

También está presente la noción de igualdad, al plantearla, se debe dejar claro que no se trata de que hombres y mujeres sean iguales, la igualdad debe presentarse como una oportunidad de vida permanente. Pensar en la igualdad a partir de la diferencia, permite establecer relaciones más justas y sanas entre hombres y mujeres.

La educación intercultural

Nuestra nación se define como un país pluricultural, esto significa que en él coexisten diversas culturas en el territorio nacional. En esta realidad multicultural están presentes profundas diferencias, privilegios para unas

culturas, segregación y discriminación para otras; las relaciones asimétricas son una constante. Para atenuar esta situación de profunda desigualdad, se propone como alternativa la perspectiva intercultural, que representa un proyecto social amplio donde se eliminan todo acto de segregación y discriminación. Esto significa que en una realidad intercultural el elemento central es, el establecimiento de una relación diferente entre los grupos humanos con culturas distantes, donde: la primera condición es la presencia de una relación de igualdad, modulada por el principio de equidad; la segunda, se reconoce al otro como diferente, sin menospreciarlo, juzgarlo o discriminarlo, sino sobre todo comprenderlo y respetarlo; tercero, ver a la diversidad cultural como riqueza.

Desde la perspectiva intercultural, el alumno se relaciona con los “otros” por medio del diálogo. Aquí la fuerza del diálogo es vital para el entendimiento “comprender las razones del otro”, llegar a acuerdos entre los sujetos (a nivel individual) y entre las culturas (a nivel social). Mediante el diálogo intercultural se da la comprensión del “otro”.

La educación en valores, la equidad de género y la educación intercultural, se le presentan al campo de la educación física como un gran reto que debe asumir y no pasar por alto, llevarla a los patios escolares es un desafío trascendental en la práctica cotidiana de todo educador físico.

PROPÓSITOS GENERALES DE LA GUÍA.

La implementación de la educación física en la escuela primaria reviste especial importancia en la búsqueda de contenidos, que han de traducirse en acciones motrices y de la vida cotidiana para cada alumno, tanto en el aula como en un patio de escuela, en donde dialoga, se comunica y se compromete corporalmente consigo mismo, con el mundo y con los demás. Esta guía orienta a la educación física escolar como una forma de intervención educativa que trabaja con las experiencias motrices, cognitivas, valorales, afectivas, expresivas, interculturales y lúdicas de los niños. Busca a través de la pedagogía de las acciones motrices, integrar al alumno a la vida común, a sus tradiciones y formas de conducirse en su entorno socio cultural.

Por ello las premisas de la presente guía son: el reconocimiento a la conciencia de sí, la búsqueda de la disponibilidad corporal además de crear la propia competencia motriz de los alumnos. Así, la guía está diseñada en competencias educativas y para la vida, con lo cual se plantea que el alumno:

1.-Desarrolle sus capacidades para expresarse y comunicarse; lo cual implica generar competencias cognitivas y por supuesto motrices al propiciar en las sesiones espacios para la reflexión, discusión y análisis de sus propias acciones, relacionarlas con su entorno socio cultural y propiciar que junto con el

lenguaje, se incrementa su capacidad comunicativa, de relación y por consiguiente de aprendizaje.

2.-Sea capaz de adaptarse y manejar los cambios que implica la actividad motriz; es decir, tener el control de sí mismo, tanto en el plano afectivo como en el desempeño motriz, ante las diversas situaciones y manifestaciones imprevistas que se dan en la acción. Lo anterior, permite que a través de las propuestas sugeridas en los bloques de contenidos se construya el pensamiento y por lo tanto la acción creativa.

3.-Proponga, comprenda y aplique reglas para la convivencia en el juego, la iniciación deportiva y el deporte escolar; tanto en el contexto de la escuela como fuera de ella. Al participar en juegos motores: tradicionales, autóctonos, cooperativos y modificados; se estimulan y desarrollan las habilidades y destrezas que en un futuro le permitirán al alumno desempeñarse adecuadamente en el deporte de su preferencia. Además, se impulsa el reconocimiento a la interculturalidad, a la importancia de integrarse a un grupo y al trabajo en equipo.

4.-Desarrolle el sentido cooperativo; haciendo que el alumno aprenda que la cooperación enriquece las relaciones humanas y permite un mejor entendimiento para valorar la importancia de los demás en la construcción de objetivos comunes.

5.-Aprenda a cuidar su salud; mediante la adquisición de información, el fomento de hábitos, la práctica constante de actividad motriz como forma de vida saludable y la prevención de accidentes dentro y fuera de la escuela.

ENFOQUE: LA EDUCACIÓN FÍSICA EN COMPETENCIAS.

La educación física en la escuela primaria constituye una forma de intervención docente, que se reconoce a sí misma como aquella que estimula las experiencias de los alumnos, sus acciones y conductas motrices expresadas mediante formas intencionadas de movimiento, es decir, comprende que se trabaja con las experiencias motrices de los niños, con sus gustos, motivaciones, aficiones y necesidades de movimiento, canalizadas tanto en los patios y áreas definidas en cada escuela primaria del país, como en todas las actividades de su vida cotidiana.

La motricidad es reconocida como la suma de actuaciones inteligentes, creadas y desarrolladas con base en sus necesidades de movimiento, seguridad y descubrimiento, mismas que son demostradas de manera particular en la sesión y expresadas en las acciones de la vida cotidiana de cada alumno. Por ello la guía de educación física estimula aquellas habilidades que son necesarias para el aprendizaje permanente, enfatizando la necesidad de la reflexión por parte del alumno ante cada situación que se le presenta, tanto en

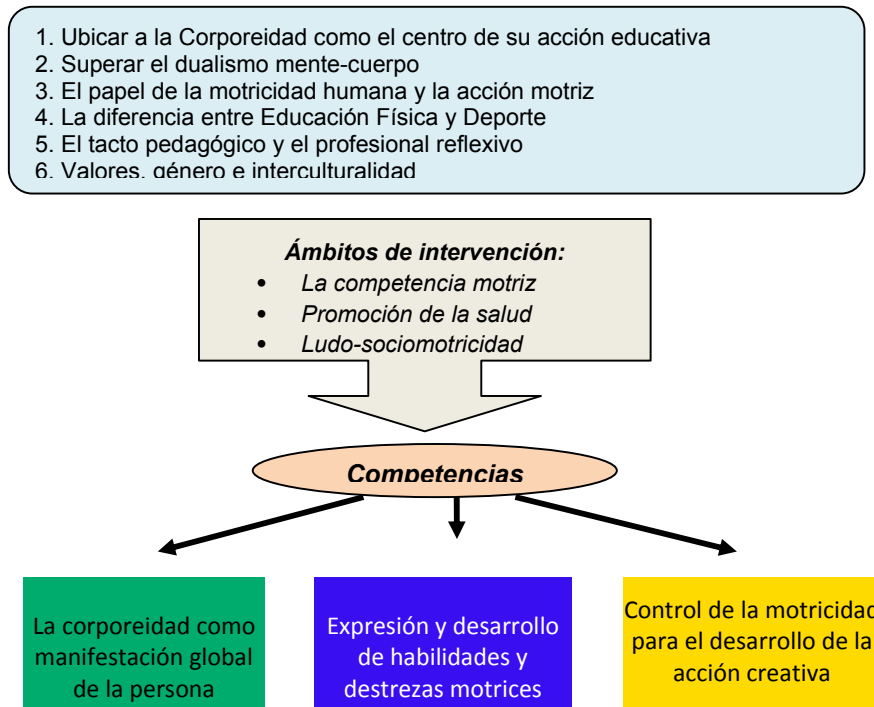
el plano intelectual, en el psicomotor y sobre todo en el afectivo y de relación con los demás.

Reconoce el potencial del alumno y lo canaliza en ámbitos de intervención para que pueda a partir de sus desempeños motores: apreciar la importancia del ejercicio físico, la convivencia con los demás y las prácticas saludables de vida, incorporándose a diario a un ambiente social, buscando la mejor manera de adaptarse a las condiciones que el medio ambiente le impone.

Por lo anterior, la guía de educación física se organiza en tres ámbitos de intervención pedagógica, como una manera de delimitar la actuación del docente; al mismo tiempo que brinda los elementos básicos requeridos para entender su lógica, desde las condiciones reales de la escuela y del trabajo docente.

Finalmente se proponen tres competencias para la vida, que desde la escuela en general y desde la educación física en particular se deben estimular de manera gradual a lo largo de los tres ciclos de la educación primaria.

En el cuadro siguiente se esquematiza el enfoque desde la fundamentación de la guía hasta las competencias en educación primaria:



ÁMBITOS DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA

La competencia motriz.

La implementación de la guía de educación física basada en competencias, reorienta las formas de concebir el aprendizaje motor en los niños que cursan la educación primaria; este aprendizaje identifica las potencialidades de los alumnos a través de sus propias experiencias motrices.

El aprendizaje motor le permite al ser humano entre otras cosas, transformar los patrones de movimiento como resultante entre las capacidades biológicas y el acto motor con relación a los sentimientos, emociones y actitudes que desencadenan un aprendizaje.

“La competencia motriz es la capacidad del niño para dar sentido a su propia acción, orientarla y regular sus movimientos, comprender los aspectos perceptivos y cognitivos de la producción y control de las respuestas motrices, relacionándolas con los sentimientos que se tienen y la toma de conciencia de lo que se sabe que se puede hacer y cómo es posible lograrlo”. La vivencia del cuerpo no debe limitarse a aspectos físicos o deportivos, también a los afectivos, cognoscitivos, de expresión y comunicación. Es la unión de conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos que intervienen en las múltiples interacciones que realiza un alumno con su medio y con los demás, permitiendo que supere bajo sus propias capacidades las diversas tareas que se le planteen en la sesión de educación física, denominada también *“inteligencia corporal”.*

Esta, debe atender las tres dimensiones del movimiento, que son: *“acerca del movimiento, a través del movimiento y en el movimiento”.*

⁵

La competencia motriz cobra especial importancia en el desarrollo de las sesiones, con ella buscaremos aprendizajes consolidados por la participación y la practica misma, esto le permitirá realizar cada vez de mejor manera sus acciones motrices, vinculadas a través de las relaciones interpersonales que se establecen, producto de las conductas motrices que cada alumno aporta a la tarea designada.

Promoción de la salud

El segundo ámbito de intervención docente es aquel que considera a la escuela y sus prácticas de enseñanza como el espacio propicio para crear hábitos de vida saludable, entendiendo como tales los que promueven el bienestar físico, mental, afectivo y social; orienta la sesión de educación física para promover y crear hábitos de higiene, alimentación, cuidados del cuerpo, mejoramiento de la condición física e importancia de mantener la salud de manera preventiva y como forma permanente de vida.

El docente implementa a lo largo de este periodo educativo, una serie de estrategias que permitan el entendimiento del cuidado del cuerpo,

previniendo accidentes, propiciando ambientes de aprendizaje adecuados a las prácticas físicas y de convivencia que se dan en la sesión. Promueve campañas de higiene, presenta periódicos murales sobre el tema, establece reuniones con padres de familia y autoridades acerca de la importancia de la alimentación, el hábito del ejercicio, el uso adecuado del ocio y el tiempo libre, la utilización racional del agua y aporta ideas sobre el cuidado del medio ambiente y la conservación de áreas verdes.

Difundir la salud implica también la enseñanza de posturas y ejercicios adecuados para su ejecución, sus fines higiénicos y educativos; acordes a la edad y nivel de desarrollo motor de los alumnos.

Ludo y sociomotricidad

Una de las grandes manifestaciones de la motricidad es el juego motor; considerado como uno de los medios didácticos más importantes para estimular el desarrollo infantil; a través de éste, identificaremos diversos niveles de apropiación cognitiva y motriz de los alumnos al entender su lógica, su estructura interna y sus elementos tales como el espacio, el tiempo, el compañero, el adversario, el implemento y las reglas. Pero sobre todo, el juego motor como un generador de acontecimientos de naturaleza pedagógica.

Al poner al niño como el centro de la acción educativa, el juego dirigido brinda una amplia gama de posibilidades de aprendizaje, proporciona alternativas para la enseñanza de valores, como el respeto, la aceptación, la solidaridad y la cooperación como un vínculo fundamental con el otro; para enfrentar desafíos, conocerse mejor, construir su corporeidad, expresarse y comunicarse con los demás, identificar las limitantes y virtudes de su competencia motriz al reconocer sus posibilidades de comprensión y ejecución de los movimientos planteados por su dinámica y estructura.

El docente debe estimular el acto lúdico, para que esta competencia desencadene otras relacionadas con lo que vive a diario en su contexto familiar, así como su posible utilización en el tiempo libre y de ocio.

Los juegos tradicionales y autóctonos u originarios, contribuyen a la comprensión del hecho cultural e histórico del país, a la apreciación, identificación y valoración de su diversidad, así como a la posibilidad de aprender del patrimonio cultural de los pueblos, para preservar sus costumbres y sobre todo para no olvidar nuestras raíces como nación.

El alumno construye su aprendizaje tanto por su desempeño motriz como por las relaciones que se establecen producto de la interacción con los demás niños, es decir surge *“la motricidad de relación”.* Esto se explica en las acciones motrices de los niños, ya que al jugar e interactuar con los otros, su motricidad se ve afectada por la de los demás compañeros, por los adversarios, el espacio, el tiempo, el implemento y sobre todo por las reglas dentro del contexto del juego.

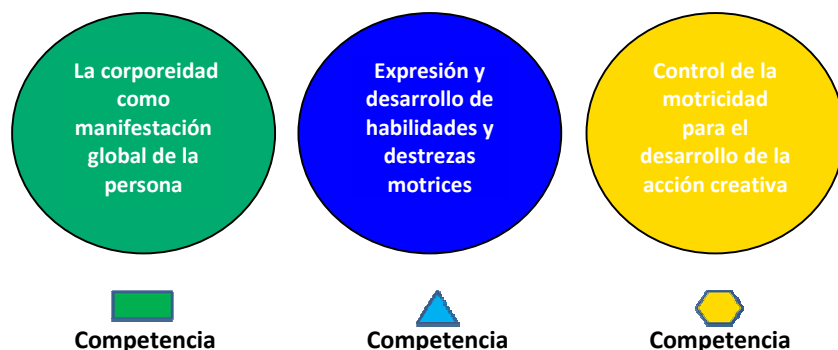
LAS COMPETENCIAS QUE DESARROLLA LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL NIVEL PRIMARIA.

La guía de educación física para la educación primaria está diseñada a partir de competencias educativas y para la vida; entendemos una competencia como *la implicación de un saber, acompañado de un saber hacer; así como la valoración de las consecuencias del impacto de ese hacer*”, demostrado a través de valores y actitudes; es la puesta en juego de conocimientos, habilidades, actitudes y valores para el logro de propósitos en determinados contextos, manifestándose en acciones integradas.

Esto nos permite identificar a una competencia, más allá de la propia habilidad o interés del alumno que junto con el docente tienen la posibilidad de diseñar y construir situaciones de aprendizaje.

Una competencia no se adquiere de manera definitiva, es necesario reforzarla constantemente, de este modo, podemos incidir en su construcción; por lo tanto esta guía contempla situaciones didácticas bajo la premisa *“del principio de incertidumbre”* durante la sesión, permitiendo que el alumno proponga, distinga, explique, compare y colabore para la comprensión de sus propias acciones motrices, desde luego paulatinamente a lo largo de los tres ciclos de la educación primaria.

El desarrollo motor no tiene una cronología ni una línea de tiempo a la que todos los alumnos se deban ajustar, por lo tanto, las competencias que la educación física implementa tienen un carácter abierto, lo cual implica de manera permanente la puesta en marcha de una u otras competencias durante los seis años de la educación primaria. La guía contempla tres competencias, de cada una se desarrollan diez bloques en los tres ciclos:



Cada una consolida los propósitos presentados, desde la lógica de la motricidad y la corporeidad de los alumnos. Sus características de desarrollo corporal y motriz será el punto de referencia para implementar cada una de

ellas, las capacidades y competencias del docente complementan esta dupla educativa. Cada ciclo (dos grados escolares) contiene 10 bloques de contenidos, en total son 3 ciclos para toda la educación primaria. Es necesario que el docente comprenda que cada ciclo representa un nuevo momento tanto en la cronología de los grados, como en el desarrollo motor de los niños. En el siguiente esquema se presentan los bloques de cada ciclo y la incidencia de cada competencia educativa:

Primer ciclo

Bloque 1: <u>“Este soy yo”</u>	Bloque 2: <u>“Convivimos y nos diferenciamos”</u>	Bloque 3: <u>“Lo que puedo hacer con mi cuerpo en mi entorno”</u>	Bloque 4: <u>¡Puedes hacer lo que yo hago!</u>	Bloque 5: <u>“De mis movimientos básicos al juego”</u>
Bloque 6: <u>“Nos reconocemos y comunicamos”</u>	Bloque 7: <u>Ahora sí, ¡Juguemos a los retos!</u>	Bloque 8: <u>¡Desafiando Pruebas!</u>	Bloque 9: <u>“Explorando mi postura”</u>	Bloque 10: <u>“Mi desempeño cambia día con día”</u>

Tercer Ciclo

Bloque 1: <u>“La acción produce emoción”</u>	Bloque 2: <u>“Juego y ritmo en armonía”</u>	Bloque 3: <u>“Más rápido que una bala”</u>	Bloque 4: <u>“Me comunico a través del cuerpo”</u>	Bloque 5: <u>“Dame un punto de apoyo y moveré al mundo”</u>
Bloque 6: <u>“La imaginación es el camino de la creación”</u>	Bloque 7: <u>“Los juegos cambian, nosotros también”</u>	Bloque 8: <u>“No soy un robot, tengo ritmo y corazón”</u>	Bloque 9: <u>“En donde hay alegría hay creación”</u>	Bloque 10: <u>“Compartimos aventuras”</u>

1. La corporeidad como manifestación global de la persona

Uno de los propósitos de la guía es formar un alumno competente en todas las actividades cotidianas dentro y fuera de la escuela. En esta formación para la vida, una competencia esencial es: la corporeidad como manifestación global de la persona. Concebimos a la corporeidad como tener conciencia de sí

mismo, de mi realidad corporal. La corporeidad es una realidad que se vive y se juega en todo momento, es el cuerpo-vivido en sus manifestaciones más diversas: cuando juega, baila, corre, entrena, estudia o trabaja. Siempre hace acto de presencia en el horizonte de la vida cotidiana, en un espacio y un tiempo determinado es donde su construcción se lleva a cabo. Esto significa que la corporeidad no es una sustancia estática e inmutable (cuerpo-objeto), sino un “*cuerpo-vivido*”, que en toda nueva relación se está rehaciendo permanentemente, es una entidad viva por eso cada encuentro con el “otro” es singular. Para establecer una relación con el otro, los seres humanos se comunican y cuando lo hacen se implica a la palabra y los movimientos del cuerpo. La existencia del niño es, en primer lugar corporal y existir significa moverse en un tiempo y en un espacio, su existencia activa le permite transformar el entorno gracias a la suma de gestos competentes. La corporeidad del alumno se construye y recrea en el interior de los procesos de socialización y la escuela es una de las instituciones que tienen a su cargo tan importante tarea.

En la corporeidad como manifestación global de la persona debe fomentar:

Conocer el cuerpo: toda tarea educativa tiene como finalidad conocer algo, que el alumno se apropie de un contenido para que pueda dominarlo y utilizarlo en su beneficio.

Sentir el cuerpo: Las sensaciones juegan un papel importante para poder sentir nuestra realidad corporal. Las sensaciones corporales proporcionan información sobre el mundo (de los objetos y los sujetos), la más relevante es la información sobre sí mismo al tocar-sentir su cuerpo.

Desarrollar el cuerpo: El desarrollo en los alumnos no se da de manera espontánea, es necesaria la intervención de docente para crear nuevas funciones (hábitos, habilidades y destrezas motrices) que enriquecerán las posibilidades de los alumnos.

Cuidar el cuerpo: Todo alumno tiene derecho a un cuerpo saludable que le permita disfrutar de una vida plena, pero también tiene deberes para alcanzarla, la competencia debe considerar ambas.

Aceptar el cuerpo: Este se convierte en un objetivo prioritario y a la vez en el más complicado, producto de la creciente insatisfacción corporal que manifiestan un gran número de personas.

2. Expresión y desarrollo de habilidades y destrezas motrices

Esta competencia orienta hacia la importancia de la expresión como forma de comunicación e interacción en el ser humano; su propósito central es que el alumno establezca relaciones comunicativas a través de las diversas posibilidades de la expresión motriz.

La corporeidad cobra sentido a través de la expresión y sus formas de manifestarse, ya sea escrita, corporal, oral, artística. Es en la sesión en donde el alumno puede manifestarse a través de esos medios, teniendo como resultado la exteriorización de percepciones, emociones y sentimientos, traducidas en movimientos gestuales, ya sea, expresivos o actitudinales. Su identificación a través de la percepción y posterior manifestación, será la base para lograr los aprendizajes deseados en esta competencia.

El aprendizaje de esta competencia, se construye a partir de la investigación y toma de conciencia, producto de las sensaciones y percepciones inherentes a cada acción de movimiento, se consolida cuando es integrada como herramienta de uso común en la vida del niño. La enseñanza de valores a través de la expresión y sus posibilidades de manifestación se convierte en un aspecto muy importante en el desarrollo de las sesiones que conforman esta competencia. Primero; mostrando aquellos de tipo **personal** (voluntad, libertad, felicidad, amistad), luego **los sociales** (igualdad, paz, seguridad, equidad, inclusión, solidaridad, cooperación), después **los morales** (valentía, cortesía, amor, tolerancia, respeto, equidad) y finalmente **los de competencia** (autosuperación, responsabilidad, astucia, capacidad de decisión).

En ésta competencia se propone también estimular de manera permanente las habilidades motrices básicas como base para el desarrollo y aprendizaje motor.

La construcción de las habilidades y destrezas motrices se logra a partir del desarrollo de movimientos: **de locomoción**, (caminar, cuadrupedias, reptaciones, correr, salto horizontal y vertical, marcha lateral, marcha- saltos y trepar); **de manipulación** (lanzamientos, botar, rodar, jalar, empujar, mover objetos con ayuda de otros implementos, golpear, patear, atrapar, controlar objetos con diferentes partes del cuerpo) y **de estabilidad** (girar, flexiones, balanceo, caídas, así como el control del centro de gravedad). En esta clasificación de movimientos se incluyen todos aquellos cuya combinación, producto de la práctica variable, permiten el enriquecimiento de la base motriz del alumno.

En otro sentido, las habilidades motrices básicas nos llevan a las complejas y estas a su vez a la iniciación deportiva y al deporte escolar, que también se realiza en esta misma etapa educativa y se convierte en la segunda competencia que de manera particular se desarrolla en el nivel secundaria y que se denomina, *Expresión y realización de desempeños motrices sencillos y complejos*.

3. Control de la motricidad para el desarrollo de la acción creativa.

El propósito central de esta competencia es que el alumno sea capaz de controlar su cuerpo a fin de producir respuestas motrices adecuadas, ante las

distintas situaciones que se le presentan, tanto en la vida escolarizada como en los diversos contextos donde convive. Controlar la motricidad como competencia educativa, implica apropiarse de una serie de elementos relacionados con el esquema corporal, la imagen corporal y la conciencia corporal.

El control que ejercen los niños sobre su cuerpo y sus movimientos se manifiesta en los mecanismos de decisión a través de estados de reposo o movimiento. Los procesos de índole perceptivo y el registro de las más diversas sensaciones alcanzan una mayor conciencia y profundidad. El equilibrio, tensión muscular, la respiración - relajación, y la coordinación, resultan determinantes tanto para el desarrollo y valoración de la propia imagen corporal como para la adquisición de nuevos aprendizajes motores; lo cual implica también el reconocimiento y control del ajuste postural perceptivo y motriz, mejorando con ello la coordinación motriz en general. Por lo tanto, la imagen, esquema y conciencia corporal nos llevan a la comprensión de nuestra motricidad.

El pensamiento es una característica que está vinculado al conocimiento, es una facultad del individuo de interpretar su entorno. Es a través de esta competencia en donde el alumno se pregunta: ¿qué debo hacer?, ¿para qué lo haré?, ¿cómo y de cuántas formas lo puedo lograr?, ¿qué resultados obtendré? La capacidad de analizar y sintetizar experiencias basadas en la memoria motriz, permitirán crear nuevas situaciones con diversos resultados.

La resolución de problemas motores a partir del control de la motricidad ayudará a los niños a comprender su propio cuerpo, sentirse bien con él, mejorar su autoestima, conocer sus posibilidades y adquirir un número significativo de habilidades motrices, accediendo a situaciones cada vez más complejas en diferentes contextos, tales como: el manejo de objetos, su orientación corporal en las condiciones espaciales y temporales, anticiparse a trayectorias y velocidades en diversas situaciones de juego.

Contrario a la adquisición de estereotipos motores rígidos y a la especialización, con las estrategias presentadas se pretende desarrollar en los niños la habilidad para ofrecer respuestas motrices eficientes ante situaciones variadas, diversas y cambiantes, utilizando estrategias didácticas que incluyan conjuntos de coordinaciones de una misma clase de movimientos.

La corporeidad se expresa a través de la creatividad pues ponen todo su potencial cognitivo, afectivo, social y motriz en busca de una idea innovadora y valiosa.

En el ejercicio de la creatividad motriz, los niños desencadenan sus respuestas motrices dentro del marco de las competencias. Con base a procesos de pensamiento divergente, producen un gran número de posibilidades de acción, seleccionando las más apropiadas de acuerdo al problema o situación,

las reestructuran u organizan, adquieren un carácter personal debido a que son originales y a partir de su repetición se adaptan de un modo más sutil a las necesidades.

Como un hábito de la mente, el pensamiento crítico y creativo extiende los límites de la escuela y encuentra en cualquier experiencia, una oportunidad de aprendizaje, lo cual constituye el sentimiento de confianza, de saberse y sentirse competente para actuar y desempeñarse, con ello se inicia el proceso de construcción de la tercera competencia en el nivel secundaria denominada, dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS.

Planeación

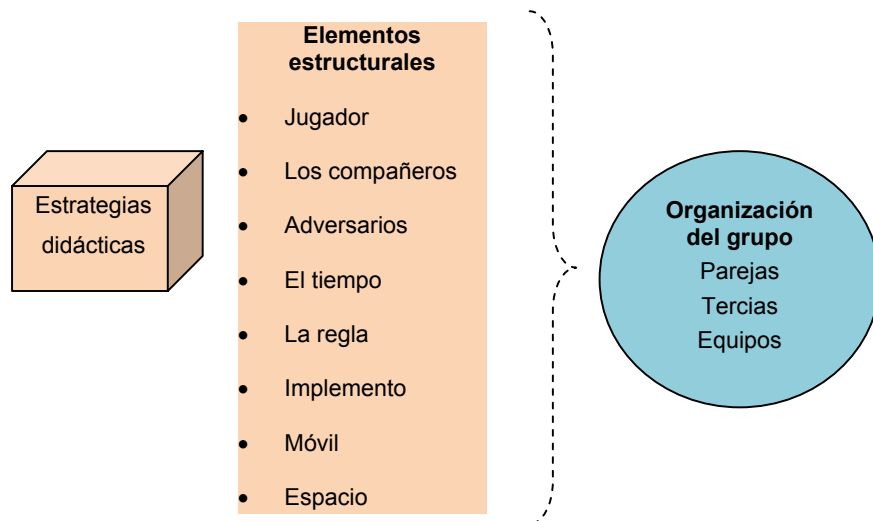
La planeación debe ser en todo momento un proceso pedagógico y de intervención docente de tipo amplio y flexible, por ello no existe una sola didáctica de la educación física, que oriente al docente a actuar de un modo predeterminado ante las sesiones, las secuencias de trabajo, sus alumnos, autoridades y comunidad escolar en general; existen muchas didácticas que deben ser aplicadas con base a principios éticos, de competencia profesional, de reflexión y análisis de la práctica docente.

Con el propósito de lograr un manejo adecuado de la presente guía, así como de su planeación en general, se proponen las siguientes orientaciones didácticas:

Perfil del docente

El docente debe crear ambientes de aprendizaje que generen confianza y participación activa, planeando secuencias de trabajo que complementen las presentadas en la guía, de tal forma que no se abandone ni el propósito ni la competencia que se pretende desarrollar en los alumnos. Al organizar la sesión, sustituir los ejercicios de orden y control por formas de comunicación basadas en el respeto y la libertad de expresión de los alumnos.

El docente debe aprender a observar cuidadosamente y a mirar en todo momento los desempeños motrices de sus alumnos, orientar la sesión modificando, bajo el principio de la hipótesis de la variabilidad de la práctica, diversos elementos estructurales tales como:



Por lo anterior, las competencias que el docente de educación física debe dominar al implementar en la presente guía son:

Competencias generales del educador físico

- **Saber integrarse al equipo de trabajo de la escuela**, contribuir a la construcción de propuestas académicas, sociales, recreativas, deportivas y de gestión escolar en general, tanto con los docentes de la escuela primaria en general como con sus compañeros de educación física en particular.
- **Diseñar y aplicar programas educativos**; unidades didácticas, estrategias didácticas variadas acordes al nivel educativo y desarrollo corporal y motriz de los niños, con un estilo docente que propicie la interacción con sus alumnos.
- **Actuar con ética profesional en todo momento**; sobre todo al proponer secuencias de trabajo, que resulten inclusivas y que provean contextos de aprendizaje para todos los alumnos, proponiendo ejemplos sencillos y un amplio sentido de su "tacto pedagógico" como acto de reflexión permanente para la acción.

- **Saber actuar didácticamente**; observar características y nivel de desarrollo motor así como de competencia motriz de sus alumnos para realizar evaluaciones diagnósticas de tipo cualitativo y así determinar qué necesitan tanto de la educación física como en su formación general.
- **Reconocer en los alumnos las diferencias cognitivas y los estilos de aprendizaje**; competencia motriz individual que sirven como base para manifestar su corporeidad, identifica las necesidades educativas especiales que con relación al desarrollo social y motor presentan.

Criterios metodológicos para la sesión.

Para que la sesión pueda cumplir adecuadamente con los propósitos y competencias presentados, es pertinente que el docente tome en cuenta los siguientes criterios:

- Es necesario verificar el nivel inicial de los alumnos, sobre todo en cuanto a la competencia motriz y desarrollo motor, para ello se deben considerar los intereses y motivaciones que tienen hacia la sesión. Para lo cual cada bloque de contenido considera al inicio una evaluación diagnóstica de tipo criterial.
- Las actividades propuestas para el docente deben suponer un esfuerzo adicional, complejizar cada vez más las actividades sugeridas y observar su capacidad para resolver situaciones, tanto cognitivas como motrices.
- El alumno debe encontrar sentido a lo aprendido, sobre todo con relación a lo que a diario vive en lo cotidiano.
- Propiciar que el alumno identifique y realice progresivamente acciones cada vez más complejas en su ejecución, partiendo del ensayo y error construye nuevos aprendizajes.
- Estimular en el alumno en todo momento el sentido de cooperación tanto en el trabajo individual como en el colectivo, propiciar el compañerismo, el respeto y la ayuda de otros. Por ello la participación desde el inicio debe ser activa, aprovechar al máximo los recursos materiales y espaciales.
- El docente debe evitar al máximo los tiempos de espera para poder participar en la sesión, las largas filas o las actividades con poca intensidad.
- Los recursos materiales utilizados por el docente deben ser lo más variado posible, garantizar que todos los alumnos puedan utilizarlos en cualquier momento de la sesión.

- Establecer la relación permanente entre lo aprendido en educación física y las otras asignaturas en general.
- La verbalización debe ser actividad permanente, es decir, provocar en los alumnos la duda y dar opción a que opinen acerca de sus ideas o formas de hacer las cosas. Cuando lo aprendido se platica, adquiere mayor significado.
- Mostrar una actitud permanente de respeto a las ideas y formas de hacer las tareas motrices de los alumnos, a su habilidad, rendimiento motor, a sus ideas, gustos y aficiones.

La Evaluación Educativa

En todo proceso educativo, se deben verificar los avances y las expectativas de logro de los objetivos propuestos en cada etapa del mismo. La evaluación educativa nos permite observar dichos avances en la implementación de estrategias dirigidas hacia tres vertientes del proceso: los alumnos, es decir verificar el aprendizaje obtenido y los indicadores que demuestren el dominio o adquisición de las competencias enseñadas; el docente, quien observa la enseñanza como forma de intervención pedagógica, reflexionando sobre aspectos globales de la aplicación de estrategias didácticas y el manejo de las competencias expuestas; y la planeación de actividades, en donde se analiza el cumplimiento o no de los aprendizajes esperados, así como un balance de aquellos elementos que regulan el proceso didáctico en su conjunto.

Por lo anterior, la evaluación es mucho más que la asignación de calificaciones, componente también incluido en la guía; nos referimos a una serie de elementos, que favorecen la intervención del docente, en todos sus momentos.

Evaluación del aprendizaje.

Es la parte más atendida dentro del proceso de enseñanza, la guía orienta sus contenidos hacia la adquisición de competencias, por ello será necesario utilizar instrumentos para la evaluación criterial; la cual busca comparar al alumno consigo mismo, con criterios derivados de su propia situación inicial, que adquiera conciencia de sus propios avances, atendiendo sus respuestas para construir nuevas situaciones de aprendizaje.

Evaluación de la enseñanza.

El docente debe tener la habilidad en el manejo de la competencia presentada y una adecuada conducción del grupo para dinamizar las estrategias que hacen posible la construcción de las competencias propuestas, darle tratamiento adecuado a cada una de ellas, observando las conductas motrices que desencadenan las sesiones en sus alumnos, verificar la complejidad de la tarea

asignada a cada uno, así como sus respuestas y el nivel de apropiación de cada competencia. Con ello, determinar el ritmo personal de aprendizaje de sus alumnos y orientar la puesta en marcha de acciones cada vez más complejas. Al crear ambientes de aprendizaje el docente incrementa la posibilidad de predecir futuras acciones en la sesión.

Evaluación de la planeación de actividades.

En este momento de la evaluación, el docente analiza el cumplimiento de los aprendizajes esperados, de las actividades, la temporalidad de cada bloque de contenidos, la pertinencia de los recursos materiales y espaciales utilizados, el dominio de la competencia mostrada, las dificultades en relación a la gestión escolar, entre otros.

Cada Bloque presentado debe contemplar una evaluación inicial, a fin de determinar las experiencias previas de los niños respecto a esa competencia, de esta manera, diagnosticar las habilidades del grupo y determinar las posibles dificultades en la implementación del bloque por venir.

Al término de cada bloque, se implementa nuevamente un mecanismo de verificación criterial de los aprendizajes logrados, se sugiere repetir la estructura básica de la primera sesión, para partir de los mismos elementos diagnósticos que dieron origen a dicho bloque.

Recomendaciones didácticas.

La práctica de la actividad física dirigida requiere de participación, compromiso y conocimientos claros respecto a lo que ello implica, por lo cual, el docente debe considerar aspectos centrados en la correcta ejecución y posturas acordes a cada realización y conducta motriz de sus alumnos, además de disponer de condiciones básicas para la realización de las sesiones a su cargo. Por ello debemos considerar como una orientación pertinente, la verificación del estado de salud de los alumnos, a través de la comprobación clínica y médica de cada uno de ellos, a fin de reconocer sus posibles limitaciones o disposiciones desde el punto de vista fisiológico o funcional para participar en la sesión. Para lo cual será necesario que al inicio del ciclo escolar el alumno entregue un certificado que otorgue un médico en el que se indique que dicho alumno puede realizar actividad física, acompañado del número de cedula profesional del médico y el sello de la institución que le realiza el examen.

Toda actividad propuesta debe estar acompañada de una serie de elementos a considerar por parte del docente, quien planea y programa cada secuencia de trabajo, tales como:

- Explicar permanentemente los beneficios de la actividad física en el ser humano, tanto en la parte física como en lo social en general.
- Destacar la importancia de la alimentación adecuada en el desarrollo corporal de sus alumnos mediante diferentes medios impresos, visuales o digitales.
- Evitar ejercicios específicos para regiones musculares en particular, como el abdomen, la espalda o las piernas, ya que estos grupos musculares se fortalecen de manera paralela a su crecimiento, siempre y cuando estén acompañados de estimulación y dieta adecuada.
- Un ejercicio físico inadecuado puede tener consecuencias en lesiones musculares o articulares, así como alteraciones cardiovasculares y respiratorias por realizar acciones con una intensidad de esfuerzo muy alta o inadecuada para los niños de estas edades. Incluyendo el aplicar castigos por mal comportamiento a través de ejercicio físico.

La sesión ante la integración escolar.

El concepto de integración educativa representa para la modalidad de la educación especial “la igualdad de oportunidades, la equidad para el acceso a los recursos y servicios que todo ser humano requiere para su bienestar y calidad de vida”.

La integración de alumnos con necesidades educativas en la escuela primaria puede ayudar a todos los estudiantes en la construcción de un auto concepto positivo, al proporcionar múltiples grupos de referencia, además de esquemas para comprender las diferencias sociales.

El docente debe valorar con estos alumnos la participación y el trabajo cooperativo para hacer que se sientan parte del grupo; los juegos sensoriales pueden ser una estrategia didáctica adecuada para ellos, integrarlos al resto de sus compañeros debe ser prioridad para el docente.

Cuando a un alumno se le excluye de un juego o actividad por su discapacidad, se le priva de una fuente de relación y de formación a la cual tiene derecho, además se influye de manera negativa en su desarrollo emocional y psicológico.

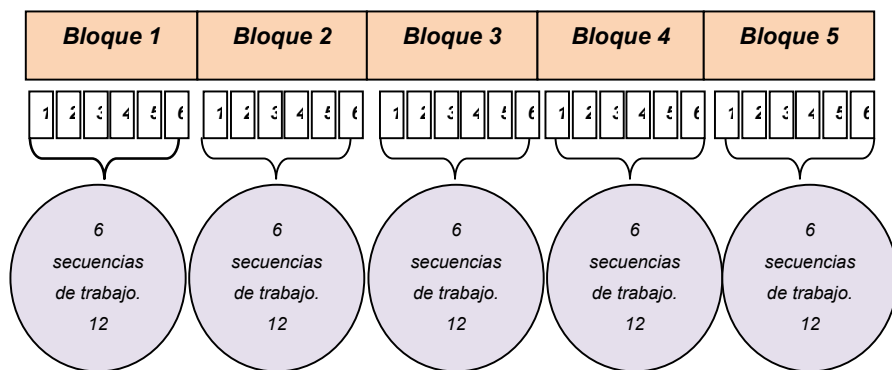
Educar con la diversidad, en la diversidad, es la base de futuras actitudes de respeto en un entorno motivador donde todos y todas participan y aprenden. Al incluirlo en el trabajo con todos sus compañeros además de favorecer su proceso de maduración, se generan actitudes de tolerancia, respeto y solidaridad de todo el grupo. Además, la sesión puede potenciar el incremento en la autoestima, mejorar la imagen corporal y la confianza en sus capacidades y formas de interactuar.

Consideraciones generales cuando tratamos con personas con capacidades diferentes:

- **Principio de independencia:** a la mayoría de las personas con capacidades diferentes les supone un esfuerzo muy grande mantener su independencia, el docente debe ayudarles y estimularles a conservarla.
- **Igualdad en el trato:** cuando se esté en un grupo mixto en el que haya alumnos con y sin capacidades diferentes, no se deberán hacer tratos distintos, ni más diferencias que las imprescindibles cuando tratemos a la persona con estas capacidades diferentes, atendiendo al principio de equidad.
- **Estar solícito pero sin sobreproteger:** atento a las necesidades, pero no hacerles todo, es importante estimular su independencia, una sobreprotección puede hacer que pierda facultades que aun podría conservar y desarrollar.
- **Llamar a las cosas por su nombre:** una extremidad lo sigue siendo aunque no funcione o tenga una deformidad, ante un ciego se puede decir “ver”.
- **Otras capacidades y otros ritmos:** una persona con capacidades diferentes puede tardar más tiempo en hacer las cosas, si le sale mal la acción o se equivoca se le debe estimular para que lo vuelva a intentar, aunque en un principio pueda ser frustrante, a la larga se va a sentir mejor, aunque no lo consiga, lo ha intentado.

ORGANIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS.

Los contenidos para cada grado escolar se desarrollan en cinco bloques de contenidos agrupados en seis secuencias de trabajo, cada secuencia tiene una duración aproximada de dos sesiones cada una; en suma cada bloque representa doce sesiones. Su estructura nos permite sugerir tres secuencias de trabajo, de tal manera que de forma alternada el docente propone las siguientes tres, de este modo se evita que se pierda de vista tanto el propósito del bloque como las competencias abordadas.



Dentro de la organización de los bloques de contenido se contempla un eje transversal que permite acercar a los alumnos a la educación en valores, de manera paulatina se incorporan a lo largo de los seis años de la educación primaria aquellos que permiten construir una pedagogía axiológica desde la sesión de educación física. Cada Bloque está integrado por los siguientes elementos:

GRADO BLOQUE TÍTULO COMPETENCIA EN LA QUE SE INCIDE	
PROPÓSITO	APRENDIZAJES ESPERADOS
CONTENIDOS	ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS MATERIALES
	VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA APRENDIZAJE
ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE	
SECUENCIAS DE TRABAJO (1, 2, 3) CONTENIDAS EN LA GUÍA Y (4, 5, 6) REALIZADAS POR EL DOCENTE	

Cada secuencia pretende orientar al docente respecto a las actividades que posibilitan el logro de las competencias, a su manejo e implementación; las

características de los alumnos y del grupo, las condiciones escolares, el contexto social, el medio ambiente entre otros, determinan el grado de avance de la guía. Desde luego que dada la naturaleza y problemática de cada estado y zona del país, se hace necesario flexibilizar y adecuar las condiciones para su aplicación.

La adecuada planeación e implementación de la presente guía, nos permite, realizar una serie de actividades de recapitulación de las competencias adquiridas por el grupo durante cada ciclo escolar, así como el grado de apropiación que cada alumno ha logrado al respecto.

Por ello es necesario implementar durante el último mes de cada ciclo escolar una serie de actividades que permitan vincular lo que se hace en la comunidad en general y su relación con la educación física escolar, con relación a las siguientes temáticas:

1.- Actividades para el disfrute del tiempo libre. Entre ellas sugerimos: elaborar trabajos manuales con material reciclado, globoflexia, papiroflexia, cuenta cuentos, teatro guiñol, ciclos de cine infantil, convivios escolares, acantonamientos, visitas guiadas, pláticas con padres de familia sobre el tiempo libre y su importancia, juegos recreativos, juegos de mesa, tradicionales o típicos de cada región del país, representaciones teatrales, actividades rítmicas y artísticas en general entre otros.

2.- Actividades de promoción y cuidado de la salud. Entre ellas: pláticas sobre alimentación, adicciones en general, (alcoholismo, tabaquismo, drogadicción, etcétera), sida, beneficios del ejercicio físico sobre el organismo, creación de clubes deportivos, talleres de actividad física, paseos ciclistas, hacer que los niños traigan a la escuela bicicletas, patinetas, triciclos, patines y juguetes para promover de diferentes maneras la práctica del ejercicio como forma de vida saludable. Realizar campañas de reforestación y conservación del medio ambiente, proponer y elaborar periódicos murales en general sobre la educación física y su importancia. Actividades para la higiene mental, tales como sesiones de relajación, talleres antiestrés, yoga, etcétera.

3.- Actividades deportivas escolares. A través de juegos cooperativos, modificados, circuitos deportivos, rally, gymkhana, mini juegos olímpicos, etcétera, implementar y fomentar juegos agonísticos y torneos escolares, formando equipos, grupos de porras, inauguraciones, premiaciones, etcétera. Bajo las premisas de la inclusión, la participación y el respeto, involucrar a todos los alumnos de cada grupo y a los demás docentes en la puesta en marcha y participación en los mismos.

4.- Demostraciones pedagógicas de la educación física. Esta actividad nos permite involucrar a los padres de familia, compañeros docentes, directivos y comunidad escolar en general en actividades demostrativas para el mejor

conocimiento de sus hijos así como de la importancia de la educación física en las edades escolares. El docente expone una competencia y desarrolla actividades que lleven a su apropiación por parte del alumno, enfatizando la importancia de ésta con relación a las actividades de la vida cotidiana.

ACTIVIDADES DE FORTALECIMIENTO DE LA GUÍA DE EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR.

Como parte de las actividades que permiten involucrar de mejor manera al alumno a la asignatura de educación física escolar, la guía sugiere incorporar una serie de actividades encauzadas al enriquecimiento motriz de los alumnos, al tiempo que les brinda la posibilidad de aprovechar de mejor manera su tiempo libre, ya sea entre semana (a contra turno) o los días sábados durante el ciclo escolar vigente.

Actividades sugeridas para el fortalecimiento de la guía.

- Integrar la educación física al proyecto escolar, a través del consejo técnico consultivo. El docente deberá participar sistemáticamente en este tipo de actividades académicas desde el inicio del ciclo escolar, exponiendo problemáticas detectadas en periodos anteriores y posibles alternativas de solución, para que desde diferentes ámbitos de intervención se puedan resolver, entre ellas: la obesidad y deficiente nutrición en general de los alumnos; seguimiento de conductas inapropiadas de algunos alumnos, difundir actividades de promoción de la salud y cuidados del cuerpo (incluyendo conferencias para padres de familia y docentes en general), actividades expresivas, artísticas y musicales, lectura, ajedrez, torneos deportivos, etcétera.
- Establecer trabajo colegiado entre los docentes en general y de la especialidad, en el sector, el municipio o zona para impulsar proyectos académicos locales o regionales comunes. Diseñar muestras pedagógicas, círculos de lectura, actividades interescolares, clubes deportivos y de iniciación deportiva, actividades recreativas y ecológicas, campamentos, excursiones, visitas guiadas, teatro guiñol, festivales recreativos, etcétera.
- Incluir todas aquellas actividades que desde la educación física se pueden impulsar, atendiendo el gusto de los niños, la voluntad de asistir y la implementación de un programa y una planeación definida para cada actividad presentada.

BIBLIOGRAFÍA

- Agudo Dorotea, Juegos de todas las culturas, España, Inde, 2002.
- Aisenstein, Angela y Nancy Ganz. (2002). "La enseñanza del Deporte en la Escuela". Buenos Aires, Miño y Dávila.
- Arnold, P.J. (2000). Educación física, movimiento y currículo. España, Morata.
- Aucouturier, B. y Gérard Mendel. ¿Por qué los niños y las niñas se mueven tanto? España, Grao, 2004
- Berge, Ivonne. (1979). Vivir tu cuerpo. Para una pedagogía del movimiento. Madrid, Nancea.
- Bossu, Henri. (1986). La expresión corporal: un enfoque metodológico perspectivas pedagógicas. España, Martínez Roca.
- Cagigal, J. M. (1979). "Cultura Intelectual y Cultura Física" Argentina, Kapeluz.
- Capel, Susan y Jean Leah, (2002). "Reflexiones sobre la educación física y sus prioridades". México, SEP.
- Castañer Balcells, Marta (2000). Expresión corporal y danza. España, INDE.
- Castañer Balcells, Martha (1996). La Educación Física en la Enseñanza Primaria, Barcelona, INDE.
- Dávila Miguel. (2005) Educación física y deporte, en Revista INVEXA Año 10, Nueva Era, Núm. 11.
- Delgado Miguel. Estilos de enseñanza, España Inde, 2002
- Devís Devís, J., Jorge Fuentes M. y Andrew C. Sparkes. ¿Qué permanece oculto del currículo oculto? Las identidades de género y de sexualidad en la educación física. En Revista Iberoamericana de Educación No. 39 (2005), www.rieoei.org/rie39a03pdf
- Devís, Devís, José (1992). "Nuevas perspectivas curriculares en educación física, la salud y los juegos modificados". Barcelona, INDE.
- Díaz Lucea, Jordi, El currículum de la educación física en la reforma educativa, España, Inde, 1998
- Díaz, Lucea, Jordi. (1998). El currículo de la Educación Física en la Reforma Educativa. España, INDE, Publicaciones.
- Díaz, Lucea, Jordi. (1999). "La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas". España, INDE.
- Escarti, Amparo (20005) Responsabilidad personal y social a través de la educación física y el deporte, España Tandem
- Florence Jacques (2000) Tareas Significativas en educación física escolar, España, Inde
- Furlán, Alfredo El lugar del cuerpo en una educación de calidad. En www.efdeportes.com/efd13/afurlan.htm
- Gómez, Jorge. (2002). "La educación Física en el patio. Una nueva mirada. Argentina, Stadium.
- Gómez, Raúl H. (2003). "El aprendizaje de las habilidades y esquemas motrices en el niño y el joven. Argentina, Stadium.
- Gómez, Raúl H. (2002). "La enseñanza de la Educación Física. En el nivel inicial y el primer ciclo de E. G". Argentina y Stadium.
- Gómez, Raúl H. Transposición didáctica y discursos sobre el cuerpo: una mirada a la construcción curricular en educación física. En <http://www.efdeportes.com> Revista Digital, Buenos Aires, Año 10 No. 79 dic. 2004
- Grasso, Alicia. (2005). "Construyendo identidad corporal", Buenos Aires, Novedades Educativas.
- Grasso, Alicia. (2003). "El aprendizaje no resuelto en Educación Física". Argentina, Novedades Educativas.
- Learreta, Begoña. Coord. (2006). "Didáctica de la Expresión Corporal. Talleres Monográficos", Barcelona, Inde.
- Learreta, Begoña. Coord. (2005). "Los contenidos de expresión corporal", Barcelona, Inde.
- Lleixa A. Teresa (2002). "Multiculturalismo y Educación Física", España, Paidotribo.
- Lleixa A. Teresa. La educación física de 3 a 8 años. Segundo ciclo de Educación infantil y Ciclo inicial de Enseñanza primaria. España, Paidotribo, 6ª. Edic. s/f
- Omeñaca Raúl (2001), Explorar, jugar, cooperar, España, Paidotribo,
- Onofre, Ricardo, (2003). "Educación Física desde una perspectiva Constructivista". España, INDE.
- Pavia Víctor (2000) Señores entren al patio, Argentina, Educo
- Porstein, Ana (2003) (Comp.) La expresión corporal. Por una danza para todos. Argentina, Novedades Educativas.
- Rubio, Andrea (1993). La expresión corporal en el segundo ciclo de educación infantil. Salamanca, Amarú.
- Ruiz Perez Luis (1995) La competencia motriz, España Gymnos
- Sales Blasco, J. (2001) La evaluación de la educación Física en primaria, España Inde
- Sánchez Bañuelos F. (2003) Didáctica de la educación Física, España, Prentice Hall
- Serra, Mercé Mateu. (1995). "1000 ejercicios y juegos aplicados a las actividades corporales de expresión, Vol.1 y 2, Barcelona, Paidotribo

Sicilia, Alvaro. (2005). "La otra cara de la enseñanza. La Educación Física desde una perspectiva crítica. España, INDE.

Stoke, Patricia (1994). La expresión Corporal. España, Paidós.

Stoke, Patricia y Ruth Harf (1987) Expresión corporal en el Jardín de Infantes. España, Paidós,

Trigo Eugenia (200), Manifestaciones de la motricidad, España, Inde

Trigo Eugenia. (2000). "Fundamentos de la motricidad, Madrid, Gymnos.

Trigo, Eugenia (colab.)(1999). Creatividad y motricidad, España, INDE.

Vázquez, Benidle (1989), La Educación física en la educación básica, Madrid, Gymnos.

Vázquez, Benidle (coord.) (2001)," Bases educativas de la actividad física y el deporte", España, Síntesis

PRIMER GRADO

La primera tarea de la educación es agitar la vida. Da Vinci

BLOQUE 1:

“ESTE SOY YO”

Competencia en la que se incide: La corporeidad como manifestación global de la persona

PROPÓSITO:

Hacer que el alumno conozca su esquema corporal a través de diversas experiencias que promueven el conocimiento de sí mismo, es decir que pase de una noción subjetiva del cuerpo, identificada por sus caracteres físicos, a una concepción objetiva que a través de su corporeidad se muestra y expresa ante sus compañeros.

CONTENIDOS:

- Identificación de las diferentes partes del cuerpo y concreción de sus posibles utilidades en la vida cotidiana.
- Realización de movimientos con las diferentes partes del cuerpo, haciendo valoraciones de sus propios desempeños motrices, comparándolos con los de sus demás compañeros y proponiendo nuevas formas de ejecución.
- Adquisición de confianza en sí mismo y sus posibilidades de movimiento.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Reconoce sus diferentes segmentos corporales, los nombra y los ubica para percibirlos tanto estática como dinámicamente.
- Identifica las características físicas que presenta cada alumno y establece semejanzas con los demás.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Juegos de integración y socialización
- Juegos cooperativos
- Juego sensorial
- Expresión corporal
- Juego simbólico
- Formas jugadas
- Juegos de persecución
- Juegos de reglas

MATERIALES:

Globos, periódico, pelotas, cuerdas, aros, gises, grabadora, paliacates, hojas de papel, jabón para burbujas.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- a) Realizar un diagnóstico inicial sobre las características del grupo (número, homogeneidad, saberes previos acerca del tema, etcétera).
- b) Que el alumno se dibuje y se presente ante el grupo, refiriendo sus características, sus gustos, aficiones, su familia, etcétera; y diga “este soy yo”.
- c) Observar la disposición para el aprendizaje de contenidos sobre su cuerpo.
- d) Confirmación acerca de la ubicación de sus segmentos corporales y su utilización en acciones de la vida cotidiana.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

El presente bloque promueve el conocimiento del esquema corporal mediante la presencia de aspectos perceptivomotrices que permiten al niño conocer su cuerpo a través del ingreso de información de tipo sensorial y realizar los ajustes necesarios para las diferentes acciones motrices. Este consta de veintinueve actividades en donde se sugiere:

- Un empleo diverso de recursos materiales, movimientos así como de propuestas que mantengan el interés en el alumno.
- Permitir al alumno interactuar, integrar y socializar lo aprendido, lo cual estimula y reafirma su identidad corporal.
- Los tipos de elementos corporales que el niño debe reconocer son los más gruesos, entendiéndolo como: extremidades, segmentos, elementos faciales, entre otros.
- Para reforzar nociones de lateralidad, las partes del cuerpo deben ubicarse bajo términos como arriba, abajo, adelante o atrás y en referencia a elementos colindantes.
- Establecer similitudes y diferencias de forma y tamaño con otros compañeros del grupo, reconociendo posteriormente las cualidades de ellos; ocultando el rostro, el cuerpo, etcétera.

1a Secuencia de trabajo.

Esta secuencia de trabajo tiene como finalidad que los alumnos conozcan sus diferentes segmentos corporales, mediante la interacción y adaptación de estos con diversas acciones motrices.

Actividad introductoria: Cada alumno debe en una hoja en blanco, dibujar su cuerpo (dibujarse) y tiene que exponer ante el grupo diciendo “Este soy yo”, decir su nombre, nombrar a su familia, sus amigos, a lo que le gustaría jugar en la escuela, su equipo favorito y sus actividades en casa. Se pretende que el docente guarde esa hoja para que al finalizar el ciclo escolar el alumno vea de nuevo su dibujo y lo compare con uno que realiza al terminar dicho curso.

Actividad #1: “Escultura Humana”.

Descripción:

Se forman parejas. Uno de los alumnos es arcilla y el otro, el escultor. El escultor debe modelar posturas de su compañero de juego durante cierto tiempo. Después, intercambian los papeles.

Opciones de aplicación:

- Pedir sugerencia de cómo modificar la actividad.
- Las modificaciones pueden hacerse en relación a los compañeros (dos alumnos esculpiendo a un solo alumno o un grupo esculpiendo a otro), implemento (utilizar un paliacate y darle diferentes significados: vestuario, objetos, animales, etcétera), con música, sin tocar al compañero, solamente diciendo que parte del cuerpo puede mover o la forma de colocarla; también darle vida a esa estatua y hacer que se mueva para diferentes lugares.

Actividad #2: “Transportadores”.

Descripción:

Se coloca a los alumnos por parejas. El propósito de la actividad es que las parejas lleven una pelota o un globo con alguna parte del cuerpo a otra área. Por ejemplo espalda con espalda, cadera con cadera, hombro con hombro, etcétera. También podría formularse a modo de situación-problema: Teniendo en cuenta que las dos personas hemos de estar en contacto con el globo ¿de qué formas podemos transportarlo? ¿Qué podemos variar? (Partes del cuerpo en contacto con el globo, posición corporal, forma de desplazamiento...).

Opciones de aplicación:

- Utilizar distintos objetos. Los alumnos sugieren diferentes modos de transportar objetos, incluyendo equipos que transporten a otros niños.

Actividad #3: “La nariz”.

Descripción:

Indicar dónde está ubicada la nariz, tocarla, mirarse en uno o dos espejos, de frente, de perfil, de arriba y de abajo. Mirar las narices de los compañeros. Reconocer su forma, tamaño y movilidad. Determinar para qué sirve: respirar, olerse, sonarse.

Opciones de aplicación:

- Jugar a respirar con la nariz tapada, hablar y cantar con la nariz tapada, reconocer cosas por su aroma y con los ojos cerrados.
- Clasificar objetos según su aroma: frutas, maderas, flores, alimentos, perfumes, etcétera.

Actividad #4: “El pianista y la orquesta cooperativa”. (Diagnóstico)

Descripción:

El grupo se sienta en el piso formando un círculo con las piernas extendidas hacia el centro. Cada persona va a pensar dos sonidos o ritmos que pueda hacer. Un sonido corresponde al pie izquierdo y el otro al pie derecho. Uno del grupo se sienta al centro y es “el pianista” que va tocando los pies de los compañeros, escuchando el sonido que corresponde a cada pie. Con las dos manos va buscando hacer combinaciones de sonidos, tocando este teclado de pies como si fuera un verdadero pianista. El alumno tiene que repetir cinco veces consecutivas el sonido que se le solicite (pip-pip-pip-pip-pip) y mientras el pianista toca por otro lado. A cada pianista se le da cierto tiempo.

Opciones de aplicación:

- Puede existir más de un pianista si el grupo es grande, existe la posibilidad de jugar con cuatro sonidos emitidos por cada segmento corporal: manos y pies.

Actividad #5: “Ritmo y señales”.

Descripción:

Realizar desplazamientos y detenciones, siguiendo ritmos o consignas, por ejemplo: avanzar a galope y cuando se dice “rojo”, detenerse, dar una vuelta y continuar enseguida.

Opciones de aplicación:

- Avanzar caminando o corriendo hacia una línea, calculando detenerse sobre ella con un pie determinado. Primero lentamente, luego más rápido.
- Como el anterior, pero sobre la marcha. También de espaldas o de frente con los ojos cerrados.
- Abrir y cerrar una o ambas manos en forma rítmica. También alternando. De modo similar, iniciar con el puño cerrado, ir extendiendo sucesivamente cada uno de los dedos. Luego a la inversa.

- Golpear un globo manteniéndolo en el aire y entre cada golpe dar *n* cantidad de palmadas rítmicamente.
- Recortar en tiras papel periódico con las manos, a un determinado ritmo. También romper con mayor o menor intensidad. Por parejas uno detrás de otro golpea el periódico a un ritmo y el de adelante se desliza.
- Con tubos de cartón, golpear el suelo rítmicamente de diferentes formas.
- Con bastones explorar diferentes formas de producción de sonido.
- Lanzar una pelota de esponja suave hacia arriba, tratando de tomarla después de que bote cierto número de veces previamente acordadas. También saltar junto con la pelota en cada bote, hasta que se detenga.
- Por parejas.
- Dos compañeros se enfrentan y dan palmadas rítmicas, según las indicaciones del maestro o siguiendo el pulso de una canción.
- Ahora uno dibuja algo caminando y el otro debe descubrir que fue lo que hizo. Cambiar de rol.
- Alternancia. Hacer el *conejo* en “sube y baja” cuando uno esté subiendo, el otro debe estar bajando.

Actividad #6: “Escucha tu corazón”.

Descripción:

Teniendo como material, una hoja de periódico para cada alumno (y una bolsa de basura para luego recogerlos y tirarlos) y en una organización individual. De pie sobre la hoja de periódico, escuchar cada uno su pulso cardíaco (ritmo interno) e intentar reproducir con un cambio de peso del cuerpo de una pierna a otra, el ritmo que se genera en el mismo.

Opciones de aplicación:

- Se continua añadiendo la cabeza, los brazos, el movimiento de los ojos, balancear el cuerpo adelante y atrás, etcétera, hasta mover de manera global todo el cuerpo al ritmo del corazón.

Actividad #7: “Comparte mi cuerpo”.

Descripción:

Por parejas, con un par de cuerdas. Uno de los alumnos se acuesta toma una posición y el otro con las cuerdas rodeará su cuerpo para que posteriormente, éste trate de meterse tomando la misma postura que su compañero. Después todos salen de su silueta y se alejan lo más que puedan, a la indicación deben regresar y buscar su propia silueta o reconocer de quien es la silueta del piso, de acuerdo a la posición que tenían sus compañeros.

Opciones de aplicación:

- Colocar partes del cuerpo a la silueta y sugerir diferentes posiciones a la indicación del maestro.

Actividad #8: “El guía ideal”.

Descripción:

Por parejas, un alumno tiene los ojos vendados mientras que el otro lo conduce tomándolo de las manos, evitando que choque con las demás parejas de juego que están transitando; para evitar que se lastimen. Se puede conducir tomando de los hombros, cabeza, con un ligero toque en las rodillas, etcétera.

Opciones de aplicación:

- Colocar distintos obstáculos o por equipos.
- Formar equipos de 4 alumnos, el último de la fila toca los hombros del compañero de adelante y éste debe hacer lo mismo con el siguiente hasta que llegue la orden al de adelante quien se mueve según la señal recibida.

Actividad #9: “Atrapando burbujas”.

Descripción:

Los alumnos forman un círculo, el profesor se coloca en el centro y con implemento en mano sopla para formar la mayor cantidad de burbujas posibles, pidiendo a los niños romperlas con distintas partes del cuerpo propuestas por ellos mismos, intentando cazarlas con distintas partes del cuerpo con la intención de mantenerlas el mayor tiempo posible o romper una burbuja entre dos compañeros con cierta parte del cuerpo.

Opciones de aplicación:

- Que se roten el papel de hacer las burbujas. Trabajo por parejas, tercias, etcétera.

Actividad #10: “Los ojos”.

Descripción:

Indicar donde están ubicados los ojos, tocarlos, mirar los ojos de los compañeros. Reconocer la forma, color y tamaño de los ojos así como de las partes que los rodean: parpados, pestañas y cejas. Indicar para qué sirven: ver, llorar y parpadear. Hacer juegos aplicando los conocimientos adquiridos previamente, por ejemplo:

-Abrir y cerrar los ojos (pestañear y guiñar).

-Por parejas uno cierra sus dos ojos y el otro solo uno, el que cierra los ojos tiene que adivinar cuál cerró su compañero, si pierde lo intenta de nuevo hasta ganar y poder cambiar los papeles.

-Mirar hacia distintos lugares sin mover la cabeza.

-Mirar desde distintos ángulos (cabeza arriba, cabeza, abajo, cabeza de costado, cabeza echada hacia atrás o con la columna arqueada, etcétera).

-Formar “huecos” con el cuerpo a través de los cuales miran como si fueran ventanas abiertas.

-Mirar a través de telescopios y binoculares hechos con las manos, con vasos y diversos tubos.

-Desplazarse con los ojos cerrados y comparar esta experiencia con el desplazamiento con los ojos abiertos.

-Jugar al “te veo y no te veo” para reconocer que el ver es algo más que el simple mirar, es darse cuenta de a quién se mira, cómo se mira y por qué se mira.

Opciones de aplicación:

- Elegir un compañero. Uno de los dos, digamos (A) es el que va a mirar mientras (B) actúa. Los (B) se desplazan como se les ocurra por toda el área, mientras que cada (A) desde su lugar en que está ubicado trata de no perder de vista a su respectivo (B).
- Tratar de desplazarse sin dejar de mirar a su respectiva pareja, aun teniendo a otros chicos y a otras cosas como obstáculos.
- Mirarse y dejar de mirarse (como un interruptor de luz), luego tratar de volver a encontrarse con la mirada, suponiendo que en ese lapso hayan cambiado de ubicación en el espacio.
- Jugar a la cámara fotográfica. Hacer un documental del lugar y sus habitantes sacando fotos: para esto suben y bajan los parpados como si fuesen el diagrama de una cámara fotográfica. Luego describen las fotos que componen este álbum documental y hacen un dibujo al respecto.

2a Secuencia de trabajo.

La siguiente secuencia de trabajo contempla nueve actividades a través de las cuales el alumno enfatiza la relación que se establece entre el esquema corporal (identifica sus segmentos corporales) y la dinámica motriz (ajuste postural), creativa y sobre todo preceptiva que se establece al jugar con sus compañeros.

Actividad #1: “Mi carita dice”.

Descripción:

Conducidos por el docente, los niños ocupan todo el espacio disponible y según la indicación adoptan el gesto indicado:

-“Enojados, caminando libremente”.

-“Contentos, trotamos sin chocar con el compañero”.

-“Muertos de miedo, corremos hacia atrás agachados”.

-“Sorprendidos, movemos los brazos hacia arriba y abajo”.

Luego, sentados en ronda, se tapan la cara con sus dos manos y modelan el rostro que más les gustó de todos los que se trabajaron (como máscara congelada).

Se destapan y muestran a los demás. También sería interesante sugerir que los alumnos realicen propuestas.

Opciones de aplicación:

- Cuentan que situación recuerdan en la que ellos o alguien pusieron esa cara y la dramatizan en el centro del círculo.

Actividad #2: ¿Qué se te ocurre?

Descripción:

Proporcionamos a cada niño una hoja de papel periódico y se proponen las siguientes cuestiones: ¿Podemos colocarlo sobre distintas partes del cuerpo y avanzar sin que el papel se caiga?, ¿Qué partes del cuerpo hemos utilizado? Con ayuda del periódico crear situaciones de juego, ¿Qué podemos crear con el periódico?, ejemplo: capas de superhéroes, delantales, escudos, matamoscas, abanicos, televisiones, etcétera.

Opciones de aplicación:

- Interactuar por grupos y crear algunos disfraces con las hojas de periódico. Hacer una pelota con el periódico y jugar individualmente y en equipos evitando que se caiga o tocarla, lanzarla, patearla etcétera.

Actividad #3: “Perseguir el cuerpo del compañero”.

Descripción:

Se divide al grupo por parejas, uno de los jugadores decide que parte de su cuerpo debe ser tocada (cabeza, el hombro, brazo, etcétera) por el compañero que lo persigue. El alumno propone de qué otras formas puede tocar las partes del cuerpo del compañero.

Opciones de aplicación:

- Cambio constante de compañero, tocar el cuerpo del compañero con implementos, utilizar diversos materiales.

Actividad #4: “La boca”.

Descripción:

Respecto a su boca los alumnos deben de:

-Indicar dónde está ubicada, tocarla, y mirar la boca los compañeros.

-Reconocer las partes que la componen: los labios, lo que está afuera, los dientes, los que está adentro, la lengua, lo que puede estar adentro y afuera.

-Especificar las características de esas partes: dureza, blandura, humedad, etcétera.

-Determinar que sirve para hablar, cantar, gritar, emitir sonidos, comer, degustar, etcétera.

-Investigar el siguiente hecho: la dureza de los dientes es inmodificable, en cambio la lengua y los labios se pueden tensar o relajar, estirar, ensanchar, acortar, doblar y mover voluntariamente en múltiples direcciones.

-Jugar a hablar y emitir sonidos, con los labios, con los dientes y la lengua en distintas posiciones.

-Jugar al “grito indio” (tapando y destapando sucesivamente).
 -Emitir sonidos a través de diferentes objetos: vasos, tubos de distintos tipos, peines cubiertos de papel fino, etcétera.
 -Inflar los cachetes y desinflarlos golpeándolos con las manos; también podemos desinflar cachetes ajenos.

Opciones de aplicación:

- Jugar a “las dos fronteras de la lengua”.
- Primera frontera: los dientes.
- Imagen incentivadora: la lengua, cerrada en un corral de estacas blancas y duras, lucha enérgicamente para salir, generando todo tipo de sonidos y movimientos.
- Segunda frontera: los labios.
- Imagen incentivadora: la lengua se ha liberado de su primer encierro, pero se encuentra ahora ante una nueva barrera, no tan dura como la anterior, pero no por ello menos resistente.
- Las dos fronteras ha sido abiertas y la lengua liberada de ellas, festeja con cantos y danzas la conquista de su libertad.

Actividad #5: “Las orejas”.

Descripción:

Respecto a las orejas los alumnos deben de:
 -Indicar dónde están ubicadas, tocarlas, mirarse en un espejo y mirar las orejas de los compañeros.
 -Reconocer su forma, color, tamaño, consistencia y movimiento.
 -Determinar que sirven para escuchar, tomando consciencia de que el sonido llega a los oídos pero no producido por ellos.
 -Clasificar los sonidos que se pueden oír: ruidos de toda índole, voces, música; clasificarlos según sean fuertes, suaves, graves, agudos, en sucesión rápida o lenta, etcétera.
 -Reconocer sonidos: su calidad tímbrica y su origen; con los ojos abiertos y con los ojos cerrados.

Opciones de aplicación:

- Jugar a “prender y apagar la radio”: tapar y destapar a distintas velocidades los oídos con los dedos. Primero registrar los sonidos que existen en el ambiente, luego emitir sonidos con la propia voz, con otras partes del cuerpo y con otros objetos.
- Jugar a “bajar y subir el volumen de la radio”: cubrir las orejas con la palmas de las manos (con lo cual la percepción del sonido se atenúa pero sin llegar a desaparecer) y luego destaparlas.

Actividad #6: “Pesca submarina”.

Descripción:

Se divide al grupo en dos equipos. Un equipo son los submarinos y el otro el de los peces. Cada uno se encuentra en una mitad del campo, los submarinistas en la playa y los peces en el mar. Se puede enviar a pescar (al campo contrario) hasta tres submarinistas a la vez, que intentan atrapar a los peces mientras tengan aire en los pulmones, es decir, mientras mantenga el sonido “aaaaaa...” sin parar. Los peces atrapados (tocados) pasan a la playa siempre y cuando el submarinista vuelva a ella antes de perder el oxígeno.

Si por el contrario, no llegó a tiempo, se ahoga y pasa a ser un pez más.

Los peces atrapados son contados en cada turno y después vuelven a su lugar.

Opciones de aplicación:

- Los peces pueden hacer reír al submarinista para que no llegue a la playa.
- Se atrapa a los peces tocando alguna parte del cuerpo y se van cambiando en cada oportunidad.

Actividad #7: “La varita mágica”.

Descripción:

Los alumnos se colocan por parejas. El profesor indica que uno de los dos alumnos tiene el poder de usar sus dedos como varita mágica, pudiendo mover cualquier segmento corporal de su compañero. Realizando movimientos en el aire.

Se alterna el rol después de cierto tiempo.

Opciones de aplicación:

- Jugar con distintos segmentos corporales o diferentes amplitudes a diferente velocidad.

Actividad #8: ¿De quién es la cara?

Descripción:

Se divide al grupo en dos equipos; uno de ellos con los ojos vendados. Estos se desplazan por el área hasta encontrar un compañero del equipo contrario. Se trata de adivinar su identidad por palpación de la cara; si lo consigue cambia de rol con su compañero.

Opciones de aplicación:

- Descubrir a su compañero por los sonidos que éste realice.

Actividad #9: “Rueda de muecas”.

Descripción:

Los niños se sientan en círculo. El primer niño debe girar hacia su compañero de la izquierda y hacer una mueca. El niño que le recibe debe, primero imitar la mueca de su compañero y luego girar la cabeza hacia la izquierda y realizar otra mueca, transformando la mueca que ha hecho su compañero en otra

distinta. La actividad acaba cuando todos los niños han hecho sus respectivas dos muecas.

Opciones de aplicación:

- Que las muecas vayan acompañadas de sonidos. Puede hacerse una ronda estrictamente de sonidos que se van transformando al pasar de un niño a otro. En vez de mueca, se puede adjudicar a cada niño una expresión distinta (alegría, tristeza, sorpresa, llanto, etcétera).

3a Secuencia de trabajo.

Esta secuencia contempla diez actividades en las cuales el alumno interactúa, socializa e integra lo aprendido con relación a su propio reconocimiento corporal y la manera que establece semejanzas y diferencias que lo hacen autentico.

Actividad #1: “El espejo”.

Descripción:

Se colocan los alumnos por parejas, uno de los miembros de cada pareja debe imitar los movimientos que realiza su compañero; después se van alternando los papeles.

Opciones de aplicación:

- Se puede iniciar sin desplazamientos y después con ellos.
- El espejo debe hacer los movimientos invertidos.
- Se trabaja por secciones: arriba, abajo, lateral, etcétera.

Actividad #2: “Compartiendo mi aro”.

Descripción:

Se distribuyen aros por el espacio, uno por cada alumno. El juego comienza cuando se pide a los alumnos, que mencionen alguna parte del cuerpo y la coloquen dentro del aro, permaneciendo así hasta la próxima indicación. Se vuelve a pedir que mencionen otra parte del cuerpo y a una señal todos corren a cambiar de aro colocando la parte del cuerpo antes propuesta.

La intención del juego es ir quitando aros y que los alumnos compartan su aro con uno o más compañeros que se encuentran realizando la misma acción sugerida.

El juego solamente reinicia cada vez que todos se encuentren colocando la parte mencionada dentro de un aro.

Opciones de aplicación:

- Se pueden hacer los cambios, con carrera previa, con saltos previos o con condiciones de equilibrio previas.

Actividad #3: “La cabeza”.

Descripción:

Respecto a la cabeza:

- Reconocer la ubicación de la cabeza en relación con las demás partes del cuerpo, aplicando las nociones de arriba, abajo, adelante, atrás y al costado.
- Reconocer la forma y el tamaño de la cabeza propia y ajena aplicando las nociones de: grande, chica, mediana, redonda, cuadrada, triangular, chata, abultada, lisa, etcétera.
- Reconocer su consistencia: partes duras y blandas, peludas y lampiñas, húmedas y secas.
- Diferenciar la cara del resto de la cabeza, aplicando nociones de adelante, atrás, arriba y abajo, ambos costados.

Opciones de aplicación:

Hacer juegos aplicando los conocimientos adquiridos previamente, por ejemplo:

- Taparse la cabeza o partes de ella, la propia o la de un compañero, con las manos o con otros objetos, relacionando el tamaño de las manos con el tamaño y forma de la cabeza.
- Reconocer determinados aspectos individuales, por ejemplo: pelo largo, corto, lacio, rizado, pelirrojo, rubio, castaño, negro, etcétera.
- Transformar mediante la imaginación los cabellos en pinceles y pintar cuadros sobre las paredes, el piso, otros cuerpos u otras superficies.
- Estimular la creación e integración de nuevas imágenes.

Actividad #4: “La corriente eléctrica”.

Descripción:

Los niños se colocan en dos hileras, frente a frente y tomados de las manos a una señal, los integrantes de cada hilera empiezan a apretar la mano de su compañero que está a su lado izquierdo; hasta que el último recibe el apretón y levante un pañuelo del suelo.

Opciones de aplicación:

- Pasar la corriente hombro con hombro, rodilla con rodilla, frente con frente, etcétera.

Actividad #5: “El museo de cera”.**Descripción:**

Todos los participantes se distribuyen en el área de trabajo. El director del juego o “visitante del museo” desea llevarse una estatua de cera, así que determina cómo la quiere, por ejemplo: apoyada en dos puntos, sobre un pie, en cuatro puntos, etcétera.

Los que hacen de “estatua” deben buscar la forma de complacer al visitante pero tratando de ser originales para ganarse su atención.

El visitante recorre el museo observando todas las estatuas y debe elegir la que más le agrade. La estatua elegida puede ser el visitante y elegir la posición de su estatua.

Opciones de aplicación:

- El visitante puede pedir que las estatuas lleven algún implemento particular en alguna parte de su cuerpo.

Actividad #6: “Alzando los globos”.**Descripción:**

Se forman equipos de tres o cuatro integrantes. El objetivo del juego es lanzar un globo al aire y golpearlo el mayor número de veces posible con alguna parte del cuerpo que el equipo proponga. No se vale dar dos golpes seguidos al globo por el mismo integrante. Tener una distancia mínima de 1 a 2 metros entre compañeros.

Opciones de aplicación:

- En el momento en que algún compañero del equipo lo decida, puede proponer alguna otra parte del cuerpo o la combinación de éstas.
- Preparar previamente globos con un poco de peso, por ejemplo: bolitas de plastilina, agua, harina, etcétera, con el fin de que se presente mayor dificultad.

Actividad #7: “Me prendo y me apago”.**Descripción:**

Los alumnos se colocan por parejas. Uno de ellos corre con el profesor, se le indica un lugar de su cuerpo que funciona como botón de encendido si es que su compañero lo descubre y lo toca. En el momento de ser descubierto, comienza a caminar lentamente en cualquier dirección hasta que se encuentre el botón de apagado previamente dicho por el profesor. También podría desarrollarse la propuesta en pequeños grupos de modo que por turno sea uno de los alumnos quien determina cuál es el botón de encendido y cuál es el de apagado.

Se realiza cambio de roles al apagar el interruptor.

Opciones de aplicación:

- Permitir que el alumno en una segunda ocasión escoja libremente su lugar de encendido y apagado, así como que invente una forma creativa de desplazarse.

Actividad #8: “Frente a frente”.**Descripción:**

Se colocan aros formando un círculo y un aro en medio. En cada aro se colocan dos alumnos excepto en el del centro, en el que solo hay uno. Quien está en el centro ira diciendo partes del cuerpo. Los demás deben tocar a su pareja con la parte nombrada y utilizando la propia (mano-mano, pie-pie, rodilla-codo, cabeza-espalda, etcétera).

Cuando él del centro dice algo que no es parte del cuerpo todos han de cambiar de pareja y de aro, lo que aprovecha él del centro para tomar el lugar de otro compañero en un aro. El que se queda sólo pasa al centro.

El profesor debe de apoyar a los alumnos menos capaces de nombrar partes del cuerpo y sugerirles posibles combinaciones.

Actividad #9: “El pianista y la orquesta cooperativa”. (Valoración del proceso de enseñanza-aprendizaje)**Descripción:**

El grupo se sienta en el piso formando un círculo con las piernas extendidas hacia el centro. Cada persona va a pensar dos sonidos o ritmos que pueda hacer. Un sonido corresponde al pie izquierdo y el otro al pie derecho. Uno del grupo se sienta al centro y es “el pianista” que va tocando los pies de los compañeros, escuchando el sonido que corresponde a cada pie. Con las dos manos va buscando hacer combinaciones de sonidos, tocando este teclado de pies como si fuera un verdadero pianista. El alumno tiene que repetir cinco veces consecutivas el sonido que se le solicite (pip-pip-pip-pip-pip) y mientras el pianista toca por otro lado. A cada pianista se le da cierto tiempo.

Opciones de aplicación:

- Puede existir más de un pianista si el grupo es grande, existe la posibilidad de jugar con cuatro sonidos emitidos por cada segmento corporal: manos y pies.

Actividad #10: “Ritmo y naturaleza”.**Descripción:**

Luz y sombra. Según indique el maestro luz o sombra (también puede ser día y noche), los niños deben representar o nombrar acciones que se hacen comúnmente en dicho lapso, por ejemplo, luz: ir a la escuela, hacer compras, comer; sombra: dormir, cenar, lavarse los dientes.

Opciones de aplicación:

- Relaciones: Día soleado, día nublado; en el centro de una ronda se ubica un compañero (el sol); éste se encuentra oculto (arrodillado, hecho un ovillo), mientras que las “nubes”, o sea, todos los de la ronda, corren libremente hacia un mismo lado. Pero el sol puede salir de golpe (levantarse) y entonces las nubes desaparecen, es decir, se ocultan, se achican en el suelo, quedando quietas. Si el sol se oculta, entonces las nubes vuelven a pasar. El sol puede salir u ocultarse poco a poco y entonces las nubes pueden detenerse o salir a pasear del mismo modo. Se puede incluir una dificultad mayor: nunca debe haber nubes hacia donde mire el sol, que puede girar, además de salir u ocultarse.

PRIMER GRADO

Si no chocamos contra la razón nunca llegaremos a nada. Einstein

BLOQUE 2:

“CONVIVIMOS Y NOS DIFERENCIAMOS”

Competencia en la que se incide: Expresión y desarrollo de habilidades y destrezas motrices

PROPÓSITO:

Comprender que cada alumno-compañero es diferente a los demás, piensa, siente y se expresa distinto; esa diferencia le permite reconocer mejor sus posibilidades, habilidades, modos de entender a los demás y al contexto donde se encuentra.

CONTENIDOS:

- Identificación de las diferencias que hacen de cada persona una entidad distinta, original y autónoma, reconociendo en los demás compañeros, no sólo sus diferencias, sino también sus cualidades, a partir de la interacción en juegos motores.
- Comprobación de las diferencias físicas y actitudinales entre sus compañeros, a partir de la observación directa o bien por medio de las estrategias que el docente proponga en correlación con las que sugieran los niños.
- Integración de los alumnos a través de actividades de colaboración a fin de comprobar de qué manera mi compañero mejora mi calidad humana.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Identifica y nombra las diferencias que se establecen entre sus compañeros, en relación a gustos, aficiones, actividades predilectas y todas aquellas características corporales que lo hacen diferente y auténtico.
- Establece diferentes maneras de diálogos y modos de comunicación para llegar a acuerdos.
- Comprende la importancia de colaborar en tareas grupales.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Juegos de integración y socialización
- Juegos cooperativos
- Expresión corporal
- Juego simbólico
- Juegos de reglas

MATERIALES:

Globos, pelotas, aros, gises, hojas blancas, grabadora, estambre y juguetes de los mismos niños, caramelos, cartulinas, marcadores, crayolas, cajas de cartón, paliacates.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- a) De manera discursiva el niño identifica en que es diferente a los otros.
- b) Observar la relación que establece con sus compañeros en los momentos de juego y en aquellos libres.
- c) Diferenciar la capacidad de colaboración e inclusión en tareas específicas.
- d) Hacer análisis observacionales sobre las formas en las que se relacionan y colaboran al interior del grupo.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

Los elementos que se abordan dentro de este bloque se relacionan con la convivencia y la interacción entre los niños, divididas en veinte actividades. Se refuerzan aspectos como la confianza en los demás y la organización colectiva para el logro común, del mismo modo se fortalece los nexos entre los integrantes en actividades grupales de contacto físico. Las diferencias entre los niños se distinguen en la atribución de distintos significados, en las formas de reaccionar, de sentir, tomar decisiones y desempeñarse motrizmente.

Parte del reconocimiento de las diferencias están centradas en la expresión de distintos estados emocionales y de habilidades muy particulares que le son propias de cada sujeto. La diferencia y convivencia se articulan de modo que en las elecciones o decisiones que el niño toma se reconstituyen y agrupan en un todo con las aportaciones de los demás.

Por tal motivo se debe considerar:

- Las diferencias que surgen no deben ser motivo de discriminación alguna ni exclusión, por el contrario se debe comprender que estas diferencias enriquecen en el marco de la pluralidad de ideas.
- Propiciar un ambiente adecuado en el que el niño tiene la confianza para expresarse, al mismo tiempo que exterioriza sus ideas, sentimientos y puntos de vista.

1a Secuencia de trabajo.

La siguiente secuencia contempla seis actividades; con estas, se busca que el alumno identifique a través de diversas acciones: expresarse oral, escrita y corporalmente, identificarse y establecer las diferencias entre sus características y las de los demás. Con esto se pretende que el alumno comprenda que es autentico, diferente e importante.

Actividad #1: ¿Te reto a los retos? (Diagnóstico)

Descripción:

Se dispone la mayor cantidad de materiales posibles en el patio; se les indica a los alumnos que tomen cualquier objeto o el que más les guste y que lo manipulen individualmente para darse cuenta que cosas son capaces de realizar pensando en lo que los demás no puedan hacer, y así, retar a alguno de sus compañeros, al igual que ellos puedan ser retados. También puede plantearse como contexto para compartir aprendizajes ¿qué sé hacer y qué puedo enseñar a mis compañeros?

Opciones de aplicación:

- Se pide prueben todos y cada uno de los materiales.
- Se propone realizar retos mediante acciones que involucren un trabajo en parejas o equipo.
- Es necesario fomentar el que experimenten la manipulación de objetos con distintas partes de su cuerpo.

Actividad #2: "Caramelo rompehielos".

Descripción:

El profesor tiene una bolsa con caramelos indica que tomen los que gusten, teniendo en cuenta la cantidad de alumnos. Unos toman más, otros toman menos. El profesor también toma caramelos; sentados los alumnos deben decir una característica suya por cada caramelo que han tomado.

Opciones de aplicación:

- También se puede asignar un tema a cada color del caramelo y hablar de este.
- El color de cada caramelo puede representar vacaciones, situaciones familiares, actividades favoritas o posiblemente los alumnos pueden proponer alguna.

Actividad #3: "Carritos no chocadores".

Descripción:

Se divide al grupo por parejas, cada una de ellas representa un carrito no chocador.

Los carritos se forman colocándose frente a frente, tomados de las manos, uno de los integrantes de la pareja cierra los ojos y se deja guiar por su

compañero. Todos se pueden desplazar por el área evitando chocar con los demás compañeros.

Opciones de aplicación:

- Se propone que los carritos tengan tres velocidades; lento, normal y rápido, cada pareja elige en que velocidad se desplaza en el camino.
- Los carritos pueden elegir, distintas partes del cuerpo para ser guiados.

Actividad #4: "No te rías que es peor".

Descripción:

Por parejas, un alumno adopta una posición y debe permanecer en esta, su compañero busca hacer que el primero pierda su posición por medio de chistes, gestos, monerías, etcétera. Sin permitir que toque al compañero, se cambia el rol de la actividad.

Opciones de aplicación:

- En grupos hacer que unos de los alumnos se ría o viceversa.
- Tomar la actividad como una especie de reto para ver quién hace reír más veces a su compañero.

Actividad #5: "Dibujo colectivo".

Descripción:

Se forman equipos de seis integrantes. A cierta distancia se coloca una zona donde dibujar alguna temática sugerida o propuesta por los mismos alumnos. Por turnos y tomados de las manos pasa una pareja a dibujar durante 10-15 segundos y regresa lo más rápido posible a entregar el relevo a la siguiente pareja de su mismo equipo. Se permite que la pareja pase 3 o 4 veces y se cambia de temática al tiempo de que en cada relevo se indique variar la forma de desplazarse hasta la zona de dibujo, propuesta por los alumnos. Al final, el equipo comenta su dibujo al grupo. También puede ser interesante componer un dibujo global entre los diferentes equipos.

Opciones de aplicación:

- Cambiar la temática por equipos para que posteriormente expliquen a los demás en qué consistió su dibujo.
- Utilizar gises, crayolas, pinceles, marcadores, etcétera.

Actividad #6: "Masaje de pelotas".

Descripción:

Por parejas, uno colocado boca abajo y el otro con una pelota.

El compañero pasa la pelota por el cuerpo del otro, realizando una pequeña presión o dando algunos golpes muy ligeros, se va cambiando el rol.

Opciones de aplicación:

- Los niños van comentando en que parte del cuerpo les agrada más que les den el masaje y con qué intensidad.

- Con mas pelotas o con pelotas de diferente tipo.
- Se cambian las parejas cada cierto tiempo.

2a Secuencia de trabajo.

Ocho actividades se contemplan en esta secuencia de trabajo, con ellas se busca que el alumno reafirme los aspectos más significativos de su esquema corporal, proponga nuevas formas de utilizarlos y adopte una postura analítica y reflexiva en la construcción de su propia identidad corporal. Considerar que la creatividad, imaginación y proyección son los elementos que permiten construir el mundo simbólico del alumno.

Actividad #1: “Los animales de la jungla”.

Descripción:

Se coloca a los alumnos en el centro del área de trabajo, iniciamos la actividad preguntando sobre ¿Cuál es el animal que más te gusta? Se van imitando los movimientos que identifican a este animal, después se da una característica y los alumnos imitan a un animal que cumpla con esta, por ejemplo un animal que tiene plumas.

También se pueden dar consignas relacionadas con características o tipos de animales.

Opciones de aplicación:

- Proponer ejemplos de oficios para realizar.
- Interactuar por equipos para hacer una actividad.

Actividad #2: “La tortuga gigante”.

Descripción:

Por equipos los integrantes de cada grupo se sitúan muy próximos entre sí, sobre ellos se coloca una caja de cartón que les sirva de caparazón, se trata de que el grupo se mueva por el espacio adoptando distintas posturas y sin que el caparazón caiga al suelo.

Opciones de aplicación:

- Buscar alternativas para transportar.
- Reducir las partes del cuerpo que se utilizan.

Actividad #3: “Abrazos Cooperativos”.

Descripción:

Los alumnos se reparten por el espacio bailando al ritmo de la música. Cuando se para la música los jugadores tienen que dar un abrazo a otro jugador, la próxima vez los abrazos son entre tres niños, la siguiente vez se abrazan cuatro y así hasta que al final se abrazan todos. (Prestar especial atención a que ningún niño quede fuera).

Opciones de aplicación:

- Se abrazan los que tengan el cabello igual, los que tengan la misma estatura, mismo color de piel, los que les guste jugar con pelotas, cuerdas, etcétera.
- Distintos géneros musicales.

Actividad #4: “Descubrir el intruso”.

Descripción:

Todos deben estar formando un círculo, excepto uno que se aleja de todos, los del círculo expresan con la cara un sentimiento o emoción sobre el cual se han puesto de acuerdo previamente. Hay uno que expresa algo diferente. El alumno que se había alejado del grupo regresa y debe descubrir el sentimiento o emoción expresado por sus compañeros además de descubrir al que expresa algo diferente.

Actividad #5: “Efecto domino”.

Descripción:

Se organiza al grupo por tercias y se colocan en hileras separadas a una distancia considerable entre uno y otro, dentro del área se reparten diferentes materiales.

El primero de la fila “capitán” camina y va realizando gestos así como movimientos los cuales van repitiendo los que les siguen, a la vez que esquivo o interactúa con los obstáculos que existen. Pueden saltar, rodar, reptar. Todos deben pasar por el puesto de “capitán”.

Opciones de aplicación:

- Se puede poner música para llevar a cabo la actividad.
- Equipos de mayor número.

Actividad #6: “Dime quién eres y qué puedes hacer”.

Descripción:

Los alumnos repartidos por el área, se les cuestiona acerca de lo que pueden realizar con distintas partes de su cuerpo: lengua, ojos, cejas, cachetes, orejas, nariz, brazos, piernas, etcétera; haciendo referencia en un primer momento a movimientos y sonidos. En un segundo momento se pide que investiguen que cosas raras o extraordinarias son capaces de realizar y que las compartan con algunos compañeros a modo de reto.

Opciones de aplicación:

- Describir en una hoja de su cuaderno las habilidades de sus compañeros que les parecieron interesantes o difíciles de copiar, dejar de tarea que intenten realizar aquellas acciones que más les interesaron.

Actividad #7: “Peces y pescadores”.**Descripción:**

Se forman dos equipos: uno es el de los “pescadores” y el otro los “peces”. Los pescadores escogen entre todos un número en secreto y forman un círculo tomados de las manos con los brazos en alto.

Los peces entran y salen del círculo que forman los pescadores, mientras estos cuentan en voz alta. Cuando los pescadores llegan al número que eligieron en secreto bajan los brazos y cuentan todos los peces que han quedado dentro del círculo. A la siguiente partida intercambian roles, gana el equipo que pesque más peces.

Opciones de aplicación:

- En lugar de contar la pesca obtenida, se añaden a la red los peces que han quedado atrapados, así se hace cada vez más grande la red.

Actividad #8: “Las vacaciones”.**Descripción:**

Los niños sentados en círculo. Dejar correr la imaginación de los niños, que pasen y vayan diciendo el sitio de vacaciones donde han estado. Así cada exposición se representa en una excursión al lugar que digan: la playa, la montaña, la piscina, el campo, la casa de los abuelos, los tíos... También se puede hacer una exposición con las cosas que los niños hayan traído de su lugar de vacaciones; una concha, una planta, etcétera. Otra opción puede ser hablar de esa concha en particular: ¿Qué es?, ¿Cómo ha llegado al mar?, ¿De qué color es?, ¿Que textura tiene? Preguntar a los alumnos: ¿De qué otra cosa se puede hablar?

Sería importante plantear una alternativa inclusiva para los niños que no viajan de vacaciones. Podría estar relacionada con ¿qué has hecho en vacaciones?

Opciones de aplicación:

- Se puede hacer por parejas, tercias o grupos pequeños en donde cada uno explica algo referente a su objeto o lugar.

3a Secuencia de trabajo.

La presente secuencia está compuesta por seis actividades. A lo largo de esta, se descubre de que manera los gestos, la expresión y la intención son elementos fundamentales para buscar soluciones o construir nuevas adaptaciones para solucionar situaciones motrices. Experimentar con su cuerpo le permite al alumno mejorar su competencia motriz.

Actividad #1: “Habla sin hablar”.**Descripción:**

Se da la consigna de no hablar, se explica que van a buscar distintas formas de comunicarse sin hablar; se colocan por parejas y tratan de explicar lo que

hicieron el día anterior con gestos y movimientos. Posteriormente crean un mensaje que le van a decir a los demás con las manos, con gestos deben comunicar estados de ánimo y por último con la mirada intentan dar un mensaje al otro compañero.

Opciones de aplicación:

- Representar una historia por equipos como si fuese un cine mudo. Hacerse pasar por un mimo; se pueden pintar la cara.

Actividad #2: ¿Qué cosas podemos hacer juntos?**Descripción:**

Se forman parejas y se pide que realicen actividades que puedan hacer juntos. El profesor inicia la actividad proponiendo situaciones imaginarias: nadar, correr, cocinar, dormir, jugar un video-juego, hacer una ventana y que el otro pase por ahí, etcétera. Se pide a los alumnos desarrollar situaciones en relación a su juego favorito, actividades cotidianas que realicen en compañía del otro.

Opciones de aplicación:

- Se juntan dos equipos y así se amplían las posibilidades, hasta llegar a juntar a la mayoría del grupo. Se puede terminar con una actividad masiva, es decir todo el grupo o cambiando de pareja.

Actividad #3: “Tienda de juguetes”.**Descripción:**

Se colocan los niños por toda el área; el profesor va narrando una pequeña historia o dando las pautas para que los alumnos actúen por iniciativa propia imitando ser juguetes. Se les dice que se identifiquen con un juguete que está en un estante de la tienda. Cuando el dueño cierra la tienda, se llenan de movimiento todos los juguetes.

Opciones de aplicación:

- Utilizar material que los “juguetes” manipulen o utilicen.
- Agruparse por el tipo de juguete.

Actividad #4: “La telaraña”.**Descripción:**

Sentar a los alumnos en círculo, uno de los alumnos comienza; sujeta la punta del estambre; dice su nombre, donde vive y que le gusta hacer. Terminado esto, lanza la bolita de estambre a cualquier otro participante sin soltar el extremo que tiene en su mano. El que recibe la bola, debe decir la misma información del participante anterior y agregar la propia. Generar en los alumnos la inquietud sobre una forma diferente de hacerlo.

Opciones de aplicación:

- La persona que tenga el estambre puede decir las cosas cantando.

Actividad #5: “Frió- caliente aplaudido”.**Descripción:**

El profesor muestra un objeto a uno de los alumnos y luego se le cubren los ojos, mientras que el profesor lo esconde. Sus compañeros lo guían para encontrarlo por medio de aplausos, según se aleje o se acerque al objeto los demás alumnos aplauden; más lentamente o más rápido respectivamente.

Opciones de aplicación:

- Que la búsqueda se realice entre tres o cuatro compañeros tomados de las manos.
- Puede darse un premio al que tarde menos tiempo en encontrarlo.

Actividad #6: “¿Te reto a los retos?” (Valoración del proceso de enseñanza-aprendizaje)**Descripción:**

Se dispone la mayor cantidad de materiales posibles en el patio; se les indica a los alumnos que tomen cualquier objeto o el que más les guste y que lo manipulen individualmente para darse cuenta que cosas son capaces de realizar pensando en lo que los demás no puedan hacer, y así, retar a alguno de sus compañeros al igual que ellos puedan ser retados.

Opciones de aplicación:

- Se pide prueben todos y cada uno de los materiales.
- Se propone realizar retos mediante acciones que involucren un trabajo en parejas o equipo.
- Es necesario fomentar el que experimenten la manipulación de objetos con distintas partes de su cuerpo.

PRIMER GRADO

Lo importante es no dejar de hacerse preguntas. Einstein

BLOQUE 3:

“LO QUE PUEDO HACER CON MI CUERPO EN MI ENTORNO”

Competencia en la que se incide: La corporeidad como manifestación global de la persona

PROPÓSITO:

Ofrecer al alumno opciones para que perciba su cuerpo al interactuar con el entorno, creando nuevas situaciones motrices que le permitan mejorar su equilibrio, su orientación espacial, temporal, lateralidad y coordinación motriz.

CONTENIDOS:

- Adquisición de la conciencia de su cuerpo a nivel propioceptivo.
- Exploración de lo que es posible hacer con el movimiento mediante formas jugadas y en su aplicación sobre acciones cotidianas, mejorando su equilibrio estático y dinámico, su orientación espacial y sobre todo su coordinación motriz.
- Siente y registra información acerca del estado de su cuerpo y valora sus desempeños motrices relacionándolos a su condición de persona.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Identifica las cualidades del entorno que se pueden descubrir a partir de las acciones de su propio cuerpo: forma, tamaño, consistencia, humedad, textura, superficie, peso, temperatura, color y características específicas (elasticidad, rebote, resistencia, plegabilidad, etcétera).
- Conoce y explora distintas acciones que se pueden realizar mediante su cuerpo, otros cuerpos o cosas.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Juegos Cooperativos
- Juegos de reglas
- Juegos simbólicos
- Cuento Motor
- Formas jugadas
- Juegos sensoriales
- Juego de persecución
- Actividades recreativas
- Expresión corporal

MATERIALES:

Aros, Soga, Costalitos rellenos de arena, grabadora, cuerda, sillas o bancos largos, colchonetas, bastones, pelotas de vinil y esponja, sabanas, conos, resortes y periódico.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- Observar su capacidad de atención en el trabajo individual y durante el proceso de investigación en su propio cuerpo.
- Observar el interés en la búsqueda de diversas acciones motrices así como en su calidad imaginativa.
- La participación individual en actividades para el reconocimiento del entorno, escolar, social y familiar.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

En el presente bloque la intención es reforzar el conocimiento del esquema corporal y el manejo de los patrones básicos de movimiento con diecinueve actividades que se proponen dentro de las secuencias de trabajo.

En sus nociones espaciales el niño hace uso de su lateralidad estableciendo relaciones con los objetos y percibiendo la forma, características, tamaño y ubicación de estos; asume una conciencia sobre la postura del cuerpo diferenciada a las condiciones espaciales que se presentan durante la actividad.

Por tanto el docente debe considerar:

- El nivel de maduración que ha adquirido el alumno, lo que le permite un mejor desempeño motriz al transferirlo a los objetos y a las situaciones que se le presentan.
- La organización de las actividades con respecto a los aprendizajes previos.

1a Secuencia de trabajo.

La presente secuencia de trabajo tiene como finalidad que los alumnos identifiquen las diferentes acciones que pueden desarrollar con su cuerpo partiendo de la percepción, de su esquema corporal y de su imagen en movimiento. Identificar las características de su entorno y diferenciar su utilización con relación a las acciones de la vida cotidiana. Siete actividades conforman esta secuencia.

Actividad #1: “Aros musicales cooperativos”. (Diagnóstico)

Descripción:

Se disponen tantos aros como jugadores formando un círculo. Los jugadores se sitúan de pie por fuera de los mismos. Mientras suena la música, todos se mueven a su ritmo dando vueltas alrededor, siempre en el mismo sentido. Cuando la música deja de oírse, todos buscan un aro en el cual meterse y se va retirando un aro cada que la música deja de oírse. El objetivo del juego es ver en cuántos aros es capaz de meterse el grupo entero. Lógicamente, varias personas pueden compartir un mismo aro. Los alumnos proponen distintas formas de desplazarse. Puede comenzarse con un mayor número de aros que de personas tratando de cubrir entre todos los aros de modo que ninguno quede libre (una persona puede realizar apoyos en dos, tres o más aros).

Opciones de aplicación:

- Cada alumno toma uno o dos compañeros de la mano y no pueden soltarse.
- Se puede realizar sobre bancos, paliacates o periódico.
- Mientras suena la música los alumnos deben jugar todo el tiempo mirando a sus compañeros, con una mueca de enojo o risa.

Actividad #2: ¡Aquí estoy!

Descripción:

Los alumnos identifican un lugar, objeto o color presente en el patio o área de juego. En un primer momento el profesor da una indicación para que todos corran junto con él y se coloquen: “frente, atrás, izquierda o derecha, arriba o abajo, cerca, lejos” del mismo. (Respecto a la idea de derecha o izquierda en relación con un objeto es preciso recordar en que esto es relativo en la medida en que la posición de la persona, o en su caso del observador determina donde estamos. R. Rigal propone como alternativa ubicarnos de tal modo que tengamos el objeto a la derecha o a la izquierda).

Opciones de aplicación:

- En un segundo momento, los alumnos proponen el lugar, objeto, y la orientación donde deben de colocarse, dando el profesor la indicación de inicio.

Actividad #3: “Pisando líneas”.

Descripción:

Los alumnos se desplazan sobre algunas líneas que estén pintadas en el suelo. Se puede avanzar de todas las formas que se les ocurran; hacia “adelante, atrás, sobre una pierna, saltando, corriendo”. Cuando los alumnos se encuentran, colaboran para poder seguir su camino sin que ninguno abandone la línea, ejemplo: uno de ellos abre el compás y el otro pasa a gatas por debajo de él. ¿De qué formas podemos desplazarnos? ¿De qué formas podemos cruzar nuestros caminos sin que ninguno salga de las líneas? Si se plantea de este modo, sería necesario añadir al apartado de metodología las situaciones-problema.

Opciones de aplicación:

- Por parejas, sujetando una cuerda estirada que deben mantener tensa.

Actividad #4: “El vigilante”.

Descripción:

Todos los alumnos se desplazan imitando movimientos de animales, robots. A la indicación del profesor se asumen distintas posiciones de equilibrio, sin moverse. Uno de ellos toma el rol de vigilante, su trabajo consiste en detectar cualquier cambio de posición de sus compañeros. Aquel alumno que sea localizado en el momento de cambiar de posición, pasa a ser el vigilante.

Opciones de aplicación:

- Varios alumnos deben hacer el rol de vigilantes, solamente se pueden cambiar de posición cuando el vigilante no está observando.

Actividad #5: “Descubriendo el mundo”.

Descripción:

Se indica a los alumnos las siguientes consignas:

- Encontrar un objeto redondo, plano, cuadrado, de forma indefinida, rara o extraño.
- Localizar un objeto de tamaño pequeño, grande y por último intermedio o mediano.
- Descubrir algún lugar que se encuentre húmedo.
- Tocar algo liso, áspero, arenoso, suave, duro, blando.
- Intentar cargar algo pesado, ligero.
- Tocar algo frío, caliente, templado (con distintas partes del cuerpo).
- Descubrir distintos colores básicos y al finalizar mencionar colores no muy conocidos.

Opciones de aplicación:

- Pedir más de un objeto, lugar o situación.

Actividad #6: “La víbora y los changuitos”.**Descripción:**

Dos alumnos toman la soga de los extremos y la estiran, caminan por toda el área de trabajo, colocándola a diferentes alturas, simulando ser una gran víbora. El resto del grupo, distribuido por todo el patio son los changuitos, que tratan de evitar ser tocados por la víbora de la forma que ellos elijan. Ejemplo: agachándose, saltándola, recostándose, etcétera.

Opciones de aplicación:

- Se colocan por equipos y durante un tiempo determinado lanzar la víbora para ver a cuantos alumnos toca, posteriormente se cambian los roles del juego.

Actividad #7: “Juego del gorila”.**Descripción:**

Se delimita un área amplia (cuadrada o circular) de cuatro metros de diámetro aproximadamente y se simboliza que es la jaula, se coloca a un alumno dentro de esta, el cual hace el rol de gorila. Los demás jugadores se encuentran fuera y buscan llamar la atención del “gorila” evitando ser tocados por este. Cuando un alumno es atrapado por el gorila, se convierte en el nuevo gorila.

Opciones de aplicación:

- Los alumnos que son atrapados o tocados se vuelven gorilas.
- El área del juego es modificada ya sea aumentándola o disminuyéndola.

2a Secuencia de trabajo.

A través de la siguientes cinco actividades, el alumno explora y comprende la manera en la que su disponibilidad corporal interactúa en la manipulación de diversos objetos y con diferentes personas; utiliza para tal fin diversos patrones básicos de movimiento como: saltar, girar, rodar, etcétera.

Actividad #1: “Pegamento”.**Descripción:**

Los alumnos avanzan por el área de trabajo. A la señal se agrupan por parejas y quedan pegados a sus compañeros (según el segmento que se indique, por ejemplo: espalda con espalda). Siguen avanzando y a la siguiente señal se forman por cuartetos, después grupos de ocho.

Dentro de la actividad vamos haciendo que los niños realicen algunas actividades como saltar, girar, sentarse, etcétera.

Opciones de aplicación:

- Utilizar algún material para enriquecer el trabajo.

Actividad #2: “Terreno de aventuras”.**Descripción:**

Se distribuye el material del que se dispone por toda el área. Los alumnos pueden experimentar distintas situaciones motrices acorde al trabajo que se ha venido realizando como equilibrio, coordinación, lateralidad, manipulación de objetos, orientación espacio-temporal. Algunos elementos que podemos considerar para la construcción del terreno de aventuras son:

- Cuerdas en el piso para pasar pisándolas.
 - Sillas o bancos en hileras para pasar por arriba o por debajo.
 - Aros distribuidos por el piso para saltar.
 - Colchonetas para realizar distintas acciones (giros, tronquitos, saltos).
 - Bastones los cuales se tiran por todo el espacio y no se pueden tocar.
 - Pelotas.
- Podemos utilizar algún implemento para modificar la intención del terreno. Una pelota para ir botando un globo el cual no debe caer.

Opciones de aplicación:

- Los alumnos modifican el recorrido de acuerdo a sus ideas y posibilidades.
- Se puede avanzar después por parejas o pequeños grupos manteniéndose en contacto con el compañero ¿qué podemos hacer en cada zona del circuito?

Actividad #3: “Explorar y compartir”.**Descripción:**

A cada alumno se le da un costalito y damos la consigna de trabajo, ¿De cuantas formas podemos transportar el costalito?, ¿Cómo es el trabajo por parejas para esta actividad?, ¿En qué partes del cuerpo podemos mantener en equilibrio el costalito más tiempo?

Representar alguna situación con ayuda del costalito. El costalito nos regaña, salimos a pasear con el costalito, el costalito es nuestra mascota, etcétera.

Opciones de aplicación:

- Utilizar más de un costalito para cada alumno.
- Reducir el área de trabajo para que los alumnos se observen mejor.
- Imitarse por parejas o en equipo.
- Más implementos para utilizar.

Actividad #4: “A mí me gusta jugar así”.**Descripción:**

Todos los niños con un aro, permitimos que por un lapso breve de tiempo los niños interactúen y descubran diversas formas de utilizar el aro. (Sería necesario incluir la libre exploración como alternativa metodológica).

Después vamos mediando el trabajo bajo algunas consignas:

- Girar el aro sobre diferentes segmentos corporales.

- Mantenerlo en equilibrio.
- Rodarlo por toda el área.
- Manipular con un segmento corporal en específico.
- Desplazarse sin soltar los aros.
- Pasar por los aros como si fueran túneles.

Después se juntan en cuartetos, para así seguir descubriendo posibilidades de llevar a cabo el ejercicio.

Para concluir cada cuarteto coloca sus aros en el centro y se colocan sentados alrededor de ellos. Tratan de levantar los aros a la altura de su cabeza solo utilizando sus pies.

Opciones de aplicación:

- Sacar el aro del círculo que forman.

Actividad #5: “1, 2, 3 pollito inglés”.

Descripción:

En esta actividad se coloca a un niño separado del grupo frente a la pared, de espaldas a sus compañeros, ellos se desplazan hacia él y cuando este golpea la pared diciendo 1, 2, 3 pollito inglés, voltea rápidamente a mirarlos; los niños detienen su avance y quedan como estatuas: de animales, haciendo gestos, posiciones en equilibrio, etcétera. El niño que se mueva regresa al lugar donde inicio. Se repite hasta que alguien llegue a la pared y de esta forma ocupará su lugar.

Opciones de aplicación:

- También se puede hacer por equipos, modificando algunas reglas como tener que quedarse en un solo pie, dar un salto previo o no poder reírse.

3a Secuencia de trabajo.

Esta secuencia consta de siete actividades, su finalidad es que el alumno consolide elementos básicos del pensamiento creativo; enfatizando el símbolo; lo cual se logra al participar en cuentos motores, hacer desplazamientos en cuadrupedias, identificar trayectorias, velocidades y diferenciar sonidos, ritmos y secuencias sencillas que sirvan de analogía para escuchar los movimientos de su corazón.

Actividad #1: “Cheto, el niño del circo”.

Descripción:

Se organiza al grupo para trabajar un cuento motor. El cual se inicia de la siguiente manera:

Erase una vez un niño que se llamaba Cheto y que vivía en un circo. Todos por un momento nos vamos a imaginar que somos Cheto y nos moveremos como si fuéramos él. Cheto era un niño que vivía en un circo porque sus papas trabajaban allí, ayudaba en lo que podía para que aquel precioso circo marchara bien.

Un día Cheto se levanto por la mañana temprano, *(todos nos levantamos estirándonos con cara de sueño. Después se fue al baño y se lavo la cara, así se le quito el sueño. Muy alegre empezó a ponerse sus pantalones, su playera y uno por uno de sus tenis).*

Cheto ya estaba listo así que salió a la calle a jugar con sus amigos a los “toques” *(a tocar el mayor numero de segmentos corporales que se van mencionando: por ejemplo: tocar espaldas, rodillas, tobillos, cabeza, etcétera).* Como se le había hecho tarde por jugar demasiado, *(Cheto tuvo que correr para regresar al circo).* Era otoño y hacia un poco de viento, entonces Cheto empezó a imaginar que era un árbol y que el viento movía sus ramas *(todos nos movemos de izquierda a derecha dejando que el viento se lleve nuestras hojas).*

Después de esto le empezó a dar mucho frío. *Cheto se abrazo con ambas manos; temblaban sus piernas y sus dientes, por lo que decidió ir de inmediato a la carpa).*

La carpa es como una casa muy grande pero en lugar de ser de ladrillo es de tela y de muchos colores, todos entramos a la carpa *(introduciéndose dentro de una sabana).*

Dentro de esta carpa estaban algunos artistas del circo ensayando para su show. *(Cheto vio como el equilibrista pasaba de puntitas sobre la cuerda sin pisar afuera e intento hacerlo, al terminar dio un salto lo más largo posible y camino de regreso para volver a intentarlo pero ahora con los brazos extendidos a los lados).*

Luego se acordó del payaso Nacho y pensó en saludarlo pero no lo vio a primera vista. *(Entonces empezó a buscarlo por toda la carpa, le gritaba su nombre para llamarlo Nachito...),* lo encontró montando un caballo que iba trotando alrededor de la carpa, a Cheto le pareció chistoso y quiso imitarlo corriendo junto a él *(los alumnos toman un bastón y simulan montarse en un caballo)* el caballo iba lento y poco a poco aumento su velocidad, moviéndose adelante, atrás, lateralmente, se agacho y por ultimo logro que relinchara, después empezó a saltar por encima de todos los obstáculos que había *-Se colocan conos y colchonetas; resortes y cuerdas a distintas alturas- (Cheto se bajo del caballo y lo dejo descansado en la orilla de la carpa).*

De camino Cheto vio al malabarista jugando con unas pelotas y pensó que tal vez le podría prestar algunas y enseñarle a hacer malabares. *(Todos tomamos una pelota y empezamos a lanzar lo más arriba que se pueda y tratar de cacharla);* después Cheto le muestra al malabarista lo que él es capaz de hacer y le da ideas para su show. *(Los alumnos realizan todo tipo de acciones referentes)* el malabarista sorprendido de lo bien que lo hace Cheto, lo reto a que lo intente con aros o con pelotas de esponja.

Cheto estaba muy feliz intentando cumplir el reto, de pronto llego corriendo el domador muy asustado, diciendo que el león se había escapado y que no lo encontraba, que tuviéramos mucho cuidado. *(Cheto camina muy despacito*

para no hacer ruido y que no lo encuentre el león. En ese momento Cheto cuidadosamente dejó las pelotas junto a los caballos).

De pronto se escucho un rugido. ¡Cuidado! *(todos se abrazan)* Cheto ve venir el león e intenta escapar, *(corre rápidamente por toda la carpa para no ser atrapado)*. Busca un lugar alto donde no pueda ser alcanzado, mientras que el domador encuentra al león y lo lleva a su jaula.

El domador rápidamente se lleva al león a su jaula *(Cheto baja a tomar un suspiro de alivio)*.

Después de este día de grandes aventuras, Cheto está muy cansado, era de noche y lo único que quería era dormir. Como Cheto era un niño muy limpio antes de acostarse se lavo los dientes y se quito la ropa que traía puesta, se puso la pijama y se recostó en su cama abrazando su osito favorito, hasta quedar dormido. *(Se realizan las acciones antes mencionadas)*.

(Cheto comenzó a roncar al tiempo que soñaba recordando todo lo que había hecho en el día). Se pregunta a los alumnos mientras están recostados lo que más les gusto de lo que Cheto realizó.

Colorín colorado, Cheto ha terminado.

Actividad #2: “Tempestad”.

Descripción:

Todo el grupo de pie, cada quien dentro de un aro, a manera de formar un círculo. El profesor dice “olas” a la derecha y todos se desplazan al aro de su derecha. Con la misma indicación se desplazan al aro de la izquierda. Se aumenta la velocidad de las órdenes. Cuando no lo esperen el profesor dice ¡tempestad! Y todos tienen que cambiarse de aro, no pudiendo entrar ni en el de su derecha ni en el de su izquierda, lo que aprovecha el profesor para ocupar un aro. Quien se quede sin aro pasa al centro a reiniciar el juego.

Opciones de aplicación:

- Se forman parejas y se varían las formas de desplazamiento propuestas por los alumnos.

Actividad #3: “Mis manos son mis pies”.

Descripción:

Los alumnos comienzan la actividad desplazándose en cuadrupedia (como gatitos), en diferentes direcciones: de frente, atrás, de lado.

Se les cuestiona si es que podemos desplazarnos sin alguno de los apoyos, ¿Cuáles?

Se les proporciona dos hojas de periódico a cada alumno, indicándole que cada hoja es un guante ya que no pueden tocar el suelo sin protección. Así se desplazan por el patio en diferentes velocidades y amplitudes a una señal tienen que cambiar el periódico de su mano (derecha o izquierda) con alguno de sus compañeros y seguir avanzando.

A otra señal se pide que lleguen lo más rápido posible a donde se encuentra el profesor sin dejar de llevar sus hojas en las manos.

Opciones de aplicación:

- Modificar las partes del cuerpo en las que puedan llevar los periódicos, también por parejas y que ellos propongan en que parte del cuerpo quieren llevarlo y porqué.

Actividad #4: “Yo y mi pelota”.

Descripción:

Se comienza la actividad cuando el profesor da distintas ideas que permitan descubrir el trabajo que se va a realizar.

¿Cómo puedo botar la pelota? ¿Puedo hacer otra actividad mientras boto la pelota (sentarse, aplaudir, platicar)?

¿Cuántas formas de cachar la pelota, puedo realizar? (Con una mano, con el suéter, etcétera).

¿Puedo empujar la pelota de distintas formas? (Con distintos segmentos corporales o con otro implemento).

Estas tareas deben permitir que el alumno sugiera otras.

Opciones de aplicación:

- Desempeñar las tareas por parejas, tercias o en equipos, utilizar diferentes tamaños de pelotas.

Actividad #5: “Semáforo”.

Descripción:

Se colocan los niños por toda el área de juego en donde puedan correr y se les explica a los niños los colores del semáforo y las instrucciones (Con “Rojo” se detienen, si es “Verde” corren y si es “Amarillo” se abrazan). Cuando es verde pueden hacerlo saltando, girando, gritando, haciendo gestos, como patitos, etcétera.

Opciones de aplicación:

- Invertir los colores y las indicaciones, por ejemplo el amarilla es alto, el rojo es siga y el verde es alto.

Actividad #6: “Aros musicales cooperativos”. (Valoración del proceso de enseñanza-aprendizaje)

Descripción:

Se disponen tanto aros como jugadores formando un círculo. Los jugadores se sitúan de pie por fuera de los mismos. Mientras suena la música, todos se mueven a su ritmo dando vueltas alrededor, siempre en el mismo sentido. Cuando la música deja de oírse, todos buscan un aro en cual meterse y se va retirando un aro cada que la música deja de oírse. El objetivo del juego es ver en cuántos aros es capaz de meterse el grupo entero. Lógicamente, varias

personas pueden compartir un mismo aro. Los alumnos proponen distintas formas de desplazarse.

Opciones de aplicación:

- Cada alumno toma uno o dos compañeros de la mano y no pueden soltarse.
- Se puede realizar sobre bancos, paliacates o periódico.
- Mientras suena la música los alumnos deben jugar todo el tiempo mirando a sus compañeros, con una mueca de enojo o risa.

Actividad #7: ¡Escucho un corazón!

Descripción:

Sentados en círculo conversar sobre los sonidos que produce nuestro corazón. Localizar con su mano el lado en el que se ubica el corazón, presionar un poco y sentir sus latidos.

Colocar su mano sobre su corazón, emitir sonidos imitando los del corazón. (Tuc-tuc, tac-tac, pon-pon...).

Con su mano sobre el corazón, desplazarse lentamente por el espacio al ritmo del corazón.

Tomar una toalla. Formar parejas A y B.

-A extiende su toalla en el suelo, B enrolla su toalla y la coloca como almohada encima de la de A.

-A se acuesta sobre la toalla, mientras B ubica y toca con su mano el corazón de A, en silencio escucha su corazón. Dar tiempo suficiente, invertir el rol.

-A se acuesta sobre la toalla, mientras B escucha el corazón de A, emite en voz baja los sonidos que produce el corazón. (Shuc-shuc, tom-tom, pash-pash...), repetir varias veces, invertir el rol. (Ritmo normal).

-Colocar las toallas formando un gran círculo.

-Sentarse encima de las toallas, extender las piernas, mover los pies al ritmo del corazón tranquilo.

-Llevar el ritmo del corazón agitado con los pies.

-Llevar el ritmo del corazón tranquilo y agitado con las palmas de las manos.

-Colocarse al centro del círculo, escuchar el corazón de todos sus compañeros. Dar tiempo suficiente.

-Brincar alto, agacharse, brincar, girar, aplaudir, saltar con un pie, el otro, girar, escuchar el corazón de todos sus compañeros. Dar tiempo suficiente, preguntar ¿se escucha igual que el anterior?, ¿es diferente?, ¿porqué?

PRIMER GRADO

BLOQUE 4:

Decir lo que sientes y hacer lo que piensas. Dewey

¡PUEDES HACER LO QUE YO HAGO!

Competencia en la que se incide: La corporeidad como manifestación global de la persona

PROPÓSITO:

Hacer que el alumno identifique las diferentes formas de ejecutar movimientos coordinados, a través de actividades expresivas, lúdicas, agonísticas y creativas. Con ello muestra a sus compañeros sus posibilidades y propone retos a sus compañeros.

CONTENIDOS:

- Clasificación de sus movimientos corporales y sugerencia de formas creativas a sus compañeros.
- Diferenciación de movimientos lentos, rápidos, suaves y débiles, controlando su respiración en ambas fases y su ajuste corporal.
- Participación en estrategias que le impliquen retos tanto físicos como intelectuales y sea capaz de valorar la importancia de convivir con sus compañeros y amigos.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Elabora formas de juego individuales y colectivas, poniendo a prueba lo que sabe que puede hacer y lo compare con las propuestas de sus compañeros.
- Sugiere alternativas de expresión oral, escrita, corporal y lúdica a través de actividades agonísticas y de retos colectivos.
- Regula su respiración y controle sus movimientos rítmicos internos y externos favoreciendo su creatividad.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Expresión corporal
- Juegos simbólicos
- Circuitos de acción motriz
- Formas jugadas
- Juegos sensoriales
- Juegos de reglas
- Juegos cooperativos
- Juegos de integración y socialización
- Juegos de persecución

MATERIALES:

Periódico, hojas de papel bond, aros, conos, cuerdas, pelotas, bastones de madera, cuerdas, serpentinatas, gises de colores, paliacates.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- a) Observar la fluidez de sus movimientos así como la capacidad de resolver problemas de tipo motor y cognitivos.
- b) Realice y describa retos hacia sus compañeros, observando la seguridad propia y la de los demás.
- c) Exprese y modifique diversas formas de ejecutar, los retos o las propuestas propias y las que le proponga el docente y sus compañeros.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

Veintidós actividades constituyen este bloque, las cuales hacen referencia a aspectos de índole perceptivomotrices así como de patrones básicos de movimiento, por lo que el trabajo de diversas estrategias didácticas nos permite reafirmar las experiencias previas del alumno.

La coordinación dinámica se vincula con la percepción visual, auditiva y kinestésica por medio del juego que exigen un mayor nivel de dominio corporal. Así mismo se comienza a construir las primeras nociones para pensar y actuar estratégicamente, por consiguiente se toman en cuenta las siguientes consideraciones:

- El profesor debe de crear ambientes de aprendizaje adecuados para cada contenido propiciando el respeto a la expresión de ideas por parte de los mismos alumnos.
- Para promover el conocimiento del entorno, los estímulos dentro de las actividades deben ser diversos y que propicien la participación activa del niño.
- Las actividades se adecuan para que todos los alumnos puedan alcanzar una meta de acuerdo a sus propias posibilidades, contrariamente a una meta predispuesta para todos.

1a Secuencia de trabajo.

En la presente secuencia de trabajo se pretende que el alumno estimule la noción previa de su lateralidad y ritmo, construyendo así el desarrollo de su coordinación motriz. Identificar y diferenciar distintas fases del movimiento a la vez que se propicia variaciones en la ejecución de los desempeños motores. Acercar al alumno a las primeras situaciones necesarias para su pensar y actuar estratégicamente. La secuencia de trabajo contempla seis actividades, las cuales a todo momento permiten al alumno proponer ideas y situaciones propias del juego, fomentando la creatividad en la que la convivencia se suscite en ambientes propicios para tal fin.

Actividad #1: “Fotografías”.

Descripción:

El profesor lleva algunos recortes de periódico o fotografías, las cuáles va mostrando a los alumnos para que las imite primero de manera individual. Después se van mostrando fotografías más complejas que impliquen un trabajo en equipos.

En la siguiente parte los niños van a crear sus propias fotografías de acuerdo a algunas consignas:

- Una fiesta.
- La escuela.
- El parque.
- La feria.
- Propuestas de los alumnos.

Opciones de aplicación:

- Cada alumno propone un tema y de tarea debe traer una serie de recortes pegados en papel bond para poder distinguir temáticas para que los alumnos las vayan imitando, contando historias o anécdotas al respecto.

Actividad #2: “Circuito de retos”. (Diagnóstico)

Descripción:

Estación #1.- “Cochecitos de papel”.

Los alumnos diseñan una pista de carreras marcada en el suelo con un gis. La finalidad de la actividad es conducir una hoja de papel por la pista simulando un coche de carreras, tratando de no salir de la línea de la pista. ¿De qué formas podemos hacer avanzar la bola? Los alumnos comparten alternativas con sus compañeros. El profesor propone algunas ideas como: conducir la pelota con pequeños golpes con los dedos, soplándole, con algún objeto, etcétera. Pueden jugar varios alumnos.

Estación #2.- “Conduciendo la pelota”.

Llevar con ayuda de un bastón una pelota, esquivando los obstáculos que se encuentran en el área (conos, bastones, aros, etcétera).

Estación #3.- “La reina”.

Se colocan los niños en círculo, a cierta distancia. En el centro hay una reina (una pila de conos) que está rodeada por botes pequeños (pueden formarse algunas pirámides). La intención del juego es derribar los botes con ayuda de un aro sin tirar la reina. Si está es derribada, no cuentan los botes derribados. Se puede hacer pateando el aro o lanzándolo. Se trata de lograr el mayor número posible de puntos entre todo el grupo. El resultado se puede sumar con los otros grupos para alcanzar una marca de clase.

Estación # 4.- “Mi respiración y yo”.

Identificar el ritmo respiratorio y asociarlo con movimientos y percusiones (palmadas, golpes con los pies, movimiento de la cabeza, manos, etcétera). Después se incrementa el ritmo respiratorio con ayuda de algún juego por ejemplo: “la mosca” (se hace una ronda y los alumnos se persiguen). En seguida se vuelve a sentir el ritmo respiratorio y asociarlo con movimientos.

Estación # 5.- “Encestando objetos”.

Se colocan aros de tres colores distintos (azules, amarillos y verdes). La finalidad de la actividad es que los alumnos lancen algún objeto, indicando previamente a que aro quieren atinar. Se pretende que se realicen retos al interior del pequeño grupo presente en la estación. Variar los objetos que se pretenden lanzar, así como la distancia.

Actividad #3: “Recorridos”.

Descripción:

Por parejas, uno de los integrantes de cada pareja pinta una línea sobre el suelo haciendo una especie de recorrido el cual tiene que seguir el otro; dicho recorrido puede tener líneas de todo tipo (rectas, curvas, zigzag y espiral).

Opciones de aplicación:

- En vez de pintar el recorrido en el suelo, se marca con el dedo en la espalda del compañero o se dibuja en una hoja de papel.
- Hacerlo equilibrando algún objeto en diferentes partes del juego.
- Hacerlo con diferentes habilidades motrices (saltando, girando, reptando, etcétera).
- ¿Y si nos desplazamos después por parejas en contacto con el compañero?

Actividad #4: “La serpentina”.**Descripción:**

A cada alumno se le da una o dos serpentinas con las cuales va trabajando durante la actividad; cuando empieza a sonar la música los alumnos se empiezan a mover según el ritmo y de igual forma agitan la serpentina, se detiene la música y ellos también.

Al volver a escuchar la música sólo mueven su cuerpo pero la serpentina se queda estática y en la siguiente invierten (el cuerpo no se mueve pero la serpentina si). Hacer bailar la serpentina soplándole.

Se pueden enredar la serpentina, hacer figuras o dibujos individuales, por parejas o equipos.

Opciones de aplicación:

- Utilizar otro tipo de material para llevar a cabo la actividad.
- Permitir que los alumnos se organicen por grupos que proponen algunas situaciones para esta actividad.

Actividad #5: “Los cubiertos”.**Descripción:**

Colocar a los alumnos sentados en círculo.

El profesor les explica a los alumnos que cuando mencione cuchillos todos se paran, cuando diga cucharas todos se sientan, cuando diga tenedor, dar dos brincos adelante; cuando diga vaso dos brincos atrás y cuando diga cubiertos todos se cambian de lugar. El que se equivoque debe bailar o dar un abrazo a algún compañero. Se aumentan de forma gradual las órdenes.

Pregunta a los alumnos: ¿De qué otra forma se puede jugar?

Opciones de aplicación:

- Se puede hacer por parejas.
- Utilizar otras palabras sencillas como colores, animales, etcétera.

Actividad #6: “Recolectando objetos”.**Descripción:**

Se forman dos equipos. Un equipo se dispone a tomar el material y repartirlo por el área de juego de manera que se distribuya lo mejor posible. El otro equipo tiene la tarea de recoger y acomodar el material en un área previamente marcada tratando de hacer el menor tiempo posible. El objetivo del juego no es ganarle al otro equipo haciendo el menor tiempo, si no, mejorar el tiempo individual del equipo respecto de la primera vez. El tiempo termina cuando se encuentran los materiales recogidos y acomodados. Cabe la posibilidad de sumar los tiempos de los diferentes grupos para establecer una marca de clase.

Opciones de aplicación:

- Existe la opción de que los alumnos dispersen el material en cualquier lugar que no sea peligroso y con el fin de permitir un mayor reto para ellos mismos.
- El tiempo puede servir tanto para el equipo que dispersa los materiales, como para los que lo recogen y acomodan.
- Delimitar un tiempo para recolectar objetos y contar cuantos se lograron, asignándole puntos a cada objeto distinto.
- La recolecta se realiza por tercias y nadie puede soltarse de las manos.
- Jugar entre los dos equipos a tratar de obtener el menor tiempo, sin que esto signifique la confrontación de los mismos.
- Incrementar el número de objetos a recolectar, disponiendo de todos los objetos posibles al alcance.
- Ahora tienen que recolectar los objetos realizando una acción alterna, por ejemplo: silbando, aplaudiendo, llorando, riendo; de no ser así se aumentan 15 segundos al tiempo realizado.

Observaciones:

- Propiciar la comunicación al interior del equipo para crear estrategia, mientras el otro equipo se encuentra recolectando objetos.

2a Secuencia de trabajo.

Esta secuencia de trabajo consta de ocho actividades, las cuales dan continuidad al trabajo realizado con anterioridad pretendiendo que el alumno utilice el juego motor como medio para el control de sus desempeños motores y de la cantidad de energía necesaria para resolver situaciones y problemas a cada estrategia propuesta. Al experimentar diversas formas de solucionar un problema se construye la competencia motriz y se desarrolla la acción creativa.

Actividad #1: “Haz lo que yo hago”.**Descripción:**

Por parejas, un alumno lanza la pelota al aire; realizando diversas acciones originales y creativas, intentando que esta no toque el suelo. El compañero debe imitar la misma acción. ¿Qué alternativas podemos crear?

Opciones de aplicación:

- Interactuar con otras parejas.
- Proponer consignas en la actividad (patrones que tengan que ver con giros o con manipular con las manos).
- Utilizar gestos dentro de la aplicación de los distintos patrones (enojados, contentos, etcétera).

Observaciones:

Las acciones pueden ser muy complejas o sencillas según la destreza de los jugadores, es necesario permitir al alumno explorar y crear toda una gama de movimientos acorde a sus posibilidades y experiencia motriz general.

Actividad #2: “Buscar la pelota”.**Descripción:**

Cuatro grupos, cada uno en una esquina; el primero de cada grupo con los ojos tapados. El profesor coloca una pelota en medio de los equipos; a la señal los primeros de cada equipo guiados por los gritos de sus compañeros, tratan de encontrar la pelota antes que los demás.

Opciones de aplicación:

- Por tercias o por parejas.

Actividad #3: “El paseo del aro”.**Descripción:**

Grupos de 6 a 8 alumnos, los cuales forman un círculo tomados de las manos. A cada grupo se le da un aro, la intención del juego es ir pasando el aro sin soltarse de las manos.

Opciones de aplicación:

- Se dan más aros a cada equipo.
- Se van haciendo menos equipos hasta que solo quede uno.
- Realizar la propuesta subidos sobre un objeto, manteniendo los ojos tapados, apoyados sólo sobre un pie...

Actividad #4: “Písame la cola”.**Descripción:**

Las cuerdas simulan una cola, son colocadas en cada alumno por la parte de atrás de su ropa, el objetivo de la actividad es pisar la cola de los otros alumnos y evitar que pisen la propia.

No puede volverse a poner la cuerda una vez que se perdió.

Solo se puede pisar la cuerda.

Opciones de aplicación:

- Llevar a cabo la actividad por equipos.
- Poner por parejas a los alumnos, uno pisa la cola y el otro busca evitarlo.

Observaciones:

Dar pie a que los alumnos manifiesten otro tipo de alternativas que se les ocurran según la experiencia que ellos tienen y las posibilidades que manifiestan.

Actividad #5: “Creando ritmo”.**Descripción:**

Se distribuye el material a los alumnos, un bastón para cada uno. Se inicia la actividad permitiendo que cada alumno explore las posibilidades de sonidos que puede crear con el bastón. Después se propone un esquema de trabajo para irse desplazando (se golpea tres veces en el piso con el bastón y los alumnos imitan; después se hace más complejo).

Por equipos los alumnos van creando su propia propuesta la cual tienen que mostrar al resto del grupo.

Opciones de aplicación:

- Utilizar más material.
- Por equipos crear un ritmo utilizando los elementos que se trabajan.

Actividad #6: “Alto en el aro”.**Descripción:**

Delimitamos un área, dentro colocamos los aros, todos los jugadores corren alrededor de está con diferentes ritmos; a la señal los alumnos deben buscar lo más rápido que puedan un aro en donde adoptan una postura de equilibrio. El último en entrar y todos los que no adopten una postura se les da la oportunidad de dar las indicaciones para enseguida entrar en un aro. Se va reiniciando.

Opciones de aplicación:

- Podemos realizar la misma situación a la inversa, todos los jugadores dentro de un espacio pequeño y los aros a cierta distancia.
- Para ingresar a su aro se debe realizar un pequeño salto y adoptar la postura de equilibrio.

Actividad #7: “El regateé de la serpiente”.**Descripción:**

Cinco o seis jugadores se colocan en línea dentro de un círculo amplio formado por el resto, cada uno de los alumnos que esta al centro pone sus manos alrededor de la cintura o en los hombros del compañero de adelante.

El juego consiste en que los niños que se encuentran en el círculo golpeen con una pelota por debajo de la cintura al último de la línea. Cuando esto sucede. Este deja la línea y pasa a formar parte del círculo. El jugador que lanza la pelota pasa al frente de la línea y guía la serpiente. Sólo se puede golpear debajo de la cintura y desde el círculo en el que están los alumnos. La serpiente se puede mover en cualquier dirección dentro del círculo.

Opciones de aplicación:

- Hacer varias líneas o varios círculos con menor número de alumnos.
- El alumno que consigue golpear se une a la víbora incrementando su tamaño.

- Ampliar o reducir el área donde se está jugando.
- Aumentar el número de pelotas.
- Hacer dos víboras.

Actividad #8: “El tren ciego”.

Descripción:

Se forman grupos de dos, cuatro, seis alumnos, se colocan en filas tomados de los hombros. Todos excepto el último deben tener los ojos cerrados o tapados. El último de cada grupo es el que dirige a todo “el tren”, mediante mensajes que se van pasando de alumno a alumno. Para avanzar un toque en la cabeza, detenerse dos; para dar vuelta a la derecha o izquierda se toca el hombro correspondiente al lado en el que se desea ir. Cambio de roles.

Opciones de aplicación:

- Pasar por algunos obstáculos que son colocados por toda el área.

3a Secuencia de trabajo.

Esta secuencia consta de ocho actividades a través de las cuales el alumno utilice el sentido de la lógica, la observación, el análisis y las alternativas que el medio ofrece. Así mismo se busca que el alumno construya formas originales de resolver los problemas motores que se le presenten.

Actividad #1: “Creando figuras”.

Descripción:

Se divide la clase en grupos los cuales deben realizar una figura con sus cuerpos para que el resto de sus compañeros intenten adivinarla (una letra, un dibujo, una palabra, etcétera). Se puede realizar sobre el suelo tomando en cuenta solo su cuerpo y gestos.

Opciones de aplicación:

- No se puede decir el nombre de su composición sin haberla discutido con el grupo.
- No se puede cambiar la composición una vez adoptada una postura determinada.

Actividad #2: “Ardillas en la jaula”.

Descripción:

Se forman grupos de 3 alumnos, un alumno debe quedar libre. Dos alumnos del grupo se sujetan de las manos tomando el rol de jaula, el tercero queda en medio de ellos pasando a ser la ardilla; a la señal se abren todas las jaulas y salen las ardillas a pasear por todo el espacio lejos de las jaulas; a la siguiente señal todas las ardillas regresan a una jaula, la que estaba libre al principio

también busca una. Las indicaciones de introducirse a las jaulas las dan las ardillas libres.

Opciones de aplicación:

- Cambiar el número de ardillas libres.
- Se pueden dar indicaciones de cerrar todas las jaulas donde los 2 compañeros sean niñas, no permitiendo el acceso a las ardillas libres.
- Solo se puede cambiar según sea la indicación que se da; jaula, ardilla o persecución.

Actividad #3.- “Los caballitos”.

Descripción:

Teniendo como recursos: tela adhesiva, aparato de sonido y música.

-El guía marca con tela adhesiva en el piso un camino muy largo y los niños forman una fila.

-Los participantes escuchan la música, identificando los cambios de velocidad. El juego consiste en lo siguiente: los niños son caballitos que van a desplazarse por el camino, siguiendo la velocidad de la música. Para mantener orden en el grupo, el guía indica que los caballitos no se pueden salir del camino, tampoco pueden rebasar y tienen que llegar hasta el final del camino, para después dirigirse al inicio. Repetir varias veces la actividad.

-Continuar con el mismo juego, pero ahora los niños van pasando uno por uno, mientras que los demás observan la velocidad de desplazamiento de sus compañeros. Repetir varias veces el juego.

-Los participantes se sientan en un círculo y hablan sobre las distintas velocidades, comentando cuál les gusta más, cuál es más fácil y divertida.

Actividad #4: “El coyote y el correcaminos”.

Descripción:

Se forman un círculo con todos los alumnos con las piernas colocadas al doble ancho de los hombros, excepto dos que se encuentran fuera del círculo. Uno es el coyote y el otro es el correcaminos, a la indicación el coyote comienza a perseguir al correcaminos. El alumno que hace de correcaminos puede pasar por debajo de uno de sus compañeros del círculo (carretera) para evitar ser atrapado; con lo que se cambian los papeles, el coyote pasa a ser correcaminos y el alumno que salió del círculo es ahora el coyote.

El alumno que ingreso al círculo pone sus pies juntos para señalar que ya se ocupo esa carretera.

Opciones de aplicación:

- Puede realizarse con diferentes patrones de movimiento.
- Se realiza por parejas tomados de las manos.

Actividad #5: “El silbato”.**Descripción:**

Un jugador se coloca al centro de un círculo (que forman el resto de los alumnos), con los ojos vendados y un silbato colgado del cuello. Los alumnos van pasando por turnos buscan acercarse sin ser escuchados para tocar el silbato, si el alumno del centro se percata de su compañero debe decir “te atrape” con lo que este último pierde su oportunidad y da paso a otro alumno. En caso de que el alumno consiga hacer sonar el silbato pasa al lugar del centro.

Opciones de aplicación:

- Se realiza la actividad por equipos.
- Colocar varios alumnos con silbato.

Actividad #6: “Pollito afuera, pollito adentro”.**Descripción:**

Se amarra una de las puntas de la cuerda al costal; relleno de objetos ligeros (ejemplo: unicel), el encargado del juego es el granjero y los demás son los pollitos. El granjero debe hacer girar el costal por arriba de su cabeza, para luego gritar “pollito adentro”. A este llamado los pollitos corren a refugiarse al lado del granjero cuidando de no ser tocados por el costal o la cuerda; al grito de “pollito afuera” todos los alumnos deben regresar a su lugar evitando de nueva cuenta ser tocados por la cuerda o el costal.

Opciones de aplicación:

- Se compite por grupos para saber qué equipo lo realiza mejor.
- Van pasando por turnos los pollitos.
- Se tiene que saltar la cuerda y después entrar o salir.
- Los alumnos que son golpeados vuelven a intentarlo en la siguiente oportunidad.

Actividad #7: “Ayer, hoy y mañana”.**Descripción:**

Conversar sobre el tiempo.

Adherir en el pizarrón tres círculos de colores alineados: verde –lado izquierdo-, blanco –centro-, rojo –lado derecho-.

Señalar el color blanco del pizarrón; comentar que es el color que significa *hoy*.

-Poner música. Tomar una mascada, bailar al ritmo de la música, agitar los brazos, mover la cadera, los hombros, la cabeza, las piernas. Dar tiempo suficiente. Quitar la música. Guardar las mascadas en un lugar seguro.

-Preguntar de uno en uno lo que están haciendo *hoy*, si les agrada bailar y moverse.

-Tomar una hoja de papel previamente trazada, el lápiz de carbón y los colores.

-Señalar en el pizarrón el color blanco. En el recuadro del centro colocar el dedo índice, en la parte superior de éste recuadro, trazar con lápiz un círculo, rellenarlo de color blanco; abajo del círculo, efectuar un dibujo de él bailando. Explicar que en ese recuadro están dibujando lo que hicieron *hoy*.

-Formar parejas, A y B; dialogar sobre lo que más les gustaría hacer el día de mañana. A se sienta y observa a B. B representa con su cuerpo lo que le gustaría hacer el día de mañana. Invertir el rol. Dar tiempo suficiente. Despedirse de su pareja.

-Señalar en el pizarrón el color rojo. En la hoja de papel, colocar el dedo índice, en el último recuadro. Esbozar un círculo con lápiz en la parte superior del recuadro, rellenarla de color rojo. Dibujar en el último recuadro la representación que realizaron a su pareja. Explicar que en ese recuadro están dibujando lo que les gustaría hacer mañana.

-Reflexionar sobre lo que hicieron ayer, uno por uno expresarlo en voz alta.

-Señalar en el pizarrón el color verde. En la hoja de papel, colocar el dedo índice, en el primer recuadro. Esbozar un círculo con lápiz en la parte superior del recuadro, rellenarlo de color verde. Dibujar en el primer recuadro lo que hicieron ayer. Explicar que en ese recuadro están dibujando lo que hicieron ayer.

-Distensión. Cerrar los ojos, respirar profundamente, recordar lo que más les agrada de sus diseños, abrir los ojos.

-Observar su bosquejo, comentar sobre lo que lo que dibujaron: el hoy, el mañana y el ayer, preguntar si los colores que utilizaron les recuerda a la bandera de nuestro país.

-Colocar los colores, lápices y dibujo en un lugar seguro.

Actividad #8: “Circuito de retos”. (Valoración del proceso de enseñanza-aprendizaje)**Descripción:**

Estación #1.- “Cochecitos de papel”.

Los alumnos diseñan una pista de carreras marcada en el suelo con un gis. La finalidad de la actividad es conducir una hoja de papel por la pista simulando un coche de carreras, tratando de no salir de la línea de la pista. El profesor propone algunas ideas como: conducir la pelota con pequeños golpes con los dedos, soplándole, con algún objeto, etcétera. Pueden jugar varios alumnos.

Estación #2.- “Conduciendo la pelota”.

Llevar con ayuda de un bastón una pelota, esquivando los obstáculos que se encuentran en el área (conos, bastones, aros, etcétera).

Estación #3.- “La reina”.

Se colocan los niños en círculo, a cierta distancia. En el centro hay una reina (una pila de conos) que está rodeada por botes pequeños (pueden formarse algunas pirámides). La intención del juego es derribar los botes con ayuda de

un aro sin tirar la reina. Si está es derribada, no cuentan los botes derribados. Se puede hacer pateando el aro o lanzándolo.

Estación # 4.- “Mi respiración y yo”.

Identificar el ritmo respiratorio y asociarlo con movimientos y percusiones (palmadas, golpes con los pies, movimiento de la cabeza, manos, etcétera).

Después se incrementa el ritmo respiratorio con ayuda de algún juego por ejemplo: “la mosca” (se hace una ronda y los alumnos se persiguen). En seguida se vuelve a sentir el ritmo respiratorio y asociarlo con movimientos.

Estación # 5.- “Encestando objetos”.

Se colocan aros de tres colores distintos (azules, amarillos y verdes). La finalidad de la actividad es que los alumnos lancen algún objeto, indicando previamente a que aro quieren atinar. Se pretende que se realicen retos al interior del pequeño grupo presente en la estación. Variar los objetos que se pretenden lanzar, así como la distancia.

PRIMER GRADO

Paren el mundo que aquí me bajo. Quino

BLOQUE 5:

“DE MIS MOVIMIENTOS BÁSICOS AL JUEGO”

Competencia en la que se incide: Expresión y desarrollo de habilidades y destrezas motrices

PROPÓSITO:

Permitir que el alumno desarrolle patrones básicos de movimiento, participando en actividades lúdicas, cuya naturaleza se construya de sus propios desempeños motrices. Experimente situaciones novedosas y formas diversas de locomoción, propulsión y estabilidad de ellos.

CONTENIDOS:

- Conocimiento de los patrones básicos de movimiento y comprensión de las diferentes formas de ejercitarlos o utilizarlos.
- Práctica de juegos y estrategias didácticas basadas en las manipulaciones de objetos así como el manejo de su propio cuerpo.
- Colaboración en la construcción de sus propias habilidades, en actividades cooperativas e integradoras con sus compañeros.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Vivencia distintos tipos de movimiento: de locomoción simple y compleja.
- Estimula movimientos de manipulación propulsivos y absorbentes.
- Mejora y amplía la base motriz del niño a través de la ejecución de habilidades motrices básicas.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Circuitos de acción motriz
- Juego de persecución
- Juego simbólico
- Formas jugadas
- Juegos sensoriales
- Juegos de reglas
- Juegos cooperativos

MATERIALES:

Aros, conos, cuerdas, pelotas de vinil y esponja, bastones de madera, gises de colores, grabadora, frisbees, paliacates, globos, cd de música.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- a) Establecer criterios comparativos sobre la creatividad y desempeño motor de los niños al realizar patrones básicos de movimiento.
- b) Observar la fluidez de los movimientos ante diferentes situaciones en la realización de juegos sencillos.
- c) Relacionar lo aprendido con aquellos aspectos de la vida cotidiana en donde se ponen a prueba el uso y eficacia de los patrones básicos de movimiento presentados.
- d) Cierre de fin de cursos, presentar actividades para verificar el nivel de apropiación de las competencias enseñadas.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

Los patrones básicos de movimiento constituyen la base de la motricidad, una práctica de movimiento cada vez más compleja conforma las habilidades y destreza motrices, lo que permite al niño incorporarlos a futuros ámbitos de actuación. Por lo tanto este bloque de contenidos conformado por dieciocho actividades, debe de brindar una amplia gama de posibilidades a través de distintas estrategias.

Por lo tanto el docente:

- Busca generar propuestas durante las actividades para los alumnos, que despierte en ellos una participación creativa.
- Permitir que los alumnos busquen nuevas situaciones que enriquezcan la actividad y que sumadas a las del propio docente conduzcan a una variabilidad de la práctica.
- Debe diversificar las estrategias de enseñanza, para que el niño adopte un rol distinto durante la apropiación de los contenidos.

1a Secuencia de trabajo.

La finalidad de la primera secuencia es que los alumnos desarrollen los patrones básicos de movimiento tales como caminar, correr, saltar, etcétera, y los puedan utilizar en las diferentes estrategias presentadas en la sesión como en su vida cotidiana. Lo anterior solo se podrá lograr mostrando una amplia gama de movimientos fundamentales (variabilidad de la práctica).

Actividad #1: “El semáforo”.

Descripción:

Por parejas, uno detrás de otro, desplazándose por todo el espacio. El maestro dice en voz alta los colores del semáforo: ROJO- todos se paran, VERDE- el que va detrás pasa delante de su compañero, AMBAR- el de detrás debe dar una vuelta alrededor de su pareja.

Opciones de Aplicación:

- Utilizar el mismo semáforo sin hablar únicamente mostrar logotipos a los alumnos y cambiarles la lógica de los colores.

Actividad #2: “Jugando pelotas”. (Diagnóstico)

Descripción:

Se colocan cuatro estaciones en donde se patear y lanza en un tiempo de 8 a 10 minutos por estación el profesor se encarga de la toma del tiempo y de la observación.

Estación #1.- “Patear la pelota de vinil”.

Todos los alumnos tienen que patear la pelota con la punta del pie alternando; tratando de derribar un objeto determinado ya sea un bote u otro, o quedando en una marca que se determine ¿de cuántas formas se puede patear la pelota?

Estación #2.- “Patear la pelota de esponja por parejas”.

Por parejas tienen que pasar la pelota de esponja al compañero pero con cinco partes distintas del cuerpo ¿de cuántas formas puedo dar los pases? Ejemplo: nalgas, cabeza, pies, manos, etcétera.

Estación #3.- “Golpear, lanzar y cachar la pelota”.

En esta estación se lanza la pelota hacia arriba para recibirla con un golpe que va dirigido hacia un compañero, el cual la cacha, para que el pueda ejecutar la misma acción. ¿De cuántas formas puedo lanzar y cachar?

Estación #4.- “Golpear la pelota”.

Todos los alumnos golpean la pelota contra la pared, tomando una distancia determina entre la pared y el alumno, para que esta vaya cambiando conforme realicen la actividad. ¿De cuántas formas puedo golpear con mi cuerpo?

Actividad #3: “Cocodrilo dormilón”.

Descripción:

En un extremo del patio se encuentra colocado un niño que es el cocodrilo dormilón y el resto del grupo está cerca de él para despertarlo y gritarle “cocodrilo dormilón, despiértate” y cuando el cocodrilo decida despertarse, seguirá a los niños y estos intentan escapar y llegar a su refugio previamente escogido. El niño que sea tocado por el cocodrilo antes de llegar, será ayudante del cocodrilo.

Opciones de Aplicación:

- También se puede proponer que no sólo sea un cocodrilo, sino tantos como el juego lo permita.

Observaciones:

- Debemos de invitar a los niños a no dejarse atrapar por el cocodrilo con motivo de ser su ayudante.

Actividad #4: “La mesa redonda”.

Descripción:

Se forma una cruz con cuatro niños. En el centro situamos un aro. Los niños sentados en el suelo deben introducir una pelota en el aro lanzándola o pateándola con un ligero toque. Cada vez que el grupo introduzca la pelota suma un punto positivo.

Opciones de Aplicación:

- Se pueden colocar más aros y asignarles puntuación. Mayor número y variedad de pelotas.

Actividad #5: “Vacando la casa”.

Descripción:

Se forman dos equipos, que a su vez se encuentran en dos áreas divididas por una línea en el centro. A la señal cada equipo lanza el mayor número de objetos al lado opuesto para acabar con el menor número dentro de su área y en el tiempo establecido.

Opciones de Aplicación:

- Hacerlo con globos o con pelotas, ganando el equipo que más globos tenga en su poder o el que menos tenga también.

Actividad #6: “El número de mi pelota”.

Descripción:

Todos los alumnos tienen una pelota en sus manos identificándola y dibujándole un número, a una señal del profesor lanzan todas las pelotas hacia arriba y después tratan de encontrarla lo más rápidamente posible.

Opciones de Aplicación:

- Modificar las reglas para atraparla, por colores, por tamaños, por compañeros, etcétera.

Actividad #7: “Juego de los espolones”.

Descripción:

Por parejas viéndose de frente y parados sobre un pie, tratan de que el compañero pierda la posición, es decir, se empujan primero utilizando las manos.

Opciones de Aplicación:

- Otra alternativa es que jalen; se van cambiando los roles.

2a Secuencia de trabajo.

La finalidad de la siguiente secuencia de trabajo, es la de ofrecer estrategias didácticas que propicien que los alumnos experimenten diversas formas de manipular objetos y de su propio cuerpo, en actividades de colaboración, cooperación e integración de sus demás compañeros. El alumno propone situaciones que es capaz de realizar a la vez que enseña lo que él sabe a los demás.

Actividad #1: “Relevo de globo”.

Descripción:

Puede hacerse de forma cooperativa. Al llegar al extremo cada persona recoge un objeto. Con los objetos de todos los grupos se intenta construir una torre lo más alta posible.

Se organiza una situación similar a una carrera de relevos, equipos de igual número de integrantes. En este tipo de carrera se debe conducir un globo de diversas formas.

- Golpeándolo (con las manos derecha / izquierda, alternado)
- Conduciendo con los pies (derecho/izquierdo, alternando)
- Golpeándolo con la cabeza o un segmento corporal diferente a los utilizados.
- Con algún implemento
- Llevándolo de diferentes formas.

Opciones de Aplicación:

- Introducir obstáculos por el camino.
- Utilizando diferentes patrones de movimiento.

Actividad #2: “Estamos creando”.

Descripción:

Se distribuye el material por toda el área, cada alumno elige un objeto de los que se encuentran en el piso y comienza a trabajar. Primero explorando y después siguiendo las consignas que se les van dando.

¿Quién puede tocar sus pies y botar al mismo tiempo?

Lanzar la pelota acostarse, levantarse y lanzar la pelota.

Botar, lanzar, conducir dos o más pelotas al mismo tiempo.

Malabares con varias pelotas.

Opciones de Aplicación:

- Realizar el ejercicio utilizando un bastón u otro implemento.
- Por equipo buscar diferentes posibilidades de trabajo.

Actividad #3: “Veneno”.

Descripción:

El juego consiste en que los alumnos se coloquen sobre una línea y a una distancia considerable, el profesor o un alumno tienen una pelota, la cual se lanza diciendo el nombre de un alumno del grupo, este a su vez corre a tomar la pelota mientras los demás se dispersan por toda el área. Cuando el niño que corre por la pelota, la toma y grita “veneno” significa que todos deben detenerse y colocar en su lugar los pies a la altura de sus hombros sin moverse.

El niño que tiene la pelota debe lanzarla para tocar a sus compañeros para obtener un punto por cada alumno que logre quemar.

Opciones de Aplicación:

- Realizar la actividad por equipos.
- Poner a más alumnos que pueden quemar con la pelota.

Actividad #4: “El lobo y las ovejas”.

Descripción:

Se pinta en el suelo dos círculos amplios de aproximadamente dos metros de diámetro separados uno de otro a unos cuatro a cinco metros los cuales son refugios para las ovejas. Todo el grupo se coloca en uno de ellos, mientras uno hace de lobo afuera del círculo. A una señal tratan de pasar al otro círculo mientras el lobo intenta tocar a los que puede. Los que son tocados se convierten en lobos.

Opciones de Aplicación:

- Se puede poner como condición que el lobo sólo deba tocar una parte determinada del cuerpo de las ovejas.

Actividad #5: ¿Quién puede?

Descripción:

Se coloca un aro en el centro del círculo en donde se va a colocar un niño que voluntariamente pase al frente para demostrar alguna actividad que es capaz de hacer y ver quién de sus compañeros puede imitarlo, por ejemplo: mover las orejas.

Opciones de Aplicación:

- En vez de colocar un aro pueden ser más por lo tanto los niños que pasan son más y hay más propuestas.
- Pueden elegir cada niño una de entre cinco propuestas.

Actividad #6: “Cono al centro”.**Descripción:**

Se coloca al grupo en un círculo grande de aproximadamente 5 metros de diámetro, a cada alumno se le da una pelota, explicando que no es propia. Al interior del círculo se colocan tres conos dentro de un aro. La finalidad del juego es que tres alumnos resguarden cada uno de los conos, evitando que sean derribados por los alumnos del círculo exterior que lanzan sus pelotas. En el momento que todos los conos se encuentren tumbados, se ejecuta el cambio de roles.

Opciones de Aplicación:

- Aumentar el número de guardianes o el número de materiales a derribar.

Actividad #7: ¿Te gustan tus vecinos?**Descripción:**

Todo el grupo con un aro excepto un alumno; todos se colocan en círculo con el aro en el piso. El alumno que no tiene aro va preguntando a los demás si les gustan sus vecinos, si la respuesta es afirmativa sigue preguntando pero si es negativa todos se tienen que cambiar de aro; momento en el cual aprovecha el alumno que iba preguntando para ocupar un lugar en el círculo. El alumno que quede sin aro vuelve a iniciar la actividad. Los alumnos proponen distintas formas de desplazamientos al cruzarse a otros aros.

Opciones de Aplicación:

- Reducir o aumentar el tamaño del círculo.
- Modificar el número de alumnos que no tienen aro.
- Quitar aros en cada oportunidad.

3a Secuencia de trabajo.

La presente secuencia de trabajo afianza lo realizado a lo largo del presente grado. Mediante las estrategias didácticas utilizadas se estimula, mejora y amplía la base motriz del niño a través de la ejecución de habilidades motrices básicas. Así mismo se da pauta para propiciar la enseñanza recíproca entre los alumnos.

Actividad #1: “Baile–pausado”.**Descripción:**

Se dispersan los alumnos por el área y se disponen a moverse al ritmo de la música mediante las siguientes consignas:

-Bailar caminando o desplazándose.

-Bailar girando.

-Bailar saltando.

-Bailar reptando.

-Bailar saltando y girando.

-Bailar corriendo y saltando.

-Bailar saludando con distintas partes del cuerpo, ejemplo: de manos, nalgas, panza, etcétera.

Opciones de Aplicación:

- Con implementos tales como: paliacates, pelotas, etcétera.
- Bailar con su pelota.
- Bailar botando la pelota.
- Bailar lanzando y cachando con un paliacate o pelota.
- Bailar lanzando-girando y cachando el paliacate o pelota.
- Cada vez que se detiene la música todos permanecen inmóviles.
- En cada pausa los alumnos van indicando las distintas formas de bailar o manipular su implemento.

Actividad #2: “El juego de la cuerda”.**Descripción:**

Primero se proponen distintas formas de pasar de un lado al otro, saltando o esquivando la cuerda. Esta se coloca a distintas alturas; intentar pasar por parejas o tercias.

Se forman dos equipos, los cuales tienen que jalar la cuerda lo más fuerte que se pueda para hacer que el equipo contrario se mueva hacia ellos o pasen a un punto establecido.

Opciones de Aplicación:

- Se puede hacer un concurso de salto masivo de la cuerda, saltarla de manera individual, de distintas formas y por parejas, tercias, etcétera.

Actividad #3: “Frisbee lanzado”.**Descripción:**

En equipos de tres integrantes, buscar distintas formas de lanzar el frisbee y ponerlas en práctica. Por debajo de una pierna, de lado, por el suelo, rodando, etcétera.

Después utilizar los aros para buscar otras formas de lanzar el frisbee.

Se lanza o se rueda el aro y el frisbee debe pasar por en medio; intercambiando el aro por el frisbee (uno lanza el aro rodando y el otro el frisbee).

Desde cierta distancia buscar que el frisbee quede dentro de una zona acordada previamente.

Opciones de Aplicación:

- Jugar rayuela con el frisbee.
- Golpear algún objeto con el frisbee.
- Jugar Frisbee gol.

Actividad #4: “Jugando pelotas”. (Valoración del proceso de enseñanza-aprendizaje)

Descripción:

Se colocan cuatro estaciones en donde se patear y lanza en un tiempo de 8 a 10 minutos por estación el profesor se encarga de la toma del tiempo y de la observación.

Estación #1.- “Patear la pelota de vinil”.

Todos los alumnos tienen que patear la pelota con la punta del pie alternando; tratando de derribar un objeto determinado ya sea un bote u otro, o quedando en una marca que se determine ¿de cuántas formas se puede patear la pelota?

Estación #2.- “Patear la pelota de esponja por parejas”.

Por parejas tienen que pasar la pelota de esponja al compañero pero con cinco partes distintas del cuerpo ¿de cuántas formas puedo dar los pases? Ejemplo: nalgas, cabeza, pies, manos, etcétera.

Estación #3.- “Golpear, lanzar y cachar la pelota”.

En esta estación se lanza la pelota hacia arriba para recibirla con un golpe que va dirigido hacia un compañero, el cual la cacha, para que el pueda ejecutar la misma acción. ¿De cuántas formas puedo lanzar y cachar?

Estación #4.- “Golpear la pelota”.

Todos los alumnos golpean la pelota contra la pared, tomando una distancia determinada entre la pared y el alumno, para que esta vaya cambiando conforme realicen la actividad. ¿De cuántas formas puedo golpear con mi cuerpo?

BLOQUE 6:

“NOS RECONOCEMOS Y COMUNICAMOS”

Competencia en la que se incide: La corporeidad como manifestación global de la persona

PROPÓSITO:

El alumno reconoce la importancia de exteriorizar las diversas expresiones personales que le permiten comunicar emociones, ideas e imágenes que lo hacen auténtico, las demuestra a sus compañeros y analiza sus respuestas en función de sus estados de ánimo, intención y resultados presentados.

CONTENIDOS:

- Toma de conciencia de la importancia de su expresión corporal como vehículo de comunicación e interacción personal.
- Exploración de acciones en las que se hace un uso diferente y cargado de nuevos significados, de los segmentos corporales.
- Experimentación de las posibilidades y recursos expresivos del propio cuerpo a través del juego.
- Se acepta a sí mismo y participa en creaciones colectivas desde una perspectiva personal e integrada a su grupo.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Percibe y mueve su cuerpo, entiende el significado y la intención de sus acciones.
- Crea formas originales de expresión y comunicación.
- Expresa todo lo que le identifica y a través de aquello en lo que imprime su identidad.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Formas jugadas
- Circuitos de acción motriz
- Juegos de integración y socialización
- Juego de reglas
- Juego simbólico

MATERIALES:

Pelotas, grabadora, cd de música, colchonetas, bastones, botes de un litro, sábanas o tela grande, raquetas y pelotas.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- a) Iniciar el curso con una evaluación cualitativa del grupo y sus características en lo general.
- b) Que a partir de situaciones colectivas e individuales el niño logre desinhibirse progresivamente.
- c) Observar en las distintas propuestas la exteriorización de sentimientos y pensamientos.
- d) Que manifieste elementos que componen su realidad personal.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

A lo largo del presente bloque se desarrollan once actividades en donde el alumno explora formas variadas de expresión creativa y autoconocimiento así como el fortalecimiento de su cuerpo, su seguridad personal, autoestima, potencial creativo y construcción de recursos internos, y el conocimiento de sí mismo, sus límites y posibilidades. En este bloque el maestro:

- Promueve la desinhibición del niño iniciando con propuestas colectivas y en donde este se habitúa a la generación espontánea de ideas de índole expresiva.
- Se permite toda clase de aportación que el niño pueda hacer en términos de expresión, pues las respuestas necesariamente obedecen a su experiencia y realidad personales.
- El profesor observa que el gesto motor expresivo empleado por el alumno constituya un acto consciente de comunicación, reconociendo sus características simbólicas inherentes en las actividades propuestas.

1a Secuencia de trabajo.

Esta secuencia permite a los alumnos percibir, explorar, descubrir, mostrar y aprender de sus propios compañeros al crear y exponer sus juegos con movimientos que expresan intenciones, gustos y aficiones, lo que le permite dar a conocer y tener una noción más adecuada de sus diversas representaciones corporales.

Actividad #1: “Enséñame a jugar”. (Diagnóstico)

Descripción:

Para esta actividad se pide a los alumnos previamente que deben traer su juego o juguete preferido a la sesión de este día. La finalidad de la sesión consiste en que exista una enseñanza recíproca entre los mismos alumnos. La intención principal recae en la necesidad de socializar lo que cada alumno trajo, para lo cual, cada uno se encarga de dar a conocer su juguete o juego y de enseñar a jugar a tres compañeros del grupo, al mismo tiempo que él, debe de acercarse a conocer e intentar jugar tres juegos que traen sus demás compañeros.

Las características que debe de cumplir el juego, son las siguientes:

- Debe ser un juego con el cual se cree y despierte el interés a ser jugado por los demás, tratando de que no sea muy común o conocido, por ejemplo: pelotas o balones de fútbol, basquetbol o volibol.
- Debe ser un juguete o juego que pueda ser transportado fácilmente.
- Debe ser un juego que no represente peligro para los alumnos: juegos de química que contengan sustancias tóxicas o que se puedan romper causando lesiones a sí mismos.
- No deben ser juegos en donde sus contenidos sean demasiado pequeños que puedan ser ingeridos (canicas, fichas, etcétera).
- Se debe de tener en cuenta que cada alumno debe de hacerse responsable por el cuidado de su juego, así como por la pérdida del mismo.
- El profesor debe propiciar el interés en aquellos alumnos que sean más retraídos y dar la pauta para que todos puedan participar dentro de los distintos juegos.
- Se debe permitir el tiempo necesario para que los alumnos identifiquen las estructuras principales de cada juego que hayan elegido aprender, con el cual realmente se apropie del conocimiento transmitido por su compañero.

Actividad #2: “Sumando Movimientos”.

Descripción:

Se forman parejas y se colocan de frente. Cada alumno coloca su pelota a un costado.

La actividad comienza cuando se pide a los alumnos adoptar una posición totalmente inmóvil.

El profesor menciona que cuando la música comienza cada quien tiene que tomar su pelota y desplazarse por el lugar botándola, cuando la música se corta, los alumnos se corren con su pareja y permanecen nuevamente inmóviles, acción que se repite cada vez que la música se detiene.

Ahora los alumnos se encuentran inmóviles y se les pide que muevan su cuerpo de forma más específica y segmentada, aumentando y sumando acciones, por ejemplo:

- Mover dos dedos de cada mano.
- Que añadan el movimiento libre de la cabeza.
- Muevan un solo hombro.

Después de ésta combinación de movimientos se reanuda la música y en cada intervalo se propone una de las siguientes acciones:

Individuales.

- Saludando y abrazando al mayor número de compañeros posibles.
- Dar lentamente medios giros intentando chocar las palmas con los demás compañeros.
- Tocar el mayor número de rodillas sin que toquen las propias.
- Lanzar y cazar diversos implementos (paliacates, pelotas, aros, etcétera).
- Conducir una pelota con cualquier otro implemento (bastón, cono, etcétera).
- Golpear una pelota contra una pared de forma consecutiva con alguna parte del cuerpo

En parejas.

- Jalar a mi compañero con ambas manos hacia mi lugar.
- Intercambiar al mismo tiempo un implemento: lanzando, cachando o golpeando.
- Botar la pelota y cazar la de mi compañero antes de que bote un determinado número de veces.
- Lanzar una pelota de esponja y cazarla con un cono.

El alumno propone distintas acciones posibles a realizar y son tomadas en cuenta para que todos las realicen.

Las distintas acciones de segmentación corporal se mencionan con ayuda de los alumnos, intentando trabajar por separado el tren superior del inferior y tratando de iniciar con segmentos corporales generales para posteriormente terminar con los más específicos.

Actividad #3: “Reproducimos Sonidos Humanos”.

Descripción:

Los alumnos forman un círculo. Posteriormente se pide que efectúen distintas acciones que realizan ellos mismos o alguien conocido, acompañándolas de sus sonidos característicos: bostezar, toser, masticar, sonarse, sorber, roncar, hipar, hacer gárgaras, etcétera.

Opciones de aplicación:

- Los alumnos proponen distintas acciones a imitar. La finalidad de la actividad es que los alumnos expresen situaciones de experiencia propia, comparando y conociendo la de otros compañeros.

2a Secuencia de trabajo.

En esta secuencia de trabajo se muestran cuatro actividades, las cuales son propuestas por distintas estrategias didácticas que estimulan y afianzan la *identidad corporal de los alumnos; es aquí donde cada uno se reconoce, identifica y diferencia de los demás mediante la posibilidad de exteriorizar expresiones y particularidades que se suscitan en el propio juego.*

Actividad #1: “Identidad”.**Descripción:**

Se organizan los equipos, los cuales se distribuyen por las distintas estaciones. Después de cierto tiempo se da una indicación para realizar el cambio de estación.

El criterio para hacer los equipos es por gustos o aficiones de acuerdo al material que está en las estaciones.

Estación #1.- “Mi música”.

Con algunos botes los niños van creando diferentes sonidos, los cuales después van cambiando para realizar una propuesta.

Estación #2.- “Inventores”.

Se ponen distintos tipos de implementos, mismos que utilizan los alumnos para crear algunas actividades o juegos de acuerdo a su experiencia e ideas.

Estación #3.- “Mimo”.

El trabajo en esta estación consiste en imitar a un mimo. Todas las actividades que se les ocurran o que los niños puedan hacer, (cocinar, lavar el coche, manejar, etcétera).

Estación #4.- “Construye tu canoa”.

Con ayuda de una colchoneta y bastones, los alumnos deben buscar alguna forma de construir una canoa que les permita desplazarse sin bajar de ella.

-Se pueden ir colocando bastones bajo la colchoneta para que sea más fácil moverse, impulsándose con otros bastones. (Como elaborando un camino o pelotas de esponja).

Estación #5.- “Cuéntame tu cuento”.

Con ayuda de distintos materiales, cada alumno tiene la oportunidad de crear una historia, la cual van representando con sus demás compañeros. Puede ser

desde vacaciones en la playa, un paseo o algo que les haya gustado o los identifique.

-Se van alternando para que todos puedan participar.

Actividad #2: “El mundo al revés”.**Descripción:**

Los alumnos se mueven libremente por el espacio de juego. El maestro mencionara diversas actividades a realizar. Por ejemplo: sentarse, guardar silencio, alejarse, agruparse, etcétera. Los alumnos deben llevar a cabo lo contrario de lo que se les indique (ir a la esquina del patio, dar una vuelta a la portería, caminar con pasos muy largos, ir de prisa, etcétera).

Actividad #3: “Te conozco en ochenta vueltas”.**Descripción:**

Se forman dos círculos mixtos, uno por fuera y otro por dentro, todos los alumnos de cada círculo se toman de las manos y se desplazan en dirección contraria al otro círculo (uno a la derecha y el otro a la izquierda), sin perder su lugar, teniendo que realizar acciones como:

-Desplazarse lateralmente.

-Corriendo y brincando.

-Desplazarse mientras se lanza y cacha una pelota o cualquier otro implemento.

-Equilibrar un objeto sobre la palma de la mano, etcétera.

Cuando la música se detiene, un alumno queda de frente a otro del círculo opuesto. En este momento ambos conversan sobre temas propuestos inicialmente por el profesor; se proponen temas como:

-Sobre su mascota (nombre, tamaño, edad, sus gracias, lo que les gusta hacer con ellas, a que juegan).

-Su caricatura favorita (¿Cuál es?, ¿Qué sucede en dicha caricatura?).

-Su súper héroe favorito (¿Quién es?, ¿Qué poderes tiene?).

-Su actividad o juego favorito (¿Cuál es?, ¿Dónde lo juega?, ¿Con quién lo juega?).

-Algo extraordinario que pueden hacer (Doblar la lengua de taquito, mover orejas o nariz, producir un sonido, etcétera). Entre las propuestas antes mencionada, se pide a los alumnos que mencione posibles temas a desarrollar.

Opciones de aplicación:

- Realizar la conversación con o sin el uso de manos o gestos.
- Realizar la conversación sin hablar, únicamente con señas.

Actividad #4: “Trabajando”.**Descripción:**

Primero, de forma individual, los alumnos van proponiendo algunas acciones que se pueden representar, de acuerdo a su experiencia a las cosas que lo identifica. ¿Qué hacemos en un día?

-Bañarse, lavarse los dientes, viajar en auto, comer, dormir, ayudar en casa, ir a un mandado, estudiar.

Por parejas, uno de los integrantes elije un trabajo para especificar con algunas secuencias muy significativas de la elección que hizo.

Los alumnos sincronizan sus movimientos para realizar esta representación. Al terminar el otro alumno elige una nueva acción.

Opciones de aplicación:

- Generar algunas propuestas por equipos que sean acordes a la identidad de los miembros de éste. (Con material adoptar sus representaciones)

3a Secuencia de trabajo.

La finalidad de la presente secuencia de trabajo es que el alumno dé cuenta y reconozca sus capacidades en relación a la de los demás, a la vez que valora y respeta las ideas, posibles soluciones y creaciones que se propician en los distintos juegos. Se da un sentido simbólico a los objetos a modo de crear nuevos significados a los objetos. El empleo de diversos materiales como extensión de su identidad. Así mismo se pretende que lo adquirido en las sesiones pueda ser trasladado a ámbitos reales de vida.

Actividad #1: “El fantasma de las sabanas”.

Descripción:

Se coloca el grupo por equipos; cada equipo tiene una sabana o un pedazo de tela grande, el cual utiliza para cubrirse.

Estos equipos tienen que formar una figura que van diciendo, por ejemplo un círculo, un cuadrado, un triángulo, etcétera.

Después cada equipo debe buscar algunas cosas más complejas que puedan realizar. Algunas opciones pueden ser:

-Tortuga, caballo, pez, cien pies.

-Una botella, una estrella, una silla, mesa, una cara, un pantalón, un botón.

Opciones de aplicación:

- Se puede manipular la sabana para que la figura sea mejor.
- Cada equipo puede darle movimiento a su objeto para después desplazarse.
- Un niño puede estar por fuera organizando (Carrusel, automóvil, tostador, ola del mar).

Actividad #2: “Raquetas y pelotas”.

Descripción:

A cada alumno se le da el material para que empiece a explorar distintas posibilidades de utilizarlo de acuerdo a su experiencia. Golpear la pelota sin que se caiga, golpear la pelota hacia arriba, al frente y hacia un lado.

Por parejas buscar distintas formas de pasarse la pelota sin desplazamiento/con desplazamiento.

Interactuar entre grupos de dos o cuatro parejas.

Opciones de aplicación:

- Crear los implementos con material reciclado (cartón, periódico, papel).
- Utilizar gallitos, pelotas de papel o de algún otro material para la actividad.

Actividad #3: “Te vendo mi pollo”.

Descripción:

Se colocan “x” número de equipos en hilera. El primero le dice a su compañero contiguo, “Te vendo mi pollo” y él le contesta, “pica o no pica”, respondiendo “no pica”, “pues te lo compro”, “pues te lo vendo”: y le entrega un objeto al terminar la secuencia.

Opciones de aplicación:

- Lo tienen que hacer representando diferentes emociones, por ejemplo: enojados, tristes, alegres, cansados, etcétera.

Actividad #4: “Enséñame a jugar”. (Valoración del proceso de enseñanza-aprendizaje)

Descripción:

Para esta actividad se pide a los alumnos previamente que deben traer su juego o juguete preferido a la sesión de este día. La finalidad de la sesión consiste en que exista una enseñanza recíproca entre los mismos alumnos. La intención principal recae en la necesidad de socializar lo que cada alumno trajo, para lo cual, cada uno se encarga de dar a conocer su juguete o juego y de enseñar a jugar a tres compañeros del grupo, al mismo tiempo que él, debe de acercarse a conocer e intentar jugar tres juegos que traen sus demás compañeros.

Las características que debe de cumplir el juego, son las siguientes:

-Debe ser un juego con el cual se cree y despierte el interés a ser jugado por los demás, tratando de que no sea muy común o conocido, por ejemplo: pelotas, fútbol o balones.

-Debe ser un juguete o juego que pueda ser transportado fácilmente.

-Debe ser un juego que no represente peligro para los alumnos: juegos de química que contengan sustancias tóxicas o que se puedan romper causando lesiones a sí mismos.

-No deben ser juegos en donde sus contenidos sean demasiado pequeños que puedan ser ingeridos (canicas, fichas, etcétera).

-Se debe de tener en cuenta que cada alumno debe de hacerse responsable por el cuidado de su juego, así como por la pérdida del mismo.

-El profesor debe propiciar el interés en aquellos alumnos que sean más retraídos y dar la pauta para que todos puedan participar dentro de los distintos juegos.-Se debe permitir el tiempo necesario para que los alumnos identifiquen las estructuras principales de cada juego que hayan elegido aprender, con el cual realmente se apropie del conocimiento transmitido por su compañero.

BLOQUE 7:

AHORA SÍ, ¡JUGUEMOS A LOS RETOS!

Competencia en la que se incide: Control de la motricidad para el desarrollo de la acción creativa

PROPÓSITO:

Facilitar actividades para que el alumno realice diferentes patrones de movimiento y construya formas originales para resolver problemas y tareas motrices. Explore alternativas lúdicas y construya respuestas adecuadas a su desarrollo motor.

CONTENIDOS:

- Identificación, comprensión y búsqueda de soluciones ante situaciones problema de carácter cognitivo o motor, poniéndolas a prueba con los compañeros.
- Control de sus desempeños motores para crear formas originales de solución a retos motores.
- Aceptación del hecho que supone que la colaboración y la capacidad para escuchar a los demás, se pueden construir en equipo con alternativas de solución.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Entiende que ante un problema debe buscar no sólo una posible solución, sino varias en función de sus propias posibilidades y patrones básicos de movimiento.
- Reconoce como valiosas las aportaciones que le hacen sus compañeros al planteamiento presentado.
- Establece lazos de comunicación oral a través de los cuales el trabajo colaborativo incrementa sus relaciones sociales y afectivas.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Formas jugadas
- Juego simbólico
- Juego de persecución
- Circuito de acción motriz
- Juego de reglas
- juegos de interacción y socialización.

MATERIALES:

Cuerdas, periódico, pelotas de vinil y esponja, colchonetas, botes o conos, botellas de plástico.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- Analizar la capacidad de comunicación entre los alumnos del grupo.
- Observar la creatividad en la resolución de problemas tanto en lo individual como en lo colectivo.
- Comprobar la capacidad para organizar actividades y proponer a partir de su competencia motriz soluciones.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

La creatividad es un elemento fundamental dentro de la sesión de educación física, permite estimular en el alumno, la búsqueda de repuestas distintas para un mismo problema, con lo que se enriquece su experiencia motriz. Partiendo de su propia realidad, del nivel de desarrollo y maduración, se fomenta la construcción de su competencia motriz, permitiendo que el niño se sienta capaz y tenga las posibilidades de actuación en distintos contextos. Dentro del bloque se proponen doce actividades que abarcan los elementos anteriores, por lo tanto el profesor:

- Observa que los indicadores de la creatividad parten de la propia investigación y resultados que el niño ofrece de su interacción con los objetos, el medio y sus compañeros en las condiciones planteadas dentro de las actividades.
- Retoma las propuestas de los alumnos para flexibilizar la propuesta original, con lo que mejoren las expectativas iniciales de la actividad.
- Utilizar la hipótesis de la variabilidad en donde el profesor modifica intencionadamente las condiciones de los programas motrices empleados.

1a Secuencia de trabajo.

La siguiente secuencia permite a los alumnos estimular sus patrones básicos de movimiento al ejecutar las acciones propuestas por el maestro y los alumnos, creando nuevas acciones motrices al enfrentar y experimentar situaciones novedosas.

Actividad #1: “Las lianas”.

Descripción:

Se distribuye material por toda el área de trabajo y comenzamos la actividad con la consigna de que nadie puede tocar las cuerdas que están colocadas. ¿Qué podemos hacer para avanzar entre ellas?

Después cada alumno toma una cuerda y comienza a trabajar haciendo dibujos en el suelo y tratan de saltarlos, correr o caminar sobre su dibujo. De igual forma por parejas; además de que pueden buscar otras posibilidades de utilizar la cuerda y distintas maneras de moverse compartiendo la cuerda. Crear figuras con las cuerdas.

Opciones de aplicación:

- Utilizar distintas habilidades motrices para el trabajo.
- Por grupos crear alguna actividad para mostrar a los demás alumnos.

Actividad #2: “El circo”. (Diagnóstico)

Descripción:

Se comienza por preguntar a los alumnos ¿Conocen el circo?, después ¿Qué es lo que han visto en él?

Podemos enseñar un dibujo sobre una carpa de circo para después comenzar la actividad.

Primero.- Encontramos el desfile del circo. Para esto, con ayuda de periódico vamos a construir nuestro vestuario. En seguida vamos a desfilas por toda la ciudad con todos los animales y actores.

Segundo.- Vamos a preparar la función, para ello practicamos todos los actos:

-Malabaristas con distintas pelotas, vamos a inventar acciones que podemos presentar.

-Payasos, vamos a representar algunas cosas chuscas que recordemos o inventemos.

-Trapecistas, como es un acto muy peligroso vamos a hacerlo con mucho cuidado. Vamos a saltar de un lugar a otro de todas las formas que podamos lograrlo.

-Domadores, vamos a buscar algunos animales peligrosos para poderles enseñar algunas acciones que sean atractivas para la gente que viene a la función.

-Animales, hacen aparición el resto de animales del circo, elefantes, changos, perros, caballos; cada uno de ellos realiza los actos más audaces que han creado de acuerdo a sus posibilidades.

-Por último, hora del show.

Todos los alumnos salen a escena y representan la acción que más les agrado de todas las posibilidades que han realizado y que se les ocurran.

Se termina el show y comenzamos a levantar el circo. No sin antes agradecer al público.

El profesor actúa de mediador en el momento en que los alumnos manifiesten dificultad para llevar a cabo las tareas.

Actividad #3: “Día y noche”.

Descripción:

A la derecha está el día y a la izquierda la noche. Los jugadores en el centro. El maestro da ideas para ir al día o a la noche. Por ejemplo, si el maestro dice una actividad como puede ser el almuerzo, los participantes van al lugar del día.

Otras actividades pueden ser: me acuesto, me pongo la pijama, voy a clase, desayuno, etcétera.

Actividad #4: “Todo lo que puedo hacer”.

Descripción:

Estación #1.- “Mensajes”.

Se dividen en dos grupos; estos se colocan en lados opuestos del área y lo que se pretende es que uno de los grupos transmita un mensaje al otro utilizando su cuerpo para enviar señales. Ejemplo de mensaje: “Juan es mi amigo” o “Mañana es Viernes”.

Estación #2.- “Personajes”.

Se colocan diferentes tipos de materiales por toda la estación. Los alumnos tienen que ir creando distintos personajes que ellos conozcan, por ejemplo superman, abuelita, magos, payasos, etcétera.

Estación #3.- “Chitón”. Se pueden colocar algunas tarjetas o simplemente los niños van proponiendo acciones. Por turnos cada alumno pasa a representar una acción (dormir, saltar, correr, etcétera). Utilizando únicamente mímica, posteriormente los demás deben adivinar.

También pueden ser oficios, películas o canciones.

Estación #4.- “Carrera de animalitos”.

Se ponen en hileras y cada alumno escoge un animal para participar en una carrera.

De acuerdo al animal que escojan es la forma en que se desplazan.

Estación #5.- “La tortuga más lenta”.

Los alumnos que se encuentran en esta estación deben imaginar que son tortugas y por lo tanto sus movimientos deben ser lo más lento posibles.

También se coloca material para que los alumnos interactúen con éste y que puedan crear otras formas de llevar a cabo esta estación.

Estación #6.- “Surfing”.

Con ayuda de una colchoneta (preferentemente) un alumno se coloca adoptando una posición y los demás mueven la colchoneta para lograr que su compañero pierda su posición.

Puede ser parado, sentado, acostado y demás posibilidades que surjan.

A la indicación se cambia de estación.

Por último se da un espacio para que los niños vayan a la estación que más les agrado y modifiquen algunos elementos para poder realizarla.

2a Secuencia de trabajo.

La segunda secuencia consta de tres actividades: ¿Quién atrapa?, gansos y escopetas y súper-héroes. Tiene como finalidad hacer que los alumnos desarrollen diversos patrones básicos de movimiento, realicen diversas actividades de ajuste postural y desarrollen el trabajo cooperativo. A lo largo de esta secuencia deben echar andar además de su imaginación, la representación simbólica y su capacidad de organización en equipo.

Actividad #1: “¿Quién atrapa?”

Descripción:

Se les entrega a todos los alumnos un bote o cono y una pelota de esponja, les damos algunos minutos a los alumnos para reconocer el material.

En seguida, con ayuda del profesor, se van buscando nuevas formas de trabajo:

-Recoger la pelota del suelo con el bote.

-Lanzar y cachar (una mano lanza y la otra atrapa) ¿De qué formas podemos hacerlo?

-Botar la pelota y después atrapar con el bote. ¿Qué podemos variar a la hora de botar?

-Lanzar la pelota, girar el bote y atrapar la pelota.

-Mantener distintas alturas en el lanzamiento.

-Con el bote invertido se busca manipular la pelota sin que caiga/botándola contra el piso.

Por parejas.

Se intercambian la pelota entre compañeros de distintas formas:

-Uno lanza y otro atrapa. ¿De qué formas podemos hacerlo?

-Se patear la pelota y el otro compañero busca atraparla. ¿Cómo podemos hacerlo? ¿Qué podemos variar?: pierna que lanza, distancia, trayectoria de la pelota, posición del cuerpo...

-Los dos alumnos lanzan la pelota hacia arriba, cambian de lugar y atrapan la pelota del otro compañero.

-Uno lanza ambas pelotas y el otro debe atraparlas con un bote o dos.

-Uno lanza la pelota por el suelo y el otro debe alcanzarla y atraparla.

Por equipos.

-Uno se coloca de espaldas y lanza la pelota al aire, los demás deben tratar de atraparla con su bote.

-También se puede decir el nombre de algún compañero el cual es el que debe atrapar la pelota.

-Amarrar un bote en la cintura y se van lanzando las pelotas tratando de cacharlos con los botes.

Opciones de aplicación:

- Búsqueda de otras alternativas para utilizar este material por parte de cada equipo. Los cuales después van a mostrarse al resto de los equipos. Ejemplo: Quemados con botes; si meten la pelota en mi bote no puedo moverme hasta que un compañero saque ésta.
- Encesta en mi bote: por equipos se eligen dos representantes que tienen los botes en la cintura. La finalidad es anotar en los botes del equipo contrario.

Actividad #2: “Gansos y escopetas”.

Descripción:

Los alumnos eligen a una pareja. A uno de ellos se les proporciona un aro y al otro una pelota. Ambos alumnos se colocan a una distancia de 3 a 5 mts. El compañero del aro lo sostiene a ras del suelo permitiendo que su compañero intente hacer pasar la pelota a través del mismo. La altura y la distancia son consideraciones que definen los alumnos.

Opciones de aplicación:

- Realizar la misma acción lanzando el aro al aire.
- Variar tamaño y peso de los materiales.

Actividad #3: “Super-héroes”.

Descripción:

Se les pregunta a los niños si saben ¿Qué es un super-héroe y cuáles conocen? La actividad comienza distribuyendo al grupo por equipos que se conforman según los super-héroes. A partir de consignas se trabaja la sesión.

Equipo.- “Los Bati-chicos”.

¿Qué cosas pueden hacer Batman y Batichica?

¿A qué villano vamos a atrapar?

¿Qué retos vamos a superar para ayudar a la gente?

Equipo.- “Los Súper-chicos”.

Superman y la mujer maravilla pueden:

- Volar.
- Usar súper fuerza.
- Usar velocidad máxima.
- Usar súper oído (escuchar cosas que otros no).

Equipo.- “Chicos Araña”.

- ¿Cómo viaja el hombre y la mujer araña?
- Los chicos araña, ¿Cómo atrapan a los malos?
- ¿Qué es lo más difícil que puede hacer el hombre y la mujer araña?

Equipo.- “Los Gemelos Fantásticos”.

- ¿Qué pueden hacer los gemelos fantásticos?
- ¿Cómo ayudan a sus amigos?
- ¿Qué se les ocurre que no puedan hacer?

Equipo.- “Mi héroe Favorito”.

Cada alumno elije a su héroe favorito para representarlo. La única consigna es que no puede haber contacto físico entre ellos.

Los alumnos deben construir sus acciones a partir de lo que saben y lo que pueden hacer. El maestro debe guiar el trabajo que realizan.

Por último se forma “La Liga de la Justicia”. Todos los súper-héroes interactúan mostrando sus mejores habilidades.

Opciones de aplicación:

- Se deben de ir cambiando los personajes para que puedan experimentar esta gama de posibilidades.
- Se coloca material que ayude a incrementar la creatividad. (Cajas, mesas, paliacates, pelotas, conos, etcétera).

3a Secuencia de trabajo.

Esta secuencia de trabajo consta de cinco actividades incluyendo una de evaluación. Se trata de enfatizar otro tipo de patrones básicos no manejados en la anterior secuencia. A través de la hipótesis de la variabilidad, utilizarlos ya sea en juegos individuales o actividades grupales. La utilización de la regla se convierte en un elemento estructural fundamental para comprender la lógica del juego y su aplicación en la enseñanza de los valores.

Actividad #1: “No te equivoques amigo”.

Descripción:

Por parejas, uno se coloca detrás del otro imitando toda acción que éste realice durante un lapso de tiempo con diferentes materiales, por ejemplo:

- Pelotas (lanzar, cachar, patear, botar, rodar, golpear, etcétera).
- Bastones (balanceo, voltear, empujar, jalar, etcétera).

-Frisbees (lanzar, cachar, rodar, girar, etcétera).

-Aros (girar, rodar, etcétera).

-Otros materiales: paliacates, resortes, pelotas de esponja, conos, etcétera.

Opciones de aplicación:

- Desplazarse en distintas direcciones.
- Realizar la actividad con música y al termino de esta cambiar roles y materiales.

Actividad #2: “Boliche”.

Descripción:

Se forman equipos de cuatro a seis integrantes. A una distancia de tres a cinco metros de donde se lanza la pelota se colocan pinos de boliche (conos o botellas de plástico). La finalidad es intentar derribar el mayor número de pinos posibles; por turnos, de cada integrante del equipo. Aquellos integrantes que ya hayan pasado, ayudan a levantar los pinos para dar mayor fluidez al juego. Los alumnos inventan formas de lanzar, por ejemplo: de espaldas y por entre los pies, desde posición de sentados, a dos manos, etcétera.

Opciones de aplicación:

- Los niños se colocan como “pinos humanos” y al ser derribados se tiran al suelo.

Actividad #3: “Patinaje reciclado”.

Descripción:

Para esta actividad es necesario pedir con anticipación a cada alumno, dos botellas de plástico vacías.

Se propone que los alumnos:

- Reboten la botella al suelo e intenten agarrarla.
- Intenten que la botella gire mientras la lanzan y vuelven a cacharla.
- Lanzan la botella, dando un cierto número de vueltas en el aire y la cachan.
- Golpean la botella contra el suelo y escuchan los distintos sonidos que esta provoca, posteriormente las golpean entre ellas.
- Aplastar la botella intentando dejarla lo más plana posible.
- Se coloquen una botella en la planta de su pie por debajo de su tenis y se desplacen sin que esta se zafe o salga de su lugar.
- Se colocan ambas botellas y se desplazan intentando patinar.
- Se desplazan en distintas direcciones.
- Se toman con uno o dos compañeros más.
- Se trasladan entre obstáculos.
- Que se jalen entre compañeros de la mano o con una cuerda.

Opciones de aplicación:

- Se da tiempo para que los alumnos creen nuevos juegos e interactúen entre sí.

-Se debe de comentar lo que cada uno hizo y reanudar la actividad para que los alumnos conozcan nuevas posibilidades a través de sus compañeros.

Actividad # 4: “Quitando pelotas”.

Descripción:

Todos los alumnos se desplazan libremente por el espacio lanzando la pelota al aire y cachándola continuamente sin que ésta se caiga al suelo, desplazándose adelante, atrás, agachados, de lado, etcétera.

En un segundo momento, hay que intentar golpear la pelota de diez compañeros al momento en que estos la lanzan, cuidando de que no golpeen la propia. Se indica al alumno que no vale tocar a nadie, ni dejar de lanzar la pelota por más de cinco segundos.

Los alumnos proponen nuevas formas de desplazarse, por ejemplo: de puntitas, saltando, girando, etcétera; ya que esta es la única forma de ir de un lado a otro.

Actividad # 5: “El circo”. (Valoración del proceso enseñanza-aprendizaje)

Descripción:

Se comienza por preguntar a los alumnos ¿Conocen el circo?, después ¿Qué es lo que han visto en él?

Podemos enseñar un dibujo sobre una carpa de circo para después comenzar la actividad.

Primero.- Encontramos el desfile del circo. Para esto, con ayuda de periódico vamos a construir nuestro vestuario. En seguida vamos a desfilar por toda la ciudad con todos los animales y actores.

Segundo.- Vamos a preparar la función, para ello practicamos todos los actos:

-Malabaristas con distintas pelotas, vamos a inventar acciones que podemos presentar.

-Payasos, vamos a representar algunas cosas chuscas que recordemos o inventemos.

-Trapecistas, como es un acto muy peligroso vamos a hacerlo con mucho cuidado. Vamos a saltar de un lugar a otro de todas las formas que podamos lograrlo.

-Domadores, vamos a buscar algunos animales peligrosos para poderles enseñar algunas acciones que sean atractivas para la gente que viene a la función.

-Animales, hacen aparición el resto de animales del circo, elefantes, changos, perros, caballos; cada uno de ellos realiza los actos más audaces que han creado de acuerdo a sus posibilidades.

-Por último, hora del show.

Todos los alumnos salen a escena y representan la acción que más les agrado de todas las posibilidades que han realizado y que se les ocurran.

Se termina el show y comenzamos a levantar el circo. No sin antes agradecer al público.

El profesor actúa de mediador en el momento en que los alumnos manifiesten dificultad para llevar a cabo las tareas.

SEGUNDO GRADO

Yo creo que habría que inventar un juego en el que nadie ganara. Jorge Luís Borges

BLOQUE 8:

¡DESAFIANDO PRUEBAS!

Competencia en la que se incide: Expresión y desarrollo de las habilidades y destrezas motrices

PROPÓSITO:

Que el alumno sea capaz de realizar actividades a través de las cuales logre desarrollar sus habilidades motrices básicas, al participar en circuitos de acción motriz, formas jugadas y actividades en grandes grupos.

CONTENIDOS:

- Reconocimiento de las habilidades motrices básicas: correr, saltar, lanzar, golpear y ponerlas a prueba en diferentes situaciones ludomotrices.
- Elaboración y puesta en práctica de patrones motores como respuesta a las demandas de las situaciones–problema implícitas en diferentes contextos de acción.
- Implicación en las actividades desde el entusiasmo, la autosuperación y el respeto hacia sus compañeros.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Incrementa su repertorio locomotriz, manipulativo y de estabilidad, que le permite acrecentar su base motriz y proponer nuevas formas de ejecución.
- Mejora la ejecución de las habilidades motrices básicas estimuladas y experimenta en actividades de confrontación, ya sea en grupos pequeños o en grandes grupos.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Circuitos de acción motriz
- Formas jugadas
- Juegos de reglas
- Gymkhana
- Juego tradicional

MATERIALES:

Aros, pelotas de vinil y de esponja, cuerdas, cartulinas, papel, globos, frisbees, llantas, resortes, costalitos, objetos pequeños o piedras, tela grande o colchoneta, pedazos de cartón grandes.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- a) observar cuales son las habilidades motrices que mejor realiza.
- b) Considerar aquellas habilidades donde el grupo tiene dificultades para su ejecución. Aplicar un ludograma para observar el grado de participación de los alumnos con limitaciones o dificultades en las tareas presentadas.
- c) Observar la participación individual y grupal en el desarrollo de los circuitos.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

El trasladar lo aprendido dentro de la sesión de educación física a otros ámbitos de actuación permite que el alumno construya su conocimiento a partir de la utilidad que este le representa, implicando un mayor significado para él. Un patrón motor es una expresión que se refiere a los elementos habituales que aparecen en muchas habilidades. La educación primaria es un período de la vida de refinamiento de habilidades motrices que se puede acelerar y perfeccionar con el aprendizaje. El presente bloque cuenta con diez actividades en las que el docente orienta el trabajo sobre:

- La riqueza de movimientos, situaciones y experiencias que resultan fundamentales para el tratamiento de las habilidades motrices.
- El tratamiento de los aspectos perceptivos y las habilidades motrices exigen vivenciar las propuestas, pues solo a través de la experiencia motriz es posible realizar los aprendizajes de los contenidos referidos a ellas.

1a Secuencia de trabajo.

Esta secuencia consta de cuatro actividades, su finalidad es observar en el alumno la construcción de sus habilidades motrices básicas. A través de movimientos de locomoción, manipulación y de estabilidad se pretende que el alumno explore todas las posibilidades e incremente su bagaje motriz.

Actividad #1: “Circuito de pelotas”. (Diagnóstico).

Descripción:

Se divide al grupo en 5 equipos mixtos. Cada equipo realiza la acción correspondiente al reto. Cada 3 a 5 minutos se realiza un cambio.

Estación #1.- “Bota y rebota”.

Los alumnos se colocan frente a una pared y a una distancia de 2 a 3 metros colocan un aro frente a ellos, con una pelota e intentan hacerla botar dentro del aro para que posteriormente rebote en la pared y cacharla.

Opciones de aplicación:

- Alejar el aro de la pared.
- Alejar al alumno del aro.

Estación #2.- “El péndulo”.

Se coloca un aro amarrado de una cuerda y colgado a una altura de 1-3 metros, un alumno avienta el aro de un lado a otro, mientras los demás intentan hacer pasar una pelota a través del aro. Se cambian roles.

Opciones de aplicación:

- Proporcionar diversos materiales.

Estación #3.- “Tiro al blanco”.

Previamente se dibuja sobre una pared o en una cartulina círculos de distintos diámetros; cada círculo puede tener un color o un número específico. Los alumnos se alejan de 2 a 3 metros y lanzan un pedazo de papel mojado a manera de que quede pegado en alguno de los círculos. ¿Cuántos puntos podemos alcanzar sumando los de todo el grupo? ¿Qué formas de lanzarnos permiten lograr más aciertos?

Opciones de aplicación:

- Los alumnos eligen como reto intentar atinarle a un color o número específico, desde varias distancias o posiciones.

Estación #4.- “Recolector de pelotas”.

Se forman parejas, un compañero de la pareja lanza la pelota lo más alto que pueda y el otro intenta introducir la pelota en una bolsa o saco sujetado por ambas manos.

Opciones de aplicación:

- Golpear la pelota con los pies.
- Rebotar la pelota en el piso y cacharla antes de tres botes.
- Rebotar la pelota sobre la pared.
- Utilizar aros y rebotarla en la pared.
- Blanco y diana.

Estación #5.- “Yo sí puedo”.

Se forman parejas. Un compañero propone una acción seguida de un lanzamiento, por ejemplo: ¿Tú puedes lanzar la pelota y hacer que esta caiga sobre tu cabeza? El otro compañero responde: “Yo sí puedo” e intenta realizar la acción para lo cual tiene tres oportunidades. Se continúan proponiendo acciones por parte de ambos alumnos de manera alternada. Se trata de crear condiciones para que compartan sus habilidades y su saber y para que se inicien procesos de tutoría entre iguales.

Opciones de aplicación:

- Los alumnos deciden el número de oportunidades y la altura de los lanzamientos.
- En un momento el profesor propone un reto a todos.

Estación #6.- “No te quedes quieto”.

Se da un globo por alumno. Los alumnos escogen una pareja. A una señal propuesta por ellos, comienzan a golpear el globo intentando mantenerlo el mayor tiempo posible en el aire, pudiendo desplazarse de un lado a otro, se indica que el globo puede botar en el suelo, siempre y cuando no permanezca inmóvil, ya que en ese momento el otro compañero gana un punto. Podría sustituirse por un reto compartido de carácter cooperativo: Golpeando el globo de forma alternativa dentro de la pareja ¿Cuánto tiempo podemos mantenerlo en movimiento? ¿Y si lo intentamos con dos globos?

Opciones de aplicación:

- Se juega con un globo grande.
- Se juega por parejas, con un globo para cada una.
- Se puede jugar con pelotas grandes, ligeras y bien infladas; realizarlo en parejas.

Actividad #2: “Pelota creativa”.

Descripción:

Proporcionamos a cada alumno una pelota de esponja y vamos lanzando consignas por medio de algunas preguntas ¿Qué podemos hacer con una pelota de esponja? Los niños van proponiendo distintas actividades que son realizadas por los demás.

¿Somos capaces de lanzar la pelota y atraparla dando varias palmadas antes de que caiga? Intentamos ahora intercambiando la pelota con un compañero. Lo intentamos lanzando contra la pared o haciendo que choquen las pelotas en el aire.

Opciones de aplicación:

- Utilizar algún objeto para manipular las pelotas.
- Trabajar por parejas, cuartetos o equipos de mayor número de integrantes.

Actividad #3: “Marineros a la mar”.

Descripción:

Se divide el área en 3 zonas: El barco, el mar y el ataque.

Los niños van a dirigirse según las indicaciones que el profesor va proponiendo, de acuerdo a las zonas en que se divide el área.

El profesor puede engañar a los alumnos señalando una zona y mencionando otra.

Después de que se identificó la actividad se proponen otras alternativas en las que se tenga que realizar una acción específica según la zona que se mencione.

-Barco: Se mantiene botando una pelota.

-Mar: Estamos pateando la pelota.

-Ataque: Lanzando y cachando la pelota.

Opciones de aplicación:

- Podemos reducir el tamaño de las zonas.
- Modificar las acciones que se realizan en cada lugar.
- Equilibrar el implemento.

Actividad #4: “Lanzando Frisbees”.

Descripción:

Previamente se colocan cuerdas largas que atraviesan el patio colocadas a distintas alturas. A cada una de estas se le amarran muchos aros que cuelgan de ellas. Se divide al grupo en 2, cada uno de ellos de un lado de las cuerdas. La finalidad del juego es hacer pasar los frisbees por alguno de los aros.

Se pide a los alumnos que cada vez que logren anotar, varíen la forma de lanzar. Se detiene el juego y los alumnos comentan cuáles formas de lanzamiento han realizado.

Opciones de aplicación:

- Otorgar un valor numérico a cada color de aros y que los alumnos intenten superar su propio puntaje.

2a Secuencia de trabajo.

La siguiente secuencia consta de dos actividades: “circuito de habilidad y Gymkhana”. Estas dos grandes actividades invitan al alumno a experimentar diferentes retos y poner a prueba sus habilidades. La confrontación de equipos desarrolla no solamente el trabajo cooperativo, sino además el reconocimiento al esfuerzo de los otros. Las diversas opciones de aplicación permiten que tanto el docente como los alumnos sugieran nuevos retos y alternativas de confrontación.

Actividad #1: “Circuito de estabilidad”.

Descripción:

Se divide el grupo en 5 equipos, dando la posibilidad de que cada quien juegue con quien desee. Cada equipo realiza la acción correspondiente a la estación correspondiente. Los cambios se efectúan de 4 a 6 minutos.

Estación #1.- “Todo marcha sobre ruedas”.

Se colocan tantas llantas como alumnos (aprox. 6-8 llantas). Se colocan las llantas juntas al centro y cada alumno pisando por encima de éstas, tiene que desplazarse e intentar tocar alguna parte del cuerpo de los demás, por ejemplo: “tocar rodilla, cabezas, espalda, etcétera.” Sin dejar que toquen las suyas. La finalidad es que los alumnos no toquen el suelo mientras realizan distintas acciones.

Opciones de aplicación:

- Saludar mediante abrazos, desplazarse simulando bailar.

Estación #2.- “Encantados” (juego tradicional).

Un alumno intenta tocar a los demás, mientras todos se alejan lo más posible de él. El jugador que ha sido tocado inmediatamente para la marcha permaneciendo inmóvil, pudiendo reanudar la marcha al ser tocado por un jugador que no se encuentra encantado. El juego acaba cuando todos han sido encantados.

Opciones de aplicación:

- Dos o tres ahora son los que encantan, los alumnos se desplazan en parejas sin poder soltarse.

Estación #3.- “Enséñame tu figura”.

Se les da un resorte el cual deben de mantener tenso sin tocarlo con las manos, solamente utilizando su cuerpo.

-Primero deben de girar y desplazarse sin dejar de tener contacto con el resorte.

-Después los alumnos dibujan algunas figuras u objetos con ayuda del resorte.

-Por último se combinan las dos tareas previas, dibujos o figuras con desplazamientos.

Opciones de aplicación:

- Se hace en diferentes posiciones: sentados, parados, en cuclillas, hincados, etcétera.

Estación #4.- “Resorte” (juego tradicional).

Se dejan dos resortes en el lugar. Dos alumnos colocan uno por detrás de sus tobillos manteniéndolo tenso. Un compañero salta bajo la siguiente secuencia:

- Se da un salto intentando que un pie quede dentro y uno fuera.
- Se da un salto intentando que el pie que está al centro llegue hasta el extremo contrario por fuera y el que estaba por fuera sea colocado al centro.
- Ahora, ambos pies al centro.
- Se da un brinco intentando pisar ambos lados del resorte.
- Ahora, ambos pies por fuera.
- Por último girando se cruzan los pies quedando el resorte en medio y se da un salto para afuera.

Opciones de aplicación:

- Los alumnos pueden crear su propia secuencia.

Estación #5.- ¿A quién le gusta?

Los alumnos colocan el resorte por detrás de alguno de sus tobillos adelantándolo y manteniendo el otro pie atrás. Uno de ellos pregunta ¿A quién le gusta? y menciona una actividad, comida, persona, etcétera. En ese momento todos intentan sacar su pie lo más rápido posible.

Alguno de los integrantes se queda con el resorte en su pie y ese es el que le guste tal aspecto o situación. Se reinicia el juego por el compañero que se queda con el resorte.

Opciones de aplicación:

- Colocar el resorte por detrás de la nuca o espalda, teniendo que realizar una flexión para librarse del mismo.

Actividad #2: “Gymkhana”.**Descripción:**

Se organiza al grupo por equipos de igual número de integrantes y se les explica cual es la lógica de las actividades que vamos a realizar.

Primera prueba.- “El coleccionista”.

Traer piedras u objetos (seleccionados por el maestro) que deben ir metiendo en una botella vacía de plástico u otro recipiente; la botella que tenga mayor nivel gana.

Segunda prueba.- “Puntería”.

Desde una distancia considerable cada participante debe introducir cierto número de costalitos (dos por ejemplo) en un aro que está colocado frente a cada equipo.

Tercera Prueba.- “Frisbee lejano”.

Con ayuda de los frisbees cada alumno, por turnos (uno por equipo), va lanzando para tratar de llegar lo más lejos posible.

Opciones de aplicación:

- Se puede poner un área en donde el frisbee debe caer.

Cuarta prueba.- “Pateo inteligente”.

Se escoge un representante por equipo. Éste se encuentra a cierta distancia, los demás se colocan dentro de una zona acordada previamente.

Los representantes de cada equipo tienen que ir quemando a los alumnos de los demás equipos pateando una pelota para que los toque. Los alumnos que van siendo quemados van con su representante para ayudarlo con su tarea.

Quinta prueba.- “La alfombra mágica”.

Cada equipo se coloca alrededor de su alfombra mágica (pueden ser pedazos de tela grande, colchonetas, etcétera).

Junto a ellos hay una caja con diferente material o pelotas. Ayudados por su alfombra, se debe transportarlos hacia el lado contrario y colocarlos dentro de algunos aros. Los objetos que caen fuera del aro no cuentan y no se pueden volver a levantar.

Opciones de aplicación.

- Las pruebas pueden valorarse de cero a tres puntos; el equipo que gana la prueba consigue tres puntos, de lo contrario cero puntos. Cuando los aspectos cualitativos son importantes, puntuamos con cero, uno, dos o tres puntos, según los criterios que se acuerden. Buscar una marca de clase o de grupo más que dotar a la propuesta de carácter competitivo.
- Cada prueba puede realizarse en un tiempo determinado.
- Se puede hacer prueba por prueba o cada equipo realiza una prueba diferente.

3a Secuencia de trabajo.

La siguiente secuencia de trabajo contempla cuatro actividades a través de las cuales el alumno pone a prueba nuevas habilidades manipulando objetos o creando formas para hacerlo. Para ello los circuitos de acción motriz son una excelente alternativa, ya que a través de ellos el docente puede valorar los avances y el grado de disponibilidad corporal de sus alumnos.

Actividad #1: “Domando la serpiente”.**Descripción:**

Se distribuyen una cuerda por toda el área y se da la pauta para que los alumnos interactúen con el material por un lapso de tiempo.

Después el profesor empieza a dar algunas tareas para realizar:

-Girar la cuerda sobre su cabeza/alrededor de su cuerpo/sobre el suelo. Y otras propuestas que surjan.

-Con la cuerda en el piso; buscar distintas formas de saltarla.

-De igual manera los niños van creando figuras las cuales deben saltar.

-Ahora manipulando la cuerda los niños buscan todas las posibilidades que se les ocurran para saltarla.

Opciones de aplicación:

- Interactuar por parejas y por equipos para crear nuevas formas de trabajo.

Actividad #2: “Pegajosos”.**Descripción:**

Con ayuda de las colchonetas, los alumnos ponen en práctica sus conocimientos en cuanto a giros y vueltas experimentando, primero de manera individual.

El profesor va guiando el trabajo y proponiendo algunas acciones sin dejar de lado las propuestas, así como la creatividad de los niños.

Por parejas.

¿Cómo podemos rodar por la colchoneta sin perder el contacto con el compañero?

-Espalda con espalda.

-Tomados de las manos/hombros (uno o ambas).

-Planta de los pies en contacto (uno o ambos).

-Giros sobre su propio eje.

-Estomago con estomago.

-Sin despegar rodillas (una o ambas).

Opciones de aplicación:

- Se puede intentar por tercias o por equipos.

Actividad #3: “Troncos sobre cajas”.**Descripción:****Por parejas.**

Uno se acuesta sobre un pedazo de cartón grande como si fuese un tronco. Su compañero lo hace rodar hasta el otro extremo de su cartón y de regreso; se van alternando roles.

Después se intenta realizar otras acciones:

-Un giro al frente y otro atrás.

-¿Se puede girar al compañero si está en posición fetal?

-Hacer girar al compañero solo tomándolo de los pies/manos.

El que gira debe colocarse tenso para ayudar.

-Que el compañero gire sobre su propio eje tomándolo de las manos/pies. (Como helicóptero).

Por equipos.

Se colocan los cartones en el suelo, se sitúan los niños en pequeños grupos tumbados boca abajo, uno al lado del otro, separados medio metro.

Un niño se tumba perpendicularmente sobre las espaldas de sus compañeros.

A la señal todos los niños ruedan en la misma dirección, llevando de esta manera a quien está encima de ellos. Cuando este llega al final, se coloca en el grupo y se repite de nuevo el proceso, ésta vez con otro niño diferente.

Opciones de aplicación:

- De preferencia realizar esta actividad sobre colchones.

Actividad #4: “Circuito de pelotas”. (Valoración del proceso de enseñanza-aprendizaje).**Descripción:**

Se divide al grupo en 5 equipos mixtos. Cada equipo realiza la acción correspondiente al reto presente en la estación. Cada 3-5 minutos se realiza el cambio.

Estación #1.- “Bota y rebota”.

Los alumnos se colocan frente a una pared y a una distancia de 2 a 3 metros colocan un aro frente a ellos, con una pelota intentan hacerla botar dentro del aro para que posteriormente rebote en la pared y cazarla.

Opciones de aplicación:

- Alejar el aro de la pared.
- Alejar al alumno del aro.

Estación #2.- “El péndulo”.

Se coloca un aro amarrado de una cuerda y colgado a una altura de 1-3 metros, un alumno avienta el aro de un lado a otro, mientras los demás intentan hacer pasar una pelota a través del aro. Se cambian roles.

Opciones de aplicación:

- Proporcionar diversos materiales.

Estación #3.- “Tiro al blanco”.

Previamente se dibuja sobre una pared o una cartulina círculos de distintos diámetros; cada círculo puede tener un color o un número específico. Los alumnos se alejan de 2 a 3 metros y lanzan un pedazo de papel mojado a manera de que quede pegado en alguno de los círculos.

Los alumnos, eligen como reto intentar atinarle a un color o número específico, desde varias distancias o posiciones.

Estación #4.- “Recolector de pelotas”.

Se forman parejas, un compañero de la pareja lanza la pelota lo más alto que pueda y el otro intenta introducir la pelota en una bolsa o saco sujetado por ambas manos.

Opciones de aplicación:

- Golpear la pelota con los pies.
- Rebotar la pelota en el piso y cazarla antes de tres botes.
- Rebotar la pelota sobre la pared.
- Utilizar aros y rebotarla en la pared.
- Blanco y diana.

Estación #5.- “Yo sí puedo”.

Se forman parejas. Un compañero propone una acción seguida de un lanzamiento, por ejemplo: ¿Tú puedes lanzar la pelota y hacer que esta caiga sobre tu cabeza? El otro compañero responde: “Yo sí puedo” e intenta realizar la acción para lo cual tiene tres oportunidades. Se continúan proponiendo acciones por parte de ambos alumnos de manera alternada.

Opciones de aplicación:

- Los alumnos deciden el número de oportunidades y la altura de los lanzamientos.
- En un momento el profesor propone un reto a todos.

Estación #6.- “No te quedes quieto”.

Se da un globo por alumno. Los alumnos escogen una pareja. A una señal propuesta por ellos, comienzan a golpear el globo intentando mantenerlo el mayor tiempo posible en el aire, pudiendo desplazarse de un lado a otro, se indica que el globo puede botar en el suelo, siempre y cuando no permanezca inmóvil, ya que en ese momento el otro compañero gana un punto.

Opciones de aplicación:

- Se juega con un globo grande.
- Se juega por parejas, una contra otra y con un globo para cada una.
- Se puede jugar con pelotas grandes, ligeras, bien infladas y en parejas.

SEGUNDO GRADO

BLOQUE 9:

Caminante no hay camino, se hace camino al andar. A. Machado

“EXPLORANDO MI POSTURA”

Competencia en la que se incide: La corporeidad como manifestación global de la persona

PROPÓSITO:

Mantener una correcta actitud postural, controlar la respiración tanto en reposo como actividad física y conocer las diferentes partes del cuerpo relacionando estos conceptos y su implicación con la relajación activa.

CONTENIDOS:

- Comprensión del hecho que supone que el bienestar corporal puede incrementarse corrigiendo y manteniendo el control en sus posturas y su respiración, identificando y tomando conciencia de las sensaciones propioceptivas en relación con el tono muscular y conocimiento de su esquema corporal.
- Exploración de diferentes posturas, tomando conciencia de las que resultan correctas, evitando arquear excesivamente la zona lumbar y cervical, y observando la colocación de los hombros en distintas acciones como: levantar objetos, desplazamientos, subir y bajar escaleras, etcétera.
- Reconocimiento, adquisición y valoración de su capacidad de relajación, relacionándola con el cuidado de la salud.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Toma conciencia sobre la correcta disposición postural en diversas acciones motrices.
- Percibe la diferencia en su capacidad respiratoria al corregir posiciones inadecuadas.
- Accede a un estado emocional estable y sereno mediante el control de su ritmo respiratorio y la relajación.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Juegos sensoriales
- Circuitos de acción motriz
- Juegos de interacción
- Formas jugadas
- Juego de reglas
- Juego simbólico
- Juegos cooperativos
- Actividades recreativas

MATERIALES:

Pelota playera o costal relleno de globos, conos, botes, aros, bastones de madera, cuerdas, pelotas, gises, cubeta con jabón y aros lanza burbujas.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- a) En juegos de “estatuas”, verificar el sostenimiento de posturas según distintas consignas y propósitos.
- b) Observar de manera permanente durante las sesiones el nivel de concentración de posturas correctas en desplazamientos.
- c) Responder a cuestionamientos verbales como: ¿Qué es, cómo se realiza y para qué sirven?, la respiración y la relajación.
- d) Pedir que recuerden los apoyos de su cuerpo en el suelo, dibujarlos y comparar con los dibujos de los demás compañeros para encontrar diferencias y buscar explicaciones.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

El presente bloque desarrolla veinticinco actividades que guardan relación con contenidos interdependientes en torno al tema de la postura y actitud corporal. Se entiende que una buena actitud postural siempre es congruente con la emoción y el significado que se desprenden de su lectura, esto mismo se vincula con la actividad física en términos de que a una mayor exigencia motriz corresponde un requerimiento mayor de oxigenación. Por consiguiente el docente debe tomar en cuenta que:

- Es importante aportar ideas lo suficientemente significativas para el alumno, que pueda retomar en su vida cotidiana para mantener una buena postura y evitar por lo tanto lesiones permanentes que repercutan negativamente en su salud.
- Sensibilizar al alumno sobre que una postura correcta conlleva a una mayor capacidad respiratoria y por lo tanto a una mejor oxigenación del cuerpo.
- El hecho de ejercer un mejor control sobre su respiración le puede permitir al mismo tiempo acceder a un estado de calma emocional.

1a Secuencia de trabajo.

La primera secuencia consta de ocho actividades. La premisa es buscar una adecuada actitud postural, además de manifestaciones expresivas en el alumno. Buscar a partir del reconocimiento de su esquema corporal, acciones que lo sensibilicen y proponer nuevos esquemas de movimiento. Mejorar su respiración y establecer relaciones colectivas en donde el manejo del cuerpo y sus percepciones se combinen para crear con imaginación y creatividad nuevas formas de convivencia.

Actividad #1: “Ésta es mi respiración”.

Descripción:

Se pide a los alumnos que experimenten y comenten acciones referentes a su respiración en una situación de reposo, proponiendo que:

- Escuchen el sonido que hace el aire: al entrar y salir por su nariz o boca.
- Exhalen contra su brazo, antebrazo, manos y dedos.
- Coloquen su mano en la boca del estómago y sientan como esté se expande y contrae.
- Abracen su pecho con ambas manos, ejerciendo presión y tratando de respirar profundamente.
- Realicen distintas posturas y reconozcan aquellas que les producen mayor comodidad.

Actividad #2: “Experimentando mis opciones”. (Diagnóstico)

Descripción:

Se organiza al grupo por equipos, cada uno se coloca en una estación; después de cierto tiempo se cambia de estación.

Estación #1.- Con ayuda de una pelota playera o costal lleno de globos, los alumnos deben intentar derribar distintos objetos como: conos, botes, entre otros; que están colocados a cierta distancia solo utilizando el patrón de patear.

Estación #2.- El equipo se coloca en hilera con un aro, a excepción de uno; éste patea una pelota desde cierto punto. Los demás, con sus aros hacen que su pelota pase por éste. Primero sobre el suelo y después a distintas alturas.

Estación #3.- Se colocan bastones y aros, cada alumno debe tomar ambos (un bastón y un aro) para buscar distintas formas de utilizarlos. Ejemplo: empujar, jalar o girar. Por parejas o en actividad cooperativa.

Estación #4.- Con ayuda de una cuerda los alumnos van manipulando otros implementos como un cono, una pelota, un aro, etcétera. Deben de

desplazarse jalando/empujando utilizando la cuerda para mover dichos materiales.

-Los alumnos proponen alternativas.

Estación #5.- Con distintos tipos de pelotas los alumnos van experimentando alternativas de botarlas:

- Con ambas manos o con derecha e izquierda.
- Tratar de botar con los pies o rodillas.
- Desplazarse botando.
- Botar a diferentes alturas.
- Botar sobre/debajo de una banca, silla o banqueta.

Actividad #3: ¿Qué paso con mi respiración?

Descripción:

Se pide a los alumnos que experimenten y comenten acciones referentes a su respiración después de haber realizado alguna actividad que aumente su frecuencia respiratoria, proponiendo que:

- Compare la velocidad de entrada y salida de aire.
- Coloque su mano en la boca del estómago, sintiendo como esté se expande y contrae en comparación con una situación de reposo.
- Se compare en relación a un compañero, sintiendo la frecuencia de respiración, colocando su mano en la boca del estómago del otro y en la de él mismo.

Actividad #4: ¡Mira, un fantasma!

Descripción:

Todos los alumnos se colocan en círculo muy juntos (hombro con hombro).

-Un alumno comienza extendiendo uno de sus brazos al frente y exclama: ¡Mira, un fantasma!

-El de junto le pregunta ¿Dónde?

-El primero contesta: ¡Ahí! Extendiendo el brazo al frente y quedando en esta posición.

-El segundo empieza con el mismo dialogo con el tercero, así hasta que se completa todo el grupo.

-Entonces vuelve a empezar el primero, pero ahora estirando el otro brazo al frente.

-En la tercera ronda, todos los jugadores se agachan, permaneciendo así.

-La cuarta ronda es muy breve. Cuando el segundo jugador pregunta al primero: ¿Dónde?, el primero se deja caer sobre sus compañeros para que se desmorone todo el grupo.

-Una vez que sucedió el “efecto domino”, se comienza de nuevo, pero ahora cada quien adopta una nueva posición, por ejemplo: mano derecha detrás de

la nuca; mano izquierda detrás de la espalda; agachados y con los pies ligeramente abiertos.

Opciones de aplicación:

- Hacer varios círculos de alumnos.

Actividad #5: “Lucha de Gigantes”.

Descripción:

El grupo se encuentra repartido por toda el área y se va buscando diferentes formas de realizar la tarea que se pide como:

¿Qué objetos podemos empujar y/o jalar (o tratar de hacerlo)?.

-Material del que se disponga o las paredes de los edificios.

¿Qué otras formas de hacerlo conoces o puedes hacer?

Por parejas realizar acciones como:

-Empujarse/jalarse.

-Tomados de los hombros, manos, espalda con espalda, hombro con hombro.

-Sentados y con ayuda de los pies.

-Un alumno empuja mientras que el otro se resiste al avance.

Por equipos desarrollar algunas propuestas que sean creativas en cuanto al trabajo previo.

-Llegar a un punto acordado sorteando algunos obstáculos.

Actividad #6: “Lanza pañuelos”.

Descripción:

Se divide al grupo por toda el área, cada alumno con un pañuelo empieza a trabajar bajo la consigna de lanzar de distintas formas. Se va guiando el trabajo de los alumnos con preguntas o comentarios permitiendo que los alumnos expresen sus ideas. ¿Cómo lo haces tú?, ¿Cuál es la forma más difícil que conoces para lanzar?, ¿De qué otra manera lo puedes hacer?

Opciones de aplicación:

- Hacer más complejas las consignas.
- Interactuar por parejas o grupos.

Actividad #7: “Pistas del cuerpo”.

Descripción:

Con ayuda de algunos gises, cada alumno dibuja la silueta de sus manos y pies, adoptando alguna posición con el apoyo de éstos.

Después, por parejas, van diseñando un recorrido dibujando en el suelo las partes del cuerpo que se deben utilizar para ir avanzando.

Un alumno va colocando sus manos y pies mientras el otro dibuja con el gis, enseguida, ambos realizan el recorrido. Se van alternando roles.

Se puede establecer un punto al cual se debe llegar (al centro del área o un bote).

Opciones de aplicación:

- Después todos deben utilizar todas las pistas que han sido dibujadas por todo el grupo.
- Dar un número específico de movimientos para llegar al punto acordado.
- Por parejas y sin soltarse o por equipos.

Actividad #8: “Tranquilízate mi amigo: Masaje activo”.

Descripción:

Por parejas, los niños van frotando su espalda, sus brazos, su cuello, etcétera. Después se dan pequeños golpes que ayuden a relajar a su compañero. Se van alternando los roles.

Puede ser:

-Con la palma de la mano.

-Con la yema de los dedos.

-Con puños cerrados.

2a Secuencia de trabajo.

La presente secuencia de trabajo consta de diez actividades. El reconocimiento a la propia competencia motriz se consolida a partir de la percepción del entorno, del ajuste postural y de la identificación con los demás compañeros. Los procesos de pensamiento-acción, se ven favorecidos al hacer que el alumno diseñe nuevas alternativas de solución.

Actividad #1: “Pesado o ligero”.

Descripción:

Por medio de consignas o preguntas se va guiando la actividad. Vamos a imaginar que:

-Estamos hechos de trapo.

¿Cómo sería nuestro cuerpo?

¿Cómo nos movemos?

-Ahora somos de piedra.

¿Es más fácil movernos?

¿Qué podemos hacer?

-Si fuésemos ligeros como una pluma.

¿Qué pasaría con nosotros?

-Y sí pesamos demasiado.

¿En que nos afecta?

-Ahora como globos.

¿Qué nos pasa?

-Ahora si somos como el agua.

¿Qué nos pasa?

Regresamos a la normalidad y vamos a llevar diferentes objetos que representen ésta idea de ligero o pesado. Jalando, empujando o colgando:

- Una piedra pequeña o grande.
- Un auto de juguete o real.
- Una caja vacía o llena.
- Un globo con agua o sin ella.

Retomando el trabajo podemos realizar las siguientes acciones:

- Nuestras piernas son muy pesadas o solo una de ellas es pesada.
- Los brazos pesan o solo uno de ellos pesa.
- La cabeza es muy ligera/pesada.
- El lado izquierdo de nuestro cuerpo es muy pesado y el otro no. Se invierte.

Opciones de aplicación:

- Con ayuda de pelotas u otros materiales llevar a cabo éste trabajo.
- Permitir que los alumnos propongan situaciones de forma constante. ¿Qué más se les ocurre que podemos hacer?

Actividad #2: “Botes rebeldes”.

Descripción:

Repartimos el material a los alumnos, una pelota para cada uno. Dentro del área de trabajo comenzar a dar consignas:

- Botamos la pelota con una mano, con la otra, con ambas.
- Botamos la pelota con un segmento corporal diferente.
- ¿Quién puede botar con los pies la pelota?
- Botamos siguiendo las líneas que están pintadas en el suelo o imitando a un compañero.

Opciones de aplicación:

- Realizar un recorrido preestablecido de este patrón.
- Botar distintos tipos de pelotas u objetos.

Actividad #3: ¡Verás que puedes!

Descripción:

Se reparte a cada alumno diferentes tipos de material los cuales van a utilizar para el trabajo. A cada señal deben buscar un material diferente al que ya hayan utilizado.

El material puede ser bastones, pelotas, paliacates, aros, cuerdas.

- ¿Podemos botar nuestro material?
- ¿De qué forma lo podemos hacer?
- ¿Cuántas formas distintas de patear conocemos?
- Ahora solo podemos empujar o jalar nuestro material.

Opciones de aplicación:

- Interactuamos por parejas y/o equipos para descubrir otras posibilidades.

Actividad #4: “Experimentos con aire”.

Descripción:

El alumno experimenta distintas situaciones referentes a su respiración, mediante el paso del aire por vía nasal y bucal.

Nasal:

- Estirar la punta de la nariz inhalando y exhalando.
- Respirar solo por una de las ventanas nasales.
- Inspirar con las alas nasales extendidas y cerradas.
- Comparar distintos olores presentes en el lugar o entre los propios compañeros.

Bucal:

- Sacar e introducir aire.
 - Inflar y desinflar los cachetes.
 - Tocar la nariz con la lengua e intentar introducir aire.
 - Chasquear de manera constante e ininterrumpida la lengua.
- La actividad debe de tener como referencia principal, lo que el alumno percibe, siente y expresa.

Actividad #5: “La cuerda imaginaria”.

Descripción:

Se coloca al grupo por parejas, uno frente al otro. Uno de los integrantes hace como si amarrara una cuerda imaginaria a una parte del cuerpo del otro. El primero tira de la cuerda y el segundo camina o mueve el segmento corporal imaginando que siente la tracción en este.

La cuerda va cambiando de lugar, procurando buscar diferentes sitios para atarla.

Opciones de aplicación:

- Buscar distintas alternativas relacionándolas con algunas habilidades motrices básicas, saltar, empujar, jalar, etcétera.

Actividad #6: “Los aviones”.

Descripción:

Se distribuye al grupo por el área de trabajo y se da la indicación de que todos vamos a simular ser aviones.

Entonces se preparan para salir del aeropuerto, calientan motores, alistan alas y siguen las indicaciones de la torre de control. Los aviones salen de la pista y empiezan el despegue, cada uno toma camino hacia diferentes lugares.

El vuelo se dificulta porque:

- Se descompone un motor/ ambos.
- Hay turbulencia.
- Estamos en una tormenta.

Después de haber librado estas dificultades los aviones se preparan para aterrizar.

Opciones de aplicación:

- Cada alumno busca otras alternativas de llevar a cabo la actividad.
- Imaginando que son aviones muy grandes o muy pequeños.
- Durante el ascenso/descenso se poncha una llanta.
- Consignas para guiar el trabajo: aviones a la izquierda/derecha, arriba/abajo, al frente/atrás, rápido/ lento.

Actividad #7: “Esta es mi respiración”.

Descripción:

Se pide a los alumnos que experimenten y comenten acciones referentes a su respiración en una situación de reposo, proponiendo que:

- Escuche el sonido que hace el aire, al entrar y salir por su nariz o boca.
- Exhale contra su brazo, antebrazo, manos y dedos.
- Coloque su mano en la boca del estomago y sienta como esté se expande y contrae.
- Abraze su pecho con ambas manos y ejerciendo presión, trate de respirar profundamente.
- Realice distintas posturas y reconozca aquellas que le producen mayor comodidad.

Actividad #8: “Terreno de aventuras”.

Descripción:

Construir un terreno de aventuras original para que los alumnos lo exploren con su repertorio de habilidades (caminar, correr, saltar con un pie o con ambos, caminar hacia atrás) para pasar sin caer por todo el circuito. Centrar o ampliar, según el resultado de las acciones que van desarrollando los niños. Pueden aparecer numerosas propuestas, las cuales debemos considerar.

- Cuadrupedias y reptar.
- Formas de subir y bajar del material.
- Saltos y caídas hacia las colchonetas.
- Seguridad en los movimientos.
- Forma de sortear los obstáculos y a los compañeros.

Opciones de aplicación:

- Los alumnos ayudan a modificar el terreno de aventuras según sus intereses y posibilidades motrices.

Actividad #9: “Esta es mi respiración”.

Descripción:

Se pide a los alumnos que experimenten y comenten acciones referentes a su respiración después de haber realizado alguna actividad que aumente su frecuencia respiratoria, proponiendo que:

- Compare la velocidad de entrada y salida de aire.
- Coloque su mano en la boca del estomago, sintiendo como se expande y contrae en comparación con una situación de reposo.
- Se compare en relación a un compañero, sintiendo la frecuencia de respiración, colocando su mano en la boca del estómago del otro y en la de él mismo.

Actividad #10: “Los puntos de apoyo”.

Descripción:

Los alumnos se mueven libremente por el área intentando seguir el ritmo de la música. Al corte de la misma todos adoptan una posición sobre:

- 3, 4, 5, 6, 7, etcétera. Puntos de apoyo, lo más rápido posible.
- La combinación de distintas partes del cuerpo, por ejemplo: nalgas y un pie, dos manos y un pie, estómago, un pie y una mano, espalda y dos pies, una rodilla y una mano, etcétera.

Opciones de aplicación:

- En parejas o equipos tomados de las manos y sin poder soltarse, todos se sientan, levantan, acuestan boca arriba y boca abajo, se paran y saltan sobre un solo pie al tiempo que el equipo se desplaza.
- Los alumnos varían su forma de moverse y desplazarse al ritmo de la música.

3a Secuencia de trabajo.

La tercera secuencia consta de siete actividades. En ella se busca consolidar el control voluntario sobre los músculos, el tono muscular y la relajación. El alumno debe controlar su respiración ante diversas situaciones; relaciona su ritmo interno con estímulos externos. La capacidad de relajar uno o más segmentos permite que el tono asuma una actitud de disposición al aprendizaje motor.

Actividad #1: “Esta es mi respiración”.

Descripción:

Se pide a los alumnos que experimenten y comenten acciones referentes a su respiración en una situación de reposo, proponiendo que:

- Escuche el sonido que hace el aire, al entrar y salir por su nariz o boca.
- Exhale contra su brazo, antebrazo, manos y dedos.

-Coloque su mano en la boca del estomago y sienta como esté se expande y contrae.

-Abraze su pecho con ambas manos y ejerciendo presión, trate de respirar profundamente.

-Realice distintas posturas y reconozca aquellas que le producen mayor comodidad para respirar.

Actividad #2: “La quinta estación...”

Descripción:

Estación 1.- Reptando ir recogiendo los diversos materiales que se encuentran en el suelo, llevar mínimo tres a una cubeta.

Estación 2.- Reptando lo más rápido posible hasta el cono, agarrar una pelota y la trasladan entre las piernas hasta llegar a la meta en donde lanzan la pelota para meterla en una portería.

Estación 3.- Reptando con un implemento en la espalda llegar al cono, bajan el implemento, toman una cuerda e intentan dar 5 saltos seguidos, corren a una colchoneta y ruedan de tronquito.

Estación 4.- Gateando en 6 puntos por parejas, llegan a donde está un bastón, le dan tres vueltas; ahora saltan como rana hasta la colchoneta, ruedan de tronquito. Se enredan y se desenredan en una cuerda (previamente atrancada) corren hacia una silla y la jalan hasta llegar a una cubeta, agarran un vaso que tiene confeti con la boca y depositan el confeti en la cubeta, regresan a la silla y la empujan con los pies a su lugar sin que caiga; se colocan 1 vaso encima de la cabeza y se dirigen al inicio de la estación.

Estación 5.-Que el niño, con diversos materiales a su imaginación cree “La quinta estación”.

Actividad #3: “Esta es mi respiración”.

Descripción:

Se pide a los alumnos que experimenten y comenten acciones referentes a su respiración después de haber realizado alguna actividad que aumente su frecuencia respiratoria, proponiendo que:

-Compare la velocidad de entrada y salida de aire.

-Coloque su mano en la boca del estómago, sintiendo como este se expande y contrae en comparación con una situación de reposo.

-Se compare en relación a un compañero, sintiendo la frecuencia de respiración, colocando su mano en la boca del estomago del otro y en la de él mismo.

Actividad #4: “Los aros”.

Descripción:

Se distribuye a los alumnos por el área de trabajo y se proporciona un aro a cada uno de ellos, con el cual tiene que ir explorando distintas formas de aplicación de las habilidades motrices.

¿De qué modo podemos hacer girar el aro? Lanzarlo y que regrese a nosotros.

¿Cómo podemos pasar el aro a nuestros compañeros? Pasar el aro por todo el cuerpo, de pies a cabeza.

Avanzar pisando en medio de los aros de diferentes formas (saltando, reptando, cuclillas, etcétera).

Por grupos interactuar con el material para descubrir nuevas formas de llevar a cabo la actividad.

Opciones de aplicación:

- Por grupos pedir que diseñen alternativas que puedan mostrar a los demás.

Actividad #5: “Experimentando mis opciones”. (Valoración del proceso de enseñanza-aprendizaje)

Descripción:

Se organiza al grupo por equipos, cada uno se coloca en una estación; después de cierto tiempo se cambia de estación.

Estación #1.- Con ayuda de una pelota playera o costal lleno de globos, los alumnos deben intentar derribar distintos objetos como: conos, botes, entre otros; que están colocados a cierta distancia solo utilizando el patrón de patear.

Estación #2.- El equipo se coloca en hilera con un aro, a excepción de uno; este patea una pelota desde cierto punto. Los demás, con sus aros hacen que su pelota pase por éste.

Primero sobre el suelo y después a distintas alturas.

Estación #3.- Se colocan bastones y aros, cada alumno debe tomar ambos (un bastón y un aro), para buscar distintas formas de utilizarlos. Ejemplo: Empujar, jalar o girar.

Por parejas o en actividad cooperativa.

Estación #4.- Con ayuda de una cuerda los alumnos van manipulando otros implementos como un cono, una pelota, un aro, etcétera.

Deben desplazarse jalando/empujando utilizando la cuerda para mover dichos materiales.

-Los alumnos proponen alternativas.

Estación #5.- Con distintos tipos de pelotas los alumnos van experimentando alternativas de botar una pelota:

- Con ambas manos o con derecha e izquierda.
- Tratar de botar con los pies o rodillas.
- Desplazarse botando.
- Botar a diferentes alturas.
- Botar sobre/debajo de una banca, silla o banqueta.

Actividad #6: “Soplando Burbujas”.

Descripción:

Previamente se prepara una cubeta con jabón y aros lanza burbujas (alambre circular forrado de estambre o aros de diurex).

La finalidad de la actividad es que los alumnos experimenten distintos tipos de respiración, inhalando y exhalando a distintas capacidades y velocidades.

Se reta a los alumnos de la siguiente manera.

Individual.

- Soplar lentamente intentando sacar una burbuja muy grande.
- Soplar rápidamente y sacar el mayor número de burbujas posibles.
- Cachar una burbuja sobre el aro lanza burbujas o con alguna parte del cuerpo, sin que ésta se rompa.
- Lanzar burbujas e intentar tronar muchas antes de que estas caigan al suelo.

Parejas.

- Un alumno sopla muchas burbujas y el otro truena todas antes de que estas caigan al suelo.
- Un alumno sopla lentamente la mayor cantidad de burbujas posibles, mientras que el otro las truena mediante soplidos, aplausos o con alguna parte del cuerpo.

Actividad #7: “Tranquilízate amigo: Hipnotízate”.

Descripción:

Por parejas, un alumno simula estar dormido mientras el otro realiza distintas acciones:

- Peinarlo.
- Dibujarle en el rostro (lentes, bigote, barba, etcétera) imaginando que su dedo es un lápiz.
- Con un solo dedo hacerle cosquillas.
- El alumno propone distintas acciones a su propio gusto.

SEGUNDO GRADO

La madurez del hombre es haber vuelto a encontrar la seriedad con la que jugaba cuando era niño. Nietzsche

BLOQUE 10:

“MI DESEMPEÑO CAMBIA DÍA CON DÍA”

Competencia en la que se incide: Expresión y desarrollo de las habilidades y destrezas motrices

PROPÓSITO:

Que el alumno ponga en juego sus capacidades físicas y sus habilidades motrices básicas en actividades lúdicas cooperativas y las relacione con las características de su entorno y aficiones. Hacer que su competencia motriz mejore día con día.

CONTENIDOS:

- Reconocimiento y aplicación de su experiencia motriz al interactuar con su medio ambiente.
- Comprobación y afirmación de sus habilidades motrices básicas en diferentes contextos.
- Participación en actividades para que mejore su desempeño motriz y por lo tanto mejore su salud física.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Afianza sus habilidades motrices al relacionarse con el medio.
- Proyecta sus habilidades en sus actuaciones cotidianas.
- Identifica sus posibilidades y sus experiencias físico-motrices al participar en actividades cooperativas.
- Manifestación de su bagaje motriz en el patio escolar.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Torneo recreativo
- Juegos de persecución
- Formas jugadas
- Juego de reglas
- Juego paradójico
- Juegos cooperativos

MATERIALES:

Aros, bastones de madera, gises, resortes, raquetas, globos, cuerdas, diferentes tipos de pelotas, bates o algo similar, paliacates, colchonetas y periódico.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- a) Observar su desempeño motriz al relacionarse con el medio.
- b) Conocer qué habilidades motrices se han consolidado en su bagaje motor.
- c) Identificar las habilidades motrices que es necesario estimular, para que alcancen un óptimo desarrollo.
- d) Identificar su potencial físico motriz y compararlo consigo mismo en diferentes momentos del bloque presentado.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

Dieciocho actividades comprenden este bloque, dentro de las cuales se aborda el desarrollo de las habilidades y desempeños motrices, concentrados en la capacidad de logro, la mejora de la competencia motriz y la superación personal de cada alumno, explorando sus propios límites de acción.

Por lo que el docente debe considerar:

- La experiencia motriz del alumno y las posibilidades que manifiesta dentro de las actividades.
- No fijar límites preestablecidos ya que estos surgen particularmente de cada alumno y sus propias posibilidades.
- Evitar comparaciones que puedan generar un sentimiento de incompetencia entre los alumnos.

1a Secuencia de trabajo.

La primera secuencia consta de cinco actividades. La finalidad es mejorar las habilidades y ponerlas al servicio de los demás; los alumnos proponen, diseñan y participan en actividades cooperativas y de confrontación, controlan sus movimientos fundamentales y los ejercitan para mejorar en lo general su competencia motriz.

Actividad #1: “Torneo lúdico: Hecho a mi medida”. (Diagnostico)

Descripción:

La finalidad de la presente actividad es que los alumnos adquieran una actitud de esfuerzo y superación ante sus propios logros y posibilidades, mediante situaciones que lo comparen consigo mismo a manera de reto personal y no contra los demás. El profesor debe manejar la actividad haciendo énfasis en la competencia de cada persona, realizando interrogantes que le permitan al alumno darse cuenta de su progreso y mejora personal. Nunca ha de comparar la competencia de los demás con la que el propio alumno ha adquirido. Se determina un tiempo de aproximadamente 5 minutos por cada actividad.

Primera prueba personal: “Encestando”.

-Por parejas uno lanza un aro y él otro cacha éste con un bastón.

-Poner una prueba personal: Mayor distancia de enceste y recepción, mayor número de encestes en determinado tiempo, realizar el enceste y recepción de distintas formas e incluso con alguna parte del cuerpo.

Segunda prueba personal: “Un salto muy largo”.

-Colocar una zona de salida y correr 3-5 metros hasta una línea marcada en el suelo, desde la cual el alumno realiza un salto intentando llegar a distintas distancias, previamente se marca una línea de despegue y líneas de colores o determinarlos con cierto valor numérico.

-Poner una prueba personal: Mayor longitud de salto y la creatividad en la ejecución de sus saltos.

Tercera prueba personal: “Un salto de altura”.

-Se coloca por equipos de 4-6 alumnos. Dos integrantes sujetan un resorte o bastón de forma muy ligera, colocándolo a una altura determinada por el alumno, que intenta realizar un salto por encima de éste. Se ejecutan cambios de roles propuestos al interior del equipo.

-Poner una prueba personal: Mayor altura de salto y las distintas formas de ejecutar la acción al intentar superar la altura.

Cuarta prueba personal: “Matamoscas”.

-Cada alumno debe tener una raqueta y un globo. Los alumnos intentan golpear el mayor número de veces el globo intentando que éste no caiga al suelo.

-Poner prueba personal: Mayor número de golpes logrados, avanzar la mayor distancia posible, la creatividad en las formas de golpear el globo.

Quinta prueba personal: “Mi mascota”.

-Cada alumno amarra una cuerda a un aro. Se coloca una pelota dentro del aro sobre el suelo y el alumno jala la cuerda desplazándose a distintos lugares, evitando que la pelota salga. Los alumnos pueden disponer de otros implementos para transportar la pelota.

-Poner una prueba personal: La velocidad de desplazamiento, el tipo y número de objetos que lleva y las distintas acciones que pueda realizar (esquivar, girar al aro 360°, etcétera).

Actividad #2: “Auxilio salvavidas”.

Descripción:

Tres o cuatro alumnos llevan una pelota de vinil y son “perseguidos”; otros tres o cuatro alumnos llevan un aro y son “salvavidas”. El resto de los alumnos corren por el espacio intentando no ser tocados por los perseguidores. Si uno es tocado se queda en el sitio permaneciendo inmóvil como una “estatua” y grita muy fuerte “auxilio salvavidas”. Los que llevan el aro tienen que ir a salvar a los jugadores que piden ayuda, haciendo pasar al compañero por dentro del aro, desde la cabeza hasta los pies.

Opciones de aplicación:

- Realizar la misma acción de salvamento, solo que ahora los dos se agarran de la mano y siguen intentando salvar a sus compañeros aumentando cada vez más al tamaño de la cadena.

Actividad #3: ¿Ahora qué hago?

Descripción:

Cada niño, desplazándose por toda el área, va buscando distintas maneras de lanzar y cazar con diferentes tipos de pelotas.

Después se va guiando el trabajo.

-Lanzar la pelota a ras del suelo.

-Después buscamos que quede cerca de algún objeto que se mencione (conos, pared, aros, bastones, etcétera).

-Ahora lanzamos la pelota para que derribe o mueva los objetos.

-Enseguida se lanza la pelota y corremos situando esta frente a nosotros, detrás o a un lado.

-Lanzar la pelota contra la pared y cazarla antes de que bote y después de dar un bote.

-Utilizar diferentes formas de cazar la pelota (con una o ambas manos, por debajo de las piernas, de espaldas, etcétera).

-Lanzar la pelota hacia algunos puntos establecidos en la pared o en el suelo (dibujos, líneas, marcas). También puede ser arriba de ellos, debajo o a los lados.

-Lanzar la pelota intentando que caiga dentro de un aro, caja o colchoneta.

-Lanzar la pelota lo más alto que se pueda o a una altura mínima.

-Con ayuda de una caja, la cual tiene algunos agujeros de diferentes tamaños, buscar que la pelota entre.

Opciones de aplicación:

- Se puede dar más de una pelota para incrementar la experiencia de la actividad.
- Todos los alumnos, después de cierto tiempo deben de utilizar una pelota diferente.

Actividad #4: “El bateador loco”.

Descripción:

Se traza un círculo grande en el suelo, en el centro de éste se coloca a un alumno con un bate, los demás se encuentran fuera del círculo e intentan tocar al bateador con las pelotas. El jugador del centro del círculo se defiende golpeando las pelotas con su bate lejos de su posición. Cuando el “bateador loco” es alcanzado por una pelota cambia de posición con el alumno que hizo el lanzamiento.

Opciones de aplicación:

- Se coloca un objeto en el centro que tiene que defender.
- Por equipos.
- Llevar a cabo la actividad por tiempo ¿Quién se mantiene más?

Actividad #5: “Paseo a tres pies”.

Descripción:

Se coloca al grupo por parejas, con ayuda de un paliacate o resorte, los miembros de cada pareja se atan las piernas (derecha e izquierda, respectivamente).

La intención de la actividad es desplazarse por toda el área coordinando las acciones para evitar caerse.

Opciones de aplicación:

- Se van diciendo algunos lugares conocidos por los alumnos, los cuales tienen que visitar, por ejemplo: la dirección, los sanitarios, la bodega de educación física, etcétera.
- Intentar realizar alguna acción motriz.

2a Secuencia de trabajo.

La segunda secuencia consta de ocho actividades. En ellas el alumno explora, propone y realiza desde un estilo propio diversas habilidades; establece parámetros para medir su competencia motriz y analiza nuevas posibilidades de realizar con mayor rapidez las diversas tareas propuestas. La colaboración resulta fundamental para observar los avances en cuanto al desempeño motor individual.

Actividad #1: “SSSSSalta...”

Descripción:

Desplazándose todo el grupo por el área, a la indicación se realiza una acción:

-Sentarse, saltar, correr, girar, estirarse, agacharse.

-Abrazarse, saludarse, sonreír, mirarse.

-Tomarse del brazo, girar y caminar hacia el otro lado.

-Sentarse y chocar hombro con hombro, estómago con estómago, juntar las palmas de las manos con algún compañero diferente, después de cada indicación.

Después nos movemos por todo el espacio:

-Saltando con los pies juntos; llegando a un punto acordado; saltar una serie de cuerdas que se colocan en el suelo; saltar con cuidado los bastones que se colocaron.

-Entrar y salir de una colchoneta saltando de distintas formas.

-Saltar con los pies juntos por dentro de una serie de aros.

Se van realizando las actividades buscando utilizar distintas formas de saltar, por ejemplo: con un pie o alternando ambos.

Opciones de aplicación:

- Se debe tener cuidado de no pisar el material para evitar accidentes.

Actividad #2: ¡A que no me equivoco!

Descripción:

Se coloca una cuerda en círculo y todos los alumnos se encuentran pisándola.

A la indicación del profesor todos realizan la acción correspondiente:

Adelante, atrás, derecha, izquierda; dando un brinco con los dos pies juntos en la dirección mencionada. No sucede nada si es que alguien se equivoca. Se pretende que la mayoría de los alumnos pasen al frente a dar indicaciones. El cambio de roles sucede cuando todos se encuentran en un enredo por haber dado indicaciones repetidas a propósito.

Opciones de aplicación:

- Se cambian palabras por señales o movimientos.
- Se ejecuta la acción contraria a la mencionada.
- Dar más de un salto hacia la dirección mencionada.
- Formar parejas sujetadas de las manos o pies.
- Aumentar indicaciones, por ejemplo: la palabra arriba significa salto y abajo significa sentados.
- Realizar la actividad con un solo pie, giros, etcétera.

Actividad #3: “Cambio de planeta”.

Descripción:

Los aros se colocan de forma aleatoria sobre el piso, los alumnos van pasando alrededor de éstos y a la indicación cada uno ocupa un planeta (aro). Cuando

se dice: “cambio de planeta” todos deben buscar un aro diferente, conforme se desarrolle el juego se van restando aros para hacerlo más complejo. Los alumnos que van quedando sin aro son los que dan la indicación.

-Tener cuidado de no pisar el material.

Opciones de aplicación:

- Se puede ir haciendo el cambio de planeta por colores o por tamaño de los aros.
- Utilizar diferentes formas de desplazamiento (saltando, dando medios giros, etcétera).

Actividad #4: “Mini Salto inteligente”.

Descripción:

Se forman dos equipos.

Se coloca una secuencia de aros distribuidos por toda el área y por cada equipo.

Cada alumno tiene que pasar por su secuencia siguiendo las siguientes reglas:

- Saltar con un solo pie derecho/izquierdo.
- Saltar con los pies juntos.
- Saltar con ambos pies de manera alterna.
- Saltar y caer en dos aros.
- Hacer el recorrido solamente utilizando aros de cierto color.

Actividad #5: “Intento, intento”.

Descripción:

Todos los alumnos con una pelota y estando de pie botan la pelota con una mano y luego con la otra. Después se bota la pelota pero en distintas posiciones: sentado, de rodillas, acostado.

-También lo hacemos desplazando.

-Botar alternando ambas manos.

-De pie se va botando la pelota con una mano al tiempo que se va agachando, para volver a levantarse, después ambas manos, una primero y luego la otra.

-Botar la pelota al frente de cada uno, detrás y a los lados.

-Con ayuda de un aro, botar la pelota dentro del propio aro.

-Nos colocamos dentro del aro y botamos la pelota por fuera; se puede ir girando.

-Botar encima de algún objeto (silla, mesa, etcétera). Los niños arriba del objeto botan la pelota contra el suelo.

Opciones de aplicación:

- Se utilizan distintos tipos de pelotas.
- Los alumnos buscan y proponen más alternativas durante toda la actividad.

Actividad #6: “Bulldog”.

Descripción:

Se delimita el área de juego. Un voluntario (bulldog) se coloca en el centro del área; moviéndose en una zona previamente establecida, el resto del grupo se encuentra en un extremo del área de juego.

A la señal todos deben cruzar de un lado al otro del área de juego sin ser tocados por el bulldog. Los alumnos que son tocados se convierten en bulldog y ayudan a atrapar a los demás. El juego se reinicia cuando todos son convertidos en bulldog.

Opciones de aplicación:

- Con una pelota deben cruzar al otro lado utilizando alguna habilidad motriz (botando, pateando, lanzando, etcétera).
- Si alguien deja de hacer la acción o pierde su pelota se cambia de rol.

Actividad #7: “Figuras que botan”.

Descripción:

Se organiza al grupo en pequeños equipos; cada alumno tiene una pelota.

Los equipos deben formar distintas figuras dentro del contorno que marca una cuerda (resorte) atada por sus extremos y que sostiene tensa sobre sus cinturas. El grupo avanza manteniendo la figura sin sujetar la cuerda con las manos y botando sus pelotas.

Opciones de aplicación:

- Se van haciendo equipos más grandes y se pueden ir modificando las habilidades que se utilizan (patear, lanzar-cachar, etcétera).

Actividad #8: “La momia”.

Descripción:

Se forman cuatro equipos. A cada equipo se le otorga un rollo de papel higiénico con el cual transforman a un integrante del mismo en una “momia”, vendándola y adornándola a su libre creatividad. Al final de un tiempo determinado, se presentan las momias con sus respectivos sobrenombres creados por sus compañeros de equipo y se les otorga un aplauso para conocer cuál es la mejor; la actividad debe de terminar con un empate y un gran aplauso para todas las momias.

Opciones de aplicación:

- Es libre la elección de donde el equipo desee presentar a su momia, puede ser: posando sobre una mesa o abrazada de un árbol, etcétera.
- El equipo puede vendar y adornar a más de una momia, a sabiendas de que únicamente el equipo cuenta con un rollo de papel.
- Esta permitido copiar ideas de otros equipos respecto a los adornos de la momia.

- Se debe permitir utilizar cualquier objeto del que puedan disponer.
- Pierde la momia que no haya sido vendada y adornada por cada uno de los integrantes del equipo, por lo cual todos deben de participar.

3a Secuencia de trabajo.

La tercera secuencia consta de cinco actividades, incluyendo una de evaluación. La mejora del desempeño motor y de las formas de solucionar problemas de este tipo, incrementan las posibilidades para construir nuevas habilidades. Las pruebas en donde el alumno se compara consigo mismo son la tónica de esta última secuencia de trabajo. La aceptación de normas y reglas de convivencia se deben enfatizar en cada actividad sugerida.

Actividad #1: ¡Ahí te va!

Descripción:

Con ayuda de algunas pelotas los alumnos experimentan distintas formas de patear, primero de manera libre y después siguiendo las indicaciones que se van dando:

- Golpear con el pie todas las pelotas que se van encontrando; teniendo cuidado de no pegarle a los demás compañeros.
- Patear la pelota con el pie, utilizando todos los lados (empeine, parte externa/interna, punta, planta del pie).
- Patear la pelota, evitar que toque el suelo (intentarlo). Todas las propuestas podrían plantearse como situaciones problema ¿De qué formas podemos patear una pelota para que golpee en la pared y la reciba mi compañero?...
- Patear la pelota contra una pared (diferentes distancias).
- Patear la pelota para que pase por encima de algún objeto u obstáculo.
- Desplazarse por el área conduciendo la pelota según las posibilidades del alumno.
- Con la pelota en las manos, se deja caer y la pateamos, después de que bote en el suelo o antes de que bote.

Opciones de aplicación:

- El trabajo se debe realizar alternando pies. Izquierdo/derecho.
- Por parejas, buscar diferentes formas de pasarse la pelota pateándola.
- Un alumno lanza la pelota hacia arriba/al frente.
- Que la pelota quede dentro de una zona establecida, después de patearla.
- Utilizar distintos tipos de pelotas (esponja, vinil, pequeñas, medianas y grandes).

Actividad #2: “Pelotas cazadoras”.

Descripción:

Cinco niños con pelotas tratan de tocar a los demás para alcanzarlos y si alguno de ellos es tocado se sienta y puede ser salvado si uno de sus compañeros lo salta.

Opciones de aplicación:

- El que es tocado con la pelota ahora pasa a ser el cazador.
- No se puede salvar a los compañeros. Se observa que equipo es el más rápido.

Actividad #3: “Sacando la pelota”.

Descripción:

Se colocan todos los jugadores formando un gran círculo y tomados de las manos. En el centro se coloca un alumno con una pelota la cual intenta sacar fuera del círculo pateándola; pero ésta debe de pasar por debajo de las piernas o por el espacio que hay entre los jugadores del círculo, nunca por encima de ellos.

Al jugador del círculo que le pase la pelota por debajo de las piernas o por su derecha, se cambia de lugar con él del centro. Se reconoce al jugador o jugadores que no pasen al centro.

Opciones de aplicación:

- Hacer un mayor número de equipos para que sea más dinámica la actividad.
- Se colocan varios alumnos al centro y con un mayor número de pelotas.
- Utilizar varios tipos de pelotas.

Actividad #4: ¡Oh, gran pelota!

Descripción:

Se le entrega a cada alumno una hoja de periódico y por equipos deben de formar una gran pelota, la cual utilizan para realizar algunas acciones que vayan proponiendo los mismos alumnos; cuidando no romper la estructura que han formado.

Después se van uniendo equipos para integrar una sola bola de papel que sea muy grande, hasta que solo se tenga una “gran pelota”.

Actividad #5: “Torneo lúdico: “Hecho a mi medida”. (Valoración del proceso de enseñanza-aprendizaje)

Descripción:

La finalidad de la presente actividad es que los alumnos adquieran una actitud de esfuerzo y superación ante sus propios logros y posibilidades, mediante situaciones que lo comparen consigo mismo a manera de reto personal y no contra los demás. El profesor debe de manejar la actividad haciendo énfasis en

la competencia de cada persona, realizando interrogantes que le permitan al alumno darse cuenta de su progreso y mejora personal. Nunca ha de comparar la competencia de los demás con la que el propio alumno ha adquirido. Se determina un tiempo de aproximadamente 5 minutos por cada actividad.

Primera prueba personal: “Encestando”.

-Por parejas uno lanza un aro y el otro cacha éste con un bastón.

-Poner una prueba personal: Mayor distancia de enceste y recepción, mayor número de encestes en determinado tiempo, realizar el enceste y recepción de distintas formas e incluso con alguna parte del cuerpo.

Segunda prueba personal: “El salto más largo”.

-Colocar una zona de salida y correr 3-5 metros hasta una línea marcada en el suelo, desde la cual el alumno realiza un salto intentando llegar a distintas distancias, previamente se marca una línea de despegue y líneas de colores o determinarlos con cierto valor numérico.

-Poner una prueba personal: Mayor longitud de salto y la creatividad en la ejecución de sus saltos.

Tercera prueba personal: “Un salto de altura”.

-Se coloca por equipos de 4-6 alumnos. Dos integrantes sujetan un resorte o bastón de forma muy ligera, colocándolo a una altura determinada por el alumno, que intenta realizar un salto por encima de éste. Se ejecutan cambio de roles propuestos al interior del equipo.

-Poner una prueba personal: Mayor altura de salto y las distintas formas de ejecutar la acción al intentar superar la altura.

Cuarta prueba personal: “Matamoscas”.

-Cada alumno debe tener una raqueta y un globo. Los alumnos intentan golpear el mayor número de veces el globo intentando que éste no caiga al suelo.

-Poner una prueba personal: Mayor número de golpes logrados, avanzar la mayor distancia posible, la creatividad en las formas de golpear el globo.

Quinta prueba personal: “Mi mascota”.

-Cada alumno amarra una cuerda a un aro. Se coloca una pelota dentro del aro sobre el suelo y el alumno jala la cuerda desplazándose a distintos lugares, evitando que la pelota salga. Los alumnos pueden disponer de otros implementos para transportar la pelota.

-Poner una prueba personal: La velocidad de desplazamiento, del tipo y número de objetos que lleva y las distintas acciones que pueda realizar (esquivar, girar al aro 360°, etcétera).

QUINTO GRADO

Despierta cuando los demás duermen. Foucault

BLOQUE 1:

“LA ACCIÓN PRODUCE EMOCIÓN”

Competencia en la que se incide: Control de la motricidad para el desarrollo de la acción creativa

PROPÓSITO:

Permitir al alumno que resuelva problemas que impliquen el dominio de sus habilidades motrices básicas, realizando una valoración previa de sus propios desempeños y aplicarlos en situaciones de juego colectivo.

CONTENIDOS:

- Comprensión de la importancia de resolver problemas en el contexto del juego motor, con un mínimo de tiempo y con bajo desgaste de energía, reconociendo sus propias capacidades, habilidades y destrezas motrices.
- Desarrollo y ampliación de su nivel de apropiación en el manejo de los patrones básicos de movimiento y su aplicación a través de sus habilidades motrices en actividades individuales y en grupo.
- Disposición para mantener una actitud crítica positiva ante las conductas discriminatorias, por razones de género, competencia motriz y de origen social, étnico o cultural.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Compara sus desempeños motores con los de sus compañeros y construye formas de juego participativo e incluyente.
- Distingue la manera más adecuada de utilizar sus habilidades en el desarrollo de un juego motor y resuelve situaciones de juego de manera inmediata con un menor gasto energético.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Rally
- Juegos de interacción y socialización
- Actividades recreativas
- Gymkhana
- Juego autóctono y tradicionales
- Juego modificado y cooperativo

MATERIALES:

Tarjetas, gises, aros, pelotas y bastones.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- a) La participación del alumno en la construcción de las habilidades motrices de sus compañeros menos hábiles.
- b) La capacidad de resolver problemas de tipo motor con un mínimo gasto energético y mayor certeza en la ejecución.
- c) Sea capaz de proponer nuevas estrategias durante la realización de juegos motores.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

El presente bloque contiene tres secuencias de trabajo contemplando dieciséis actividades. A través de este se busca que el alumno resuelva problemas que impliquen el dominio de patrones básicos de movimiento. El control de la motricidad implica tener un máximo de certeza con un mínimo de gasto energético. Se sugiere al docente:

- Una planeación previa de todo el bloque para organizar las actividades, ya sea en la preparación y en la distribución del material.
- Observar en los alumnos el respeto y la disposición para comprender las carencias o virtudes de sus compañeros.
- Documentarse previamente en aquellos temas vinculados con el juego autóctono de nuestro país.

1a Secuencia de trabajo.

Esta secuencia consta de tres actividades: pistas despistadas, sonríe si me quieres y voy de cacería extraña eligiendo mi reto; su finalidad es hacer que el alumno sea capaz de resolver problemas que impliquen un proceso creativo en el que deba superar diversos obstáculos, por otro lado hacer una valoración de sus propias acciones y desempeños motores al interactuar con sus demás compañeros, resolver problemas ya sea en el plano cognitivo y/o motor.

Actividad #1: “Pistas Despistadas”. (Diagnóstico)

Descripción:

Se forman 6 equipos. Se pide a 6 alumnos que coordinen la actividad. Previamente el profesor hace una serie de pistas, por ejemplo:

-Pistas de números: Se elaboran pistas diferentes para cada equipo con una numeración progresiva hasta cierto número, dependiendo de qué tan extensa se pretenda hacer la actividad.

-Pistas de frase: Partiendo de una frase propuesta para cada equipo, la cual tenga el mismo número de palabras o letras para todos, los alumnos tienen que ir recolectándolas en orden, por ejemplo “la mamá de mi papá es mi abuela”. La frase se divide en 8 palabras y por lo tanto 8 pistas. Con las pistas repartidas entre los coordinadores de forma aleatoria, los alumnos se desplazan de formas extrañas hacia ellos, por ejemplo: de elefantitos, tomados de la nariz, abrazados con estómagos al centro, etcétera, y tienen que pedir la pista siguiente de forma que una preceda sobre la otra. Si el equipo llega con un coordinador y pide la tarjeta #5, por ejemplo, y este no la tiene (nunca les comenta cuales tiene), sino simplemente dice “No la tengo” y así, el equipo busca entre los demás coordinadores. Gana el equipo que primero consiga todas las pistas. También cabe la posibilidad de desarrollarlo de forma cooperativa, de modo que entre todos los grupos compongan un texto con la frase de cada uno, en el menor tiempo posible.

Opciones de aplicación:

- Hacer cambio de compañeros entre los equipos.
- Variar las formas de desplazarse.
- Proponer nuevas situaciones de pistas.

Actividad #2: “Sonríe si me quieres”.

Descripción:

Todo el grupo se sienta en círculo. Se pide al grupo que mencionen al más extrovertido y que pase al frente, dándole la encomienda de pasar con alguno de sus compañeros y hacerlo reír, preguntándole: “sonríe si me quieres”, respondiendo: “si te quiero, pero no me puedo reír”, el alumno con la encomienda tiene que hacer todo lo posible para hacerlo reír, por ejemplo: caras chistosas, contarle un chiste, etcétera; si lo hace reír, esté lo ayuda a

hacer reír a todos los demás del grupo, de a uno por uno. El objetivo del juego es hacer reír entre todos al más serio del grupo. No está permitido tocar al compañero que se le intenta hacer reír.

Opciones de aplicación:

- Se reta al grupo a hacer reír a algún alumno que se le conozca como el más serio, e incluso al propio profesor.
- Se puede utilizar cualquier objeto que esté al alcance de los alumnos para lograr el objetivo.

Actividad #3: “Voy de cacería extraña eligiendo mi reto”.

Descripción:

Se forman equipos de 3 integrantes, propuestos por los mismos alumnos.

A cada equipo se le entregan encomiendas y acciones motrices a realizar, con las cuales van obteniendo puntos.

Se pide ayuda a 4 alumnos para que coordinen la actividad. (Alumnos que no puedan realizar actividad física ese día).

A cada alumno se le designan 3 o 4 equipos, los supervisa y entrega firmas cada vez que realicen encomiendas o acciones motrices de manera satisfactoria. Se entrega a los equipos el siguiente planteamiento:

“ELIJO MI RETO” de cacería extraña.

Se puede escoger cualquier reto presente en este documento. Cada reto les da un cierto puntaje que podrán cambiar por firmas de su “coordinador” cada vez que logren completar con éxito la tarea señalada. Al final se cuentan los puntos, ganando el equipo que logre obtener el mayor número. También se podría sumar los puntos de cada grupo para alcanzar una meta de clase Si la tarea no se realiza correctamente tal y como se señala, sin usar ningún sustituto al material indicado, no se otorgaran puntos. Cada acción se realiza desde su “base”. **¡¡¡¡ATAQUE COMPAÑEROS!!!!**

VALOR 5 PUNTOS POR PREGUNTA. ESCRIBIR LAS RESPUESTAS AQUÍ MISMO:

Encomienda #1.- El equipo tiene que plasmar con gis en algún rincón del patio y en el suelo, el logotipo que le puso a su equipo de un tamaño grande y entendible. IMPORTANTE, se debe estar a más de 5 metros de otros equipos. Una vez hecho esto, ve con el coordinador y solicita una firma.

Respuesta: _____

Encomienda #2.- Averigua quien de tu grupo, realiza alguna actividad que no sea básquet ni fútbol y escribe que actividad. Una vez hecho esto, ve con el coordinador y solicita una firma.

Respuesta: _____

Encomienda #3.- Mencionar la fecha de nacimiento y nombre de algún trabajador de la escuela. Una vez hecho esto, ve con el coordinador y solicita una firma.

Respuesta: _____

Encomienda #4.- Contar en pasos la distancia a lo largo de la cancha de básquetbol. Una vez hecho esto, ve con el coordinador y solicita una firma.

Respuesta: _____

Encomienda #5.- Tienen que ir a contar cuantas tazas de baño hay en los baños de mujeres. Una vez hecho esto, ve con el coordinador y solicita una firma.

Respuesta: _____

Encomienda #6.- Ahora tu equipo se acuesta en el suelo y cuenta cuantos cuerpos bien estirados (a manera de cadenita) caben a lo ancho del patio. Una vez hecho esto, ve con el coordinador y solicita una firma.

Respuesta: _____

Encomienda #7.- Escribir 5 pretextos de: ¿Por qué no hice la tarea? Una vez hecho esto, ve con el coordinador y solicita una firma.

Respuesta: _____

10 PUNTOS POR ACCIÓN MOTRIZ. REALIZAR LA ACTIVIDAD EN ALGÚN LUGAR DEL PATIO.

Cada vez que logren una acción motriz exijan sus puntos. No hay reclamaciones ni devoluciones.

ACCIÓN MOTRIZ: Ahora tienen que intercambiar cada quien tres prendas con uno de los compañeros de su mismo equipo (cualquier prenda), nadie puede quedar sin intercambiar.

ACCIÓN MOTRIZ: Conseguir un par de agujetas.

ACCIÓN MOTRIZ: Conseguir dos tenis.

ACCIÓN MOTRIZ: Todo el equipo debe de cantar y bailar “la cucaracha” u otra canción.

ACCIÓN MOTRIZ: Conseguir un bicho raro (un pequeño insecto).

ACCIÓN MOTRIZ: Conseguir cualquier objeto de color amarillo que sea pequeño.

ACCIÓN MOTRIZ: Conseguir 3 basuras inorgánicas y 3 orgánicas.

ACCIÓN MOTRIZ: Cantar las mañanitas en volumen muy alto como “gangosos”.

ACCIÓN MOTRIZ: Todos los integrantes del equipo simulan durante 30 segundos un partido de fútbol sin pelota.

ACCIÓN MOTRIZ: Construir una torre alta de ropa (más de 50 centímetros).

ACCIÓN MOTRIZ: Todos los integrantes del equipo simulan durante 30 segundos una clase de aerobics.

ACCIÓN MOTRIZ: Realizar una carrera de 4 vueltas a todo el patio en el menor tiempo posible.

ACCIÓN MOTRIZ: Con un tenis, encestar 4 canastas en el aro de básquetbol.

ACCIÓN MOTRIZ: Cada integrante del equipo debe hacer girar 10 aros sobre alguna extremidad de su cuerpo durante 10 segundos.

ACCIÓN MOTRIZ: Sujetarse de los pies con ambas manos y dar la vuelta olímpica a todo el patio sin soltarse.

ACCIÓN MOTRIZ: Cada integrante del equipo saluda de 10 formas distintas a 10 personas distintas.

ACCIÓN MOTRIZ: En las palmas de sus manos, conseguir las firmas y nombres de 3 personas que nada tengan que ver con el juego y les tendrán que decir: “le agradezco mucho, es usted una persona muy hermosa, linda, bonita, chula, etcétera”. Y demás palabras cursis que se les ocurran.

ACCIÓN MOTRIZ: Conseguir un calcetín apestoso de tu equipo o de otros.

ACCIÓN MOTRIZ: Representar la peor diarrea de su vida gritando y escandalizando.

Al término de la propuesta en éste juego se hacen comentarios sobre la inclusión, colaboración y trabajo en equipo.

2a Secuencia de trabajo.

Ocho actividades conforman esta secuencia a través de las cuales se busca que el alumno además de desarrollar algunos patrones básicos de movimiento, realice actividades y juegos autóctonos, tradicionales y de todo el mundo. Singular contenido reviste el jugar juegos autóctonos ya que el docente además de mostrarlos debe enunciar las características de la región donde se juega, adecuar sus formas de aplicación y ofrecer variables a cada propuesta descrita.

Actividad #1: “Haki”. (Juego autóctono)

Descripción:

Juego Inca muy popular que utiliza una pelota de trapo rellena de semillas, cuyo objetivo es dominar la pelota, utilizando los pies, rodillas, antebrazos, etcétera. Lo único que no se puede hacer es agarrar la pelota. Dando dos o más golpes y pasándola a su compañero, hasta que uno la pierda, ese se elimina y así siguen hasta definir al ganador. En lugar de eliminar podríamos plantear un reto colectivo ¿Cuántos golpes consecutivos podemos lograr entre los miembros del grupo?

Opciones de aplicación:

- Los jugadores eliminados pueden formar otro círculo para que todos tengan actividad y eventualmente jueguen con compañeros a su misma capacidad.

Observaciones:

Este juego es originario de Nayarit.

Actividad #2: “Pash Pash/ Tombichi (equivalente al tapu y haki pero con las manos)”. (Juego autóctono)

Material requerido:

La pelota se elabora con un corazón de pequeños pedazos de teja o piedras mismos que servirán de peso, los cuales son cubiertos con hojas secas de maíz, se colocan varias capas hasta darle forma ovalada de 10 ó 12 cm. de largo, se amarra con meca-hilo o cualquier lazo sujetándola fuertemente para que no se deshaga al ser golpeada, tendrá un timón o cola formado con los extremos de las hojas.

Descripción:

Participan de 25 a 30 jugadores, se colocan en un espacio plano formando un círculo con un diámetro entre 20 y 25 metros aproximadamente, en el centro del círculo se coloca un jugador al que se denomina “repartidor”, la característica de éste es ser fuerte y habilidoso, para golpear la pelota dirigiéndola hacia los demás, el sentido de su movimiento es el de las manecillas del reloj.

El “repartidor”, inicia el juego orientando la pelota hacia otro jugador, si éste la deja caer es eliminado, el repartidor es reemplazado únicamente por el jugador que más veces haya tocado la pelota, reiniciando el juego.

Concluye cuando el repartidor deja caer la pelota, cuando los jugadores sean pocos y hubo varios eliminados y no hay a quien pasarle la pelota, el ganador será el jugador que quede con el repartidor.

El premio consiste en un homenaje organizado por toda la comunidad, que lo hace sentir un personaje de gran importancia.

Observaciones:

Todos los jugadores usan camisa y calzón de manta, un pañuelo rojo atado a la frente, huaraches de cuero y la cintura ceñida por una cinta roja.

En el Estado de Nayarit se practica el mismo juego, se conoce con el nombre de Tombichi, con una variante se practica en un espacio rectangular dividido a la mitad por una cuerda o lazo colocado a una altura aproximada de 1.50 mts. fijada a 2 postes laterales, se colocan 4 jugadores por lado, los cuales no deben dejar caer la pelota en su lado y tratar de hacerla caer en el contrario.

El Estado de Chiapas nos aporta esta disciplina, proviene de la parte occidental de la región del Soconusco, en Escuintla, después se extendió a San Cristóbal de las Casas y Zinacatán, hoy lo juegan niños de ambos sexos y también algunos adultos. Originalmente fue visto entre la etnia Mame, se dice que es de origen prehispánico, el nombre se tomó del sonido que produce la pelota al ser golpeada con la mano, no se tiene referencia cronológica de su antigüedad y de que grupo lo practicó, sin embargo se ha perpetuado hasta nuestros días por tradición oral.

Actividad #3: “Tapu/haki”. (Juego autóctono)

Descripción:

Se practica por Zapotecos de la región del Istmo de Tehuantepec en el Estado de Oaxaca.

Se juega entre 2 equipos de 4 o más jugadores, se utiliza una pelota hecha de trapo. La cual es impulsada por los jugadores únicamente con el pie.

El objeto del juego es hacer puntos al llevar la pelota a la meta del equipo contrario, la puntuación es por acumulación de puntos.

Opciones de aplicación:

- El espacio de juego puede variar, pero se debe delimitar una zona de meta para cada equipo, el juego inicia en la mitad de la zona de juego.

Actividad #4: “Dardos envenenados”.

Descripción:

Se divide al grupo en equipos de igual número de integrantes; se colocan los equipos uno frente a otro en hileras. En medio de estas se encuentra una pelota grande. La intención del juego es que cada equipo, con ayuda de pelotas más pequeñas, haga que la pelota de en medio llegue hasta la línea o hilera del otro equipo, si lo consiguen obtienen un punto.

Después de cierto tiempo cambian de adversarios.

En algún momento de la actividad los equipos deben proponer alternativas para modificar el juego.

Opciones de aplicación:

- Se coloca más de una pelota entre los equipos.
- Se juega con menos pelotas para lanzar o materiales diferentes, por ejemplo: tenis, ropa, etcétera.
- Colocando 4 equipos que se enfrentan entre sí, formando un cuadrado.
- Tratar de que la pelota del centro entre en un aro.

Actividad #5: “Pusa at aso”. (Filipinas)

Descripción:

Se traza un círculo de unos 5 metros de diámetro, se juega entre 6 y 15 alumnos.

Un jugador se la atrapa y funge de “aso” (perro). Se coloca en el interior del círculo trazado en el suelo. El resto son los “pusa” (gatos) e inicia el juego fuera del círculo.

Dentro del círculo cada jugador, excepto el que atrapa, ha colocado previamente uno de sus zapatos o los dos, según sea acordado.

La “pusa” tiene por tarea recuperar los zapatos sin ser tocado por el “aso”, el cual no puede salir del círculo trazado en el suelo. Si lo consiguen el juego se reinicia quedándose el zapato la misma persona.

En caso de que el “aso” toque, con sus manos o pies a algunos de la “pusa” en el interior del círculo, el jugador pasa a atrapar en lugar del primero y el juego se reinicia.

Observaciones:

El nombre del juego significa Conquista la base.

Actividad #6: “Agawan base”. (Filipinas)

Descripción:

Los jugadores se reparten en dos equipos, cada uno de ellos ocupa un campo. El objetivo consiste en que los jugadores toquen una meta previamente determinada, situada en el campo contrario: un árbol, una roca, etcétera. Todo jugador situado en el campo contrario puede ser congelado; para ello basta con que un jugador del otro equipo lo toque. Todo jugador congelado puede ser descongelado; para ello basta que un jugador de su propio equipo lo toque.

Gana el equipo que consigue tocar la meta situada en el campo contrario.

Actividad #7: “Voli-toalla”.

Descripción:

Se organiza al grupo por parejas, a las cuales previamente se les pide una toalla (una para ambos).

Primero empezamos repartiendo una pelota para cada pareja y se les permite explorar las formas que conocen para manipular la pelota con su toalla.

Ahora deben empezar a intentar intercambiar de pelota con las demás parejas. Después se juntan dos parejas y vuelven a explorar distintas formas de pasarse las pelotas, por ejemplo:

-Una pareja lanza ambas pelotas al mismo tiempo y buscan cazar la pelota del otro equipo.

-De igual forma se proponen realizar distintas tareas, pero ahora en equipos de 4 parejas.

-Buscando propiciar la participación y creatividad de los alumnos.

Formando 2 equipos, utilizando un resorte o cuerda como red; hacemos un juego en el que cada equipo se coloca por parejas tomando su toalla en un lado del área de juego y con una pelota.

Tienen que hacer el número de pases que se pide y después lanzar hacia el equipo contrario para que estos intenten realizar la misma actividad.

Si a un equipo se le cae la pelota o no consiguen pasar la pelota pierden un punto.

Opciones de aplicación:

- Lanzar y cazar el mayor número posible de pelotas.
- Ocupar sabanas o pedazos de tela grande y por equipos hacer la actividad.
- Se pueden inventar nuevos juegos.

- Con la manta grande se lanza un número igual de pelotas que de alumnos, se busca que llegue lo más alto posible. Después sueltan la manta y antes de que caigan las pelotas cada uno debe atrapar una de ellas.

Actividad #8: “El pollito, el maíz y el lobo”.

Descripción:

Se hacen equipos de 4 integrantes cada uno de ésta conformado por: el lanzero, el pollito, el maíz y el lobo.

El objetivo de la actividad es llevar al otro lado todos los elementos.

Se debe aclarar que existe un orden el cual deben descubrir ya que si:

-Se queda el pollito y el maíz, el pollito se come al maíz.

-Sí solo ésta el pollito con el lobo, éste se come al pollito.

-El lanzero es el que trasporta a los demás.

Solo se puede pasar a un integrante por turno.

3a Secuencia de trabajo.

Esta tercer secuencia consta de cinco actividades incluyendo la de evaluación: trees, uarhukua chanakua, todos a coordinar, pistas despistadas y ensartando cabezas su finalidad es verificar como un patrón básico de movimiento, se transforma en una habilidad que permite al niño mejorar su competencia motriz e identificar los elementos que hacen posible la práctica de juegos diversos. Consecuentemente a la secuencia anterior los juegos autóctonos mantienen vigencia en este bloque así como su forma de implementación.

Actividad #1: “Trees”. (África)

Descripción:

Un jugador se la queda y se la coloca en el espacio delimitado entre dos líneas paralelas. El resto de los jugadores se sitúan detrás de una de las líneas paralelas. El resto de los jugadores se sitúan detrás de una de las líneas. El jugador que se la queda grita: “Trees” (Árboles). El resto corre hacia la otra línea tratando de no ser tocados por el que está en el centro.

Todo jugador tocado se detiene y permanece de pie allí donde fue atrapado. A partir de ese momento ayuda al que se la queda pudiendo atrapar a los que cruzan de una línea a otra, pero debe hacerlo sin moverse de su sitio. El juego finaliza cuando todos los jugadores han sido atrapados.

Actividad #2: “Uarhukua Chanakua”. (Juego autóctono)

Descripción:

Nombre traducido: Juego de los bastones que se golpean entre sí.

El profesor debe explicar los orígenes y narrar toda la parte cultural de la actividad tomando como referencia la información que se desarrolla dentro de la propuesta del juego.

Además tiene la facultad de adecuar al material. Una sugerencia es sustituir los bastones de madera por tubos de cartón, y la pelota puede ser de vinil o esponja.

Comenzamos la actividad dividiendo el área de juego en 3 rectángulos que funcionan como cancha y se divide al grupo en equipos de igual número de integrantes.

Dos equipos se reparten en cada cancha y así sucesivamente. Cada uno de los integrantes tiene su bastón (tubo de cartón).

Se lanza una pelota en cada cancha y los equipos intentan llevar esta hacia el final de la cancha en el lado de sus adversarios. Sí lo consigue obtiene un punto.

Después de cierto tiempo todos los equipos rotan a su derecha y se reinicia el juego entre equipos distintos.

El bastón (Uárhukutarakua en purepecha y que significa: palo para jugar la pelota) con que se juega en la región de la Ciénaga de Zacapu, una de las 4 regiones en que está conformado el pueblo Purepecha. El bastón se considera de una medida de 1 a 1.5 metros de longitud, y se corta de la planta de tejocote (*Crataegus pubescens*) donde el mejor tiempo para hacerlo es cuando hay luna llena, en este momento la madera es muy resistente ni estando muy húmeda ni muy seca. Ésta es una enseñanza de los abuelos hacia las nuevas generaciones.

(Zapandukua en Purepecha)

Observaciones:

El juego de pelota con bastón se practica desde hace más de 3,500 años, con algunas variantes en el Continente Americano; como lo prueban los petroglifos del Infiernillo y las figuras de las Culturas de Occidente en Michoacán; los Murales de Tepantitla en Teotihuacán; en una estela de Yaxchilan, Chiapas, y en diversas cerámicas alusivas al juego.

Se practica en diversos lugares y con diversos nombres: Uarhukua es el nombre más común con que se le llama a este juego. Los etno-lingüistas frecuentemente se refieren a uárhukukua. Otro nombre empleado para el mismo juego es papándu akukua. En Sinaloa le llaman el Gome y se prohibió en 1930 por una trifulca donde los jugadores se golpearon con los bastones. Los Purépechas del Estado de Michoacán, le llaman Uarhukua Chanakua; y también lo practican los Mixtecos del valle de Oaxaca. En Chile los Mapuches lo practican con el nombre de Chueca; y un juego muy similar de gran éxito en la actualidad es el Lacrosse, que antiguamente practicaban los Sioux y que hoy en día agrupa a más de 150 equipos amateurs y profesionales, practicado por hombres y mujeres, en más de cinco países, siendo Canadá su sede original.

La modalidad que difundimos es derivada de la Uarhukua chanakua, de los Purépechas del Estado de Michoacán. Este juego ha ido en constante

transformación, adaptándose a distintos espacios y circunstancias, lo que ha permitido su preservación hasta nuestros días.

ORIGENES:

Las fuentes etnohistóricas indican que posiblemente este juego es precolombino. Sin embargo, en las tumbas de tiro de El Opeño, Michoacán según Oliveros con fecha (radiocarbono) de 1280 A. C (con un margen estándar de 80 años), se encontraron figuras de cerámica, algunas de ellas con parte de un tipo de bastón o manoplas en sus manos. También se encontró un "bastón" de piedra, lo que podría ser imitación del bastón, originalmente de madera, con que quizás se jugaba la pelota. Otra representación temprana de un juego de pelota se puede encontrar en los murales de Tepantitla, Teotihuacán. Existe la posibilidad de que estos juegos de pelota funcionaban como un tipo de entrenamiento como lo propone Stern (1966: 95-97) quien dice que como se aplicaba mucha violencia física en los juegos de pelota, podría haber servido como preparación para los jugadores / guerreros.

Su práctica se ha transmitido de generación en generación, y aunque no podemos asegurar con certeza la fecha de su origen, los antecedentes confirman su milenaria antigüedad. A la fecha aún se practica en distintas comunidades Purépechas y desde 1994, se comienza a practicar en la Ciudad de México, donde después de 500 años, se logra reincorporar a la mujer en la práctica de este juego. Más recientemente se ha difundido en Chihuahua, Hidalgo, Oaxaca, Querétaro, Quintana Roo y Veracruz.

EL JUEGO: los tiempos de jugar se considera en la tarde o en la noche después de que se regresa del trabajo cotidiano. En las épocas de siembra en la región (marzo-abril) y de la cosecha (octubre-noviembre), lo mismo no se practica en tiempo de lluvias ya que la pelota adquiere humedad y es muy difícil moverla. En Michoacán se juega en las comunidades de Caltzontzin (Municipio de Uruapan); Paracho (misma cabecera municipal); Nurió (Municipio de Paracho) Santa Fe (Municipio de Quiroga); Tirindaro (Municipio de Zacapu); Pátzcuaro (mismo Municipio); Zacan (Municipio de los Reyes).

Actividad #3: “Todos a coordinar”.

Descripción:

Por parejas tomar un paliacate y atarse de los tobillos. Se indica cuando desplazarse de un lado a otro. Se realiza el ejercicio aumentando el número de participantes (4, 6, 8, 12, etcétera), hasta concluir todo el grupo atados del tobillo y encontrar entre todos la forma más fácil de trasladarse a otro punto.

Actividad #4: “Pistas Despistadas”. (Valoración del proceso enseñanza-aprendizaje)

Descripción:

Se forman 6 equipos. Se pide a 6 alumnos que coordinen la actividad. Previamente el profesor hace una serie de pistas, por ejemplo:

-Pistas de números: Se elaboran pistas diferentes para cada equipo con una numeración progresiva hasta cierto número, dependiendo de qué tan extensa se pretenda hacer la actividad.

-Pistas de frase: Partiendo de una frase propuesta para cada equipo, la cual tenga el mismo número de palabras o letras para todos, los alumnos tienen que ir recolectándolas en orden, por ejemplo “la mamá de mi papá es mi abuela”. La frase se divide en 8 palabras y por lo tanto 8 pistas. Con las pistas repartidas entre los coordinadores de forma aleatoria, los alumnos se desplazan de formas extrañas hacia ellos, por ejemplo: de elefantitos, tomados de la nariz, abrazados con estómagos al centro, etcétera, y tienen que pedir la pista siguiente de forma que una preceda sobre la otra. Si el equipo llega con un coordinador y pide la tarjeta #5, por ejemplo, y este no la tiene (nunca les comenta cuales tiene), sino simplemente dice “No la tengo” y así, el equipo busca entre los demás coordinadores. Gana el equipo que primero consiga todas las pistas.

Opciones de aplicación:

- Hacer cambio de compañeros entre los equipos.
- Variar las formas de desplazarse.
- Proponer nuevas situaciones de pistas.

Actividad #5: “Ensartando cabezas”.

Descripción:

Se divide al grupo en equipos de 4-5 integrantes sentados en círculos pequeños y tomados de los hombros. Al centro se colocan el mismo número de aros. El objetivo del juego es insertar los aros en cada una de las cabezas de los integrantes del equipo utilizando los pies y sin ayuda de las manos.

QUINTO GRADO

BLOQUE 2:

Sin música la vida sería un error. Nietzsche

“JUEGO Y RITMO EN ARMONÍA”

Competencia en la que se incide: La corporeidad como manifestación global de la persona

PROPÓSITO:

Que el alumno integre los elementos perceptivo motrices con un adecuado manejo de las acciones del propio cuerpo, a partir de ejercicios rítmicos y de percusiones corporales, con precisión, eficacia, armonía y economía.

CONTENIDOS:

- Reconocimiento de aquellos movimientos rítmicos cuya fluidez en su ejecución permiten un mejor resultado, economizar el esfuerzo al graduar sus acciones.
- Experimentación de secuencias motrices como base para construir otras habilidades genéricas.
- Realización en el hogar de actividades relacionadas con el movimiento, el ritmo o la música y las compartan a sus familiares y amigos.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Desarrolla la coordinación dinámica general a partir de formas de locomoción compleja, participando en actividades rítmicas y juegos colectivos.
- Desarrolla la coordinación dinámica segmentaria, produciendo respuestas a los estímulos sensoriales y su relación ojo-mano, ojo-pie y mano-pie.
- Descubre diferentes percusiones que puede lograr desde su propio cuerpo utilizando el lenguaje métrico-musical.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Circuitos de acción motriz
- Juegos tradicionales
- Juegos cooperativos
- Juego de reglas
- Itinerario didáctico rítmico
- Expresión corporal
- Formas jugadas
- Juegos modificados

MATERIALES:

Pelota rellena de semillas, aros, colchonetas, conos, frisbees, pelotas de vinil, botellas, tarjetas con patrones rítmicos y cinta adhesiva, costalitos, cajas.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- a) Analizar la fluidez del movimiento de los alumnos en actividades complejas.
- b) Observar la coordinación en actividades de locomoción simple y compleja: carrera, salto vertical, horizontal carrera lateral, carrera- saltos y trepar.
- c) Observar la coordinación y la capacidad de realizar producciones originales en relación al ritmo musical.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

El presente bloque contiene tres secuencias de trabajo contemplando veinte tres actividades. La finalidad es que el alumno mejore su coordinación y las ajuste mediante movimientos de locomoción al ritmo musical. Se sugiere al docente:

- Medir el nivel de dificultad conforme al número de segmentos implicados en la acción.
- Permitir la libre exploración de sonidos tanto vocales como corporales.
- Utilizar laminas de papel bond para anotar el ejercicio y os elementos que lo constituyen.

1a Secuencia de trabajo.

Ocho actividades conforman esta primera secuencia, cuya finalidad es observar el desarrollo de la coordinación, la ubicación espacial y temporal. Se trata de hacer que el alumno desarrolle y mejore su coordinación en general al interactuar primero con su cuerpo, luego con diversos objetos manipulando cuerdas, paliacates, pelotas, aros, etcétera y ejecutar diversos desplazamientos en equipo. Observar de qué manera el alumno construye los elementos conceptuales de cada acción al entender su lógica y después proponer nuevas formas de ejecución.

Actividad #1: “Generando mis habilidades”. (Diagnóstico)

Descripción:

Se organiza al grupo por equipos de igual número de integrantes, cada uno de estos equipos se encuentra en una estación en donde tienen una tarea colectiva que cumplir. Después de un lapso de tiempo los equipos se cambian de estación.

Estación #1.- Se colocan algunas colchonetas, los alumnos detrás de una línea deben correr y antes de llegar hasta esta línea deben saltar para caer en una de las colchonetas, las cuales tienen un valor de acuerdo a su distribución.

La tarea que se debe cumplir es conseguir cierto número de puntos, si llegasen a pasar deben reiniciar. También podemos considerar que se realice el mayor número de puntos posibles. Situación problema ¿de qué formas podemos saltar sobre la colchoneta? ¿Y si lo hacemos por parejas mientras nos mantenemos en contacto con el compañero?

Estación #2.- Se colocan dos conos o puntos de referencia a una distancia considerable; los alumnos deben buscar el mayor número de posibilidades de desplazarse de un lado a otro. Ejemplo: uno pasa saltando, otro caminando, uno más corriendo, etcétera. Podríamos plantearlo como situación problema: ¿De qué forma podemos desplazarnos?

Estación #3.- Se coloca una especie de lazo a una altura considerable y se cuelgan diferentes objetos como paliacates, cuerdas, etcétera. La tarea de los alumnos es obtener el mayor número de objetos, solo saltando para obtenerlos. También se puede colocar la cuerda formando una línea inclinada y se tiene que saltar para tocar los objetos. ¿A qué objetos puedo llegar?

Estación #4.- Los alumnos deben buscar subir un tubo o poste poniendo en práctica su habilidad de trepar. Se pretende que todos lo consigan; otra opción es encontrar formas chuscas de trepar. Para mayor seguridad colocar colchonetas.

Estación #5.- Con pelotas “haki” los alumnos las colocan sobre sus pies o palma de la mano abierta y deben lanzarlas para que caigan dentro de una zona establecida. ¿Cuáles son las formas más eficaces de lanzamiento? Compartimos las ideas con nuestros compañeros. Conseguir el mayor número de pelotas dentro de la zona a cada intento.

Estación #6.- Se colocan todos los alumnos frente a una pared excepto uno que tiene varias pelotas, éste se coloca a cierta distancia. Él debe lanzar las pelotas tratando de ir tocando a sus compañeros. Los cuales solo pueden esquivar las pelotas con desplazamientos laterales.

Opciones de aplicación:

- Los alumnos tienen la opción de modificar o crear la tarea dentro de cada estación de acuerdo a sus propuestas y experiencias.
- Cambiar estaciones, lo que permite reafirmar el trabajo. Por ejemplo los objetos colgados deben ser derribados con la ayuda de las pelotas “haki”.

Actividad #2: “Ula ula”. (Juego tradicional)

Descripción:

Cada alumno con un aro; primero manipulan de manera libre durante un lapso de tiempo considerable. Después se van siguiendo las propuestas, tanto las del docente como de los alumnos.

Se puede guiar el trabajo en cuanto a:

-Poner el aro en el piso, patearlo, hacerlo girar, movernos dentro de él; utilizando ambos pies.

-Con las manos girar y rodar el aro, tanto apoyado en el suelo como en el aire o con los brazos.

-Buscar otros segmentos corporales en donde podemos hacer girar el aro.

Con dos aros buscar manipularlos al mismo tiempo; por ejemplo girarlos con ambos brazos o pies; con el cuello y otro con la cadera, etcétera.

-Encontrar diversas formas de mantener el aro girando el mayor tiempo posible.

Opciones de aplicación:

- Utilizar la mayor cantidad de aros que se pueden mantener girando en distintos segmentos corporales o en uno mismo.
- Por equipos trabajar las distintas tareas.

Actividad #3: “Las arañas y las moscas”.

Descripción:

Se delimita un área de juego, dentro de ésta se inhabilita la parte central marcando un rectángulo. El área tiene diversos tipos de obstáculos: conos, aros, etcétera; que deben ser evadidos por las moscas. También se marca en el piso una línea y a cierta distancia otra; esto quiere decir que el espacio entre

ambas no debe ser tocado por las moscas y la araña, tienen que saltar este espacio.

El juego consiste en que un alumno toma el rol de araña y persigue a los demás (moscas) para capturarlos. La araña coloca en un lugar a las moscas formando su telaraña.

La araña siempre corre hacia adelante, cada que capture tres moscas puede cambiar su manera de correr; esta puede ser de forma lateral, dando grandes saltos, etcétera.

Las moscas capturadas se quedan inmóviles con los brazos y las piernas abiertas, dificultando el paso de las otras moscas, que quedan momentáneamente obstaculizadas y son presa fácil para la araña.

La telaraña se puede abrir para dar paso a la araña.

La última mosca cazada se convierte en la araña en el próximo juego.

En cada cambio o pausa se debe pedir al alumno que piense la mejor forma de realizar la actividad o una alternativa que de mejor resultado.

Opciones de aplicación:

- Aumentamos el número de arañas que participan.
- Modificar el área de juego.

Actividad #4: “La liga extraordinaria”.

Descripción:

Se divide el grupo en 2 equipos de igual número de integrantes, cada uno se coloca dentro del área de juego formando hileras una frente a la otra.

La intención del juego es que el último de cada equipo sale corriendo para pasar por debajo de las piernas de sus compañeros y llegar al frente primero que el otro.

Ambos equipos deben buscar dificultar el paso del adversario, por lo que tomados de las manos y sin soltarse deben de separarse lo más que puedan para que el alumno que corre tenga que recorrer una mayor distancia, en caso de que sean rebasados, regresan rápidamente y se juntan lo más que puedan con las piernas separadas para que su compañero pueda pasar con mayor facilidad.

Simular la acción de una liga que se estira y se encoge. El primero que llegue obtiene el punto.

Opciones de aplicación:

- En lugar de pasar por debajo de las piernas, el compañero lanza una pelota para que pase entre las piernas de sus compañeros; la pelota que llegue primero obtiene el punto para ese equipo.
- El alumno que sale, lleva una pelota botando y pasa en zigzag entre sus compañeros.
- Se colocan los equipos en 6 puntos y su compañero pasa saltándolos.

Actividad #5: “Piedra, papel o tijeras”. (Juego tradicional)

Descripción:

Se colocan a los alumnos por parejas y se lleva a cabo una especie de desafío. Se juegan 2 de 3 partidos y se cambia de compañero.

Los dos alumnos dicen la frase: “Piedra, papel o tijeras”, al tiempo que agitan una de sus manos con una serie de movimientos laterales. Al término de esto, en automático eligen piedra, papel o tijeras, representando con una mano objetos señalados.

Una de los dos obtiene ventaja de acuerdo a los siguientes criterios:

- Piedra rompe a tijeras.
- Tijeras corta a papel.
- Papel tapa a piedra.

Actividad #6: “Salto inteligente”.

Descripción:

Se divide al grupo en dos equipos mixtos; enfrente de cada uno de ellos se colocan varios aros distribuidos con una secuencia que permita saltar alternando los pies o utilizando solo uno (parecido a la forma del juego tradicional “avión”) con una longitud mayor.

La intención de la actividad es que los alumnos, en base a su bagaje motriz, construyan y solucionen secuencias lógicas de salto.

Por ejemplo:

- Recorrer el circuito sin dejar de pisar dentro del aro; con un pie, luego con el otro y con pies juntos.
- Pasar por el circuito saltando con un pie cuando haya un aro o cuando haya dos aros utilizar ambos pies.

Opciones de aplicación:

- Ahora cuando haya un aro utilizando ambos pies y si hay dos aros un pie.

Actividad #7: “Agregando y formando...”.

Descripción:

Se forman equipos de 6-8 integrantes. Cada equipo forma un tablero con aros juntos en el suelo, (aproximadamente 10 o 15 aros).

A cada aro se le asigna un número de 0 a 9 colocados de forma aleatoria. Al interior del equipo se dividen en dos o más equipos. Un equipo propone el resultado de una operación matemática, por ejemplo: “La suma de 5 números cuyo resultado sea 28”.

El equipo que ha sido retado tiene 20 segundos para ponerse de acuerdo y mediante una serie de saltos consecutivos, ya sea individual o por parejas, tiene que realizar la suma, por ejemplo: saltar cayendo en el 9 y sumando con el 6; dando un total de 28 en 5 saltos.

Entre los mismos equipos se producen las operaciones.

Opciones de aplicación:

- Que los alumnos propongan distintos saltos, por ejemplo: saltar con un solo pie, con 3 compañeros simultáneamente y tomados de las manos, entre todo el equipo y solamente 5 apoyos.
- Saltar sin utilizar uno o varios números, por ejemplo: sin pisar en el 2, 4 y 7.

Actividad #8: “Colorín colorado ésta botella te ha tocado”.

Descripción:

El área de juego se divide en 3 círculos subsecuentes (pequeño, mediano y grande). Dentro del primer círculo (pequeño) se colocan todos los alumnos con una pelota, en el segundo colocamos botellas de diferentes colores mientras que el último círculo queda vacío.

Todos los alumnos están viendo hacia el centro, a la indicación deben girar y lanzar su pelota tratando de tirar la botella de color que se menciona en la indicación, por ejemplo: listos, botella verde.

El alumno que consiga derribar la botella correcta pasa al tercer círculo pudiendo recuperar las pelotas de todos los demás compañeros que no derribaron las botellas o se equivocaron, ya que ellos no pueden salir del círculo pequeño. Esperan a recibir las pelotas que son lanzadas desde el tercer círculo, así los alumnos que van consiguiendo la finalidad van quedando en el círculo externo, teniendo la posibilidad de moverse alrededor y tener más pelotas. La actividad se puede ir reiniciando o modificando de acuerdo a las propuestas de los alumnos.

Opciones de aplicación:

- Mientras los alumnos se encuentran en el centro deben realizar una acción, por ejemplo girar alrededor del círculo hasta que se diga la indicación o mantenerse lanzando y cachando.
- Algunas botellas son comodines (botellas negras, por ejemplo).
- Por equipos, cada uno debe derribar solo las botellas del color que le asigne.

2a Secuencia de trabajo.

Esta segunda secuencia por su naturaleza se extiende hasta el final del bloque, consta de siete actividades a través de las cuales se busca que el alumno sincronice actividades de locomoción a partir del ritmo musical y mejore la coordinación general y segmentaria. Diversos ritmos serán identificados a través de valores de duración hasta adecuar su locomoción con movimientos pausados, secuenciados, y por lo tanto coordinados. La exploración e identificación de sonidos corporales en donde el esquema corporal en conjunto se desplaza y construye sus propias formas de ritmo constituye la base para mejorar la coordinación segmentaria.

Actividad #1: “EPO I TAE TAE”.

Descripción:

Los alumnos mediante la entonación de una canción, deben mover las manos en contacto con distintas partes del cuerpo. Se trata de utilizar ritmos básicos grupales para la cohesión de los niños. Se comienza de una manera dirigida y poco a poco se pasa la responsabilidad al propio grupo que se va soltando y creando sus propias estructuras rítmicas-motrices).

EPO I TAE – TAE – E.

Es un juego rítmico que trata de realizar determinadas acciones preestablecidas siguiendo una canción. Se comienza lento y poco a poco se va acelerando el ritmo.

Epo y tae tae e (bis)

Epo y tuqui tuqui epo

Y tuqui tuqui epo

Y tuqui tuqui e

Epo (palmadas en muslos)

Tae (palmadas)

E (brazos arriba)

Tuqui (palmadas en los hombros)

Actividad #2: “Mis propios sonidos”. (Ritmo, tiempo, sonoridad, armonía, pulso, memoria rítmica, lenguaje, esquema corporal, sincronía, distensión, acento, percusiones, relación, acento, intensidad, altura, sensación y capacidades perceptivas).

Descripción:

Consigna: “Hoy vamos a producir sonidos”.

-Desplazarse por el espacio libremente, hacer ruido. *Experimentar varias posibilidades.*

-Desplazarse por el espacio, hacer más ruido. *Experimentar varias posibilidades.*

-Formar un círculo, hacer ruido con: los pies, las manos, la boca y otras posibilidades (*todos*).

-Uno por uno hace un sonido con su cuerpo de forma diferente cada vez, el resto del grupo lo imita. *Repetir dos veces el sonido que ejecuta cada niño.*

-Tocar los muslos con las palmas de las manos, al mismo tiempo, dos veces. *Esperar dos tiempos y repetir.*

-Golpear las plantas de los pies contra el piso alternando los pies, dos veces. *Esperar dos tiempos y repetir.*

-Tocar los hombros con las palmas de las manos, dos veces. *Esperar dos tiempos y repetir.*

-Tocar la cabeza con las palmas de las manos, dos veces. *Esperar dos tiempos y repetir.*

-Tocar la espalda con las palmas de las manos, dos veces. *Esperar dos tiempos y repetir.*

-Tocar los glúteos con las palmas de las manos, dos veces. *Esperar dos tiempos y repetir.*

-Tocar el abdomen con las palmas de las manos, dos veces. *Esperar dos tiempos y repetir.*

-Tocar las rodillas con las palmas de las manos, dos veces. *Esperar dos tiempos y repetir.*

-Experimentar otras posibilidades.

-Repetir todas las partes del cuerpo, incluyendo un sonido: ejemplo: Tocar las piernas con las palmas de las manos, al mismo tiempo dos veces y decir “ton-ton”. (Esperar dos tiempos e iniciar con otra parte del cuerpo).

Sonidos:

Muslos: “Ton-ton”.

Pies: “Pin-pin”.

Hombros: “cha-cha”.

Cabeza: “Tum-tum”

Espalda: “Tza-tza”

Glúteos: “Mia-mia”.

Abdomen: “Fu-fu”.

Rodillas: “ño-ño”.

(Los sonidos pueden variar de acuerdo con las necesidades de cada grupo).

-Desplazarse por el espacio, al nombrar una parte del cuerpo: *muslos, pies, hombros, cabeza, espalda, glúteos, abdomen, rodillas, repetir el sonido dos veces* al mismo tiempo que golpean la parte indicada. Repetir varias veces.

-Desplazarse por el espacio ejecutando el sonido o los sonidos que más les hayan gustado. (Con ayuda).

-Ejecutar el sonido de dos, tres o cuatro ritmos siguiendo una fila detrás de la profesora.

-Distensión. Sentarse, cerrar los ojos, respirar profundamente y emitir sonidos suaves.

-En círculo comentar sus vivencias.

Opciones de aplicación:

-Alternas con los brazos mientras se golpea.

-Preguntar los sonidos de cada una de las partes del cuerpo.

-Ejecutar los ritmos hasta formar una melodía. Ejemplo: “ton-ton”, “pin-pin”, “cha-cha”, “tum-tum”, “tza-tza”, “mia-mia”, “fu-fu” y “ño-ño”. (Repetir dos o tres veces la melodía completa).

-Dibujar en una hoja su cuerpo y escribir los sonidos que correspondan a cada parte del cuerpo.

Actividad #3: “Hacia la polirritmia”.

Descripción:

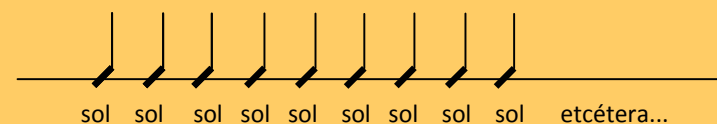
La polirritmia es un ejercicio rítmico-motriz que tiene como intención desarrollar la capacidad de ritmo y la coordinación segmentaria en el niño. Se basa en conceptos elementales del lenguaje métrico-musical. Además está basada en los estilos propios de los pedagogos musicales: Orff, Dalcroze y Paul Hindemith.

Para su enseñanza debe observarse un método que permita la adquisición progresiva en el alumno de las habilidades necesarias para su manejo:

En una ronda el niño marcha a un “tempo” (adecuado a su locomoción) junto con el maestro, **quien utiliza un tamboril como apoyo.**

Durante la marcha se menciona una sola palabra monosílaba, haciendo corresponder a cada palabra un paso (palabra “sol” o “voy”). **Los niños siempre repiten en voz alta las palabras asociadas a los movimientos.**


Ahora, con el propósito de que el niño relacione visualmente los valores de medida a las palabras, se les ilustra en el pizarrón las figuras que corresponden a la primera práctica. **El profesor señala con un lápiz en la mano uno a uno los valores anotados para que el niño pueda seguirlos.** Ejemplo:



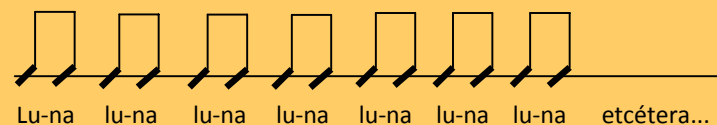
Combinando diferentes palabras monosílabas:



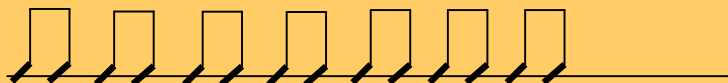
3. Para el trote se dan dos golpes consecutivamente en el tamboril, el doble de rápido que la marcha y se menciona una palabra de dos sílabas que tenga el acento grave (palabra “lu-na” o “co-rro”).

4. Igual que lo anterior, se muestra en el pizarrón la figura de octavos () y se relaciona a las palabras de dos sílabas. **El profesor señala con un lápiz en la mano uno a uno los valores anotados para que el niño pueda seguirlos.**

Ejemplo:



Combinando diferentes palabras:



Pe-rro lo-bo to-ro ga-to pa-to lo-ro a-ve etcétera...

1. Se combinan los dos valores durante el desplazamiento y en el pizarrón siguiendo el mismo procedimiento:



Sol lu-na sol lu-na lu-na lu-na lu-na lu-na (se repite)

Combinando diferentes palabras:



Sol pe-rro ga-to sol, sol pa-to po-llo sol, etcétera...

Estos ejercicios de desplazamientos y lectura deben practicarse con frecuencia, incrementando el tipo de valores y de movimientos (marcha al frente, atrás, lateral, pausas, trote, giros, saltos, etcétera); relacionándolos constantemente.

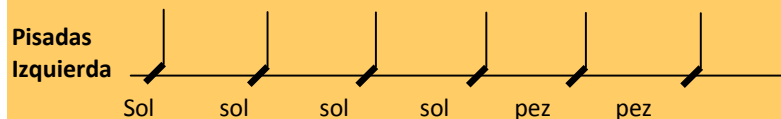
2. En otra sesión, sentados en una silla (o en el piso, recargados en la pared), se proponen acciones de movimiento concretas y simultáneas a la lectura de los valores. En el ejemplo siguiente, se dan pisadas alternando izquierda y derecha. **Es importante recordar que el maestro apoya la lectura señalando en el pizarrón cada una de las palabras y los valores:**



Pisadas

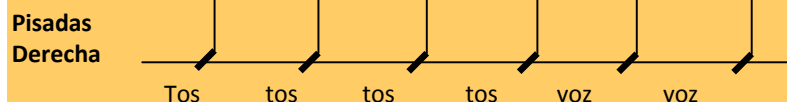
sol tos pez voz dos las más de diez etcétera...

3. Ahora se describe la lateralidad de la siguiente forma y se ejecuta alternando:



Pisadas
Izquierda

Sol sol sol sol pez pez



Pisadas
Derecha

Tos tos tos tos voz voz

La intención es que los niños logren independencia y que a futuro sean capaces de reconocer la duración de los valores sin la ayuda de palabras.

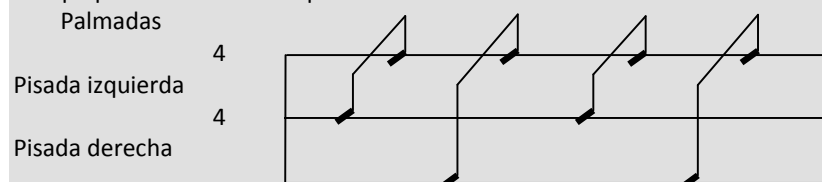
4. La dificultad se va incrementando, considerando:

- a) La combinación de los valores.
- b) La extensión del ejercicio.
- c) El "tempo" o velocidad de la ejecución. Muy rápido o muy lento dificulta.
- d) Presentando patrones que deben transferirse idénticos a otro lado, o a otro segmento.

Actividad #4: "Polirritmia".

Descripción:

En un nivel más avanzado de este tipo de ejercicios, se combinan las percusiones corporales, anotando los valores musicales y alternando sobre distintas líneas. En el siguiente caso algunas palmadas aparecen a contra tiempo por el acento en las pisadas:



Palmadas

4

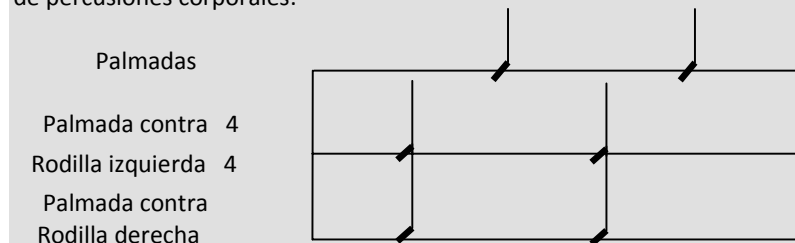
Pisada izquierda

4

Pisada derecha

Preferentemente el niño ya no requiere de la asociación de palabras y es capaz de entender la duración de los diferentes valores.

Finalmente se pueden sumar palmadas simultáneas con otras combinaciones de percusiones corporales:



Palmadas

Palmada contra 4

Rodilla izquierda 4

Palmada contra

Rodilla derecha

Ahora el niño con ayuda del profesor elabora su propio ejercicio. La dificultad se incrementa al sumar elementos corporales y/o extendiendo el ejercicio.

Actividad #5: "Exploración de sonidos corporales y tarjetas para ritmo".

Descripción:

Los estudiantes podrán identificar y ejecutar correctamente ritmos

Materiales: Tarjetas con patrones rítmicos y cinta adhesiva

La polirritmia promueve la exploración, investigación y toma de conciencia de todos los sonidos exteriores que se pueden producir percutiendo el cuerpo de diferentes formas. Estos sonidos pueden ser más o menos complejos (por lo que debe ser considerado esto como un criterio de dificultad):

- Palmadas ahuecadas
- Palmadas llanas

Palmas contra:

- rodillas
- muslos-superior
- muslos-lateral
- pecho
- mejillas (con altura)
- boca
- Pisadas
- Silbar
- Frotamientos
- Etcétera...

Se puede hacer uso de objetos dispuestos alrededor como puertas, sillas etcétera.

1. Elaborar diez tarjetas de ritmos.
2. El profesor pide a los alumnos que se sienten en un semicírculo y explica la actividad.
3. Muestra a los alumnos los diez patrones rítmicos compuestos en las tarjetas.
4. El profesor hace una demostración de los ritmos percutiendo en diferentes partes del cuerpo, según lo escrito en cada tarjeta.
5. El profesor presenta los patrones rítmicos usando la percusión del cuerpo y los estudiantes imitan después de cada una.
6. La clase se divide en tres equipos.
7. Los diez patrones rítmicos se arreglan en el pizarrón en grupos: tres, cuatro, tres, por ejemplo: una serie se le asigna a cada equipo de estudiantes.
8. El profesor conduce con cada equipo uno por uno y rota las piezas, hasta que cada uno ha jugado cada patrón.
9. En los mismos equipos, ahora los estudiantes componen dos compases de cuatro tiempos (ocho en total) con percusiones corporales que ellos elijan.
10. Cada equipo presenta su composición por separado.
11. Ahora todo el grupo se organiza de modo que equipo por equipo, consecutivamente como un pedazo largo de música, presentan sus composiciones.

Actividad #6: “Exploración de sonidos corporales y valores de duración”.

Descripción:

Los estudiantes podrán identificar y escribir correctamente ritmos.

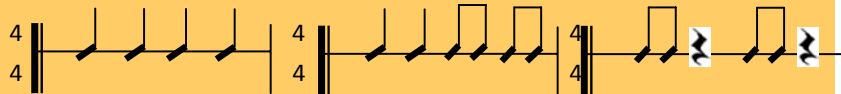
1. Escribir una nota de cada valor en el pizarrón.
Bajo cada símbolo anotar un elemento de percusión del cuerpo:
 - A las notas de unidad (un solo sonido que dura cuatro tiempos), corresponde fricción con las manos desde hombros hasta las caderas.
 - A las notas de mitad (dos notas que duran dos tiempos cada una) frotar con las manos a lo largo de los brazos desde el hombro.
 - Las notas de cuarto (nota por tiempo), son palmadas.
 - Las notas de octavo (dos notas breves que caben en un tiempo), chasquidos.
 - Las notas de dieciseisavo (cuatro notas muy breves que caben en un cuarto), palmadas contra los muslos.

2. El profesor hace una demostración
3. Escribir ahora un ritmo distinto de cuatro tiempos en el pizarrón y pedir a los estudiantes que sustituyan las notas por las percusiones corporales que correspondan.
4. Ahora divide a los estudiantes en equipos.
5. Una persona de cada equipo va hasta el pizarrón.
6. Se nombran un par de jueces que observaran quién termina primero, ellos tienen en sus manos los dictados que el profesor realiza.
7. El profesor cuenta cuatro tiempos de entrada y entonces realiza el dictado: un patrón de cuatro tiempos con percusiones corporales a manera de dictado. Posteriormente para mayor dificultad dictar ocho tiempos seguidos.
8. Los estudiantes representantes de cada equipo, escriben en el pizarrón el ritmo, según lo realizado.
9. El profesor repite el dictado para los estudiantes.
10. El primer representante de equipo que escriba el ritmo exactamente como debe ser consigue tres puntos, el segundo que lo logre dos y el tercero uno (siempre que termine de escribirlo correctamente). No se quita ningún punto para las respuestas incorrectas. El equipo con el mayor número de puntos al final de la clase gana.
11. Todo el proceso se repite la siguiente sesión, con diferentes percusiones corporales.

Actividad #7: “Jugando a las palmadas”.

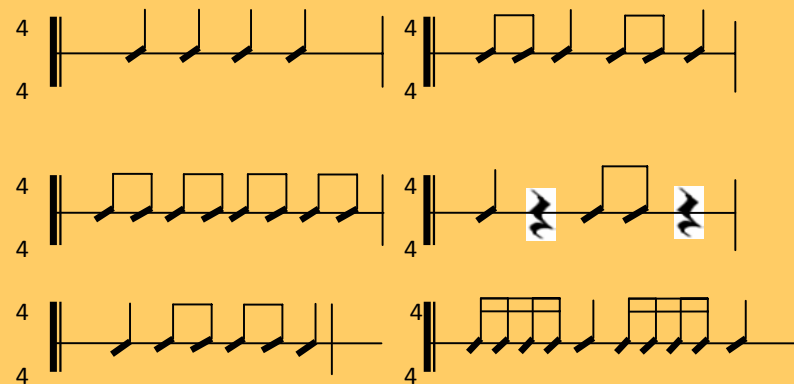
Descripción:

Reproducir en eco. Primero debe ser el profesor quien realice un compás con palmadas, luego los niños lo repiten. Es una herramienta primordial que gradualmente debe ir incrementando su dificultad. A continuación 3 ejemplos:



Dictados. Además de demostrar ser capaces de captar y reproducir, deben anotar las figuras que corresponden a la duración de los sonidos de cada compás. El profesor palmea un primer compás fácil de captar, después los niños tratan de recordar las figuras que representan esas duraciones y las anotan, finalmente el maestro lo repite dos veces más.

Pregunta / respuesta. El ejercicio consiste en relacionar dos columnas. En la columna de la izquierda el profesor escoge un compás de tres posibles, lo palmea. Mientras suena los alumnos deberán permanecer atentos para identificar de cual se trata, una vez que lo sepan ellos deberán responder con el compás de la derecha que corresponde y sin perder el ritmo.



Repetición pero no imitación. Pueden repetir modelos propuestos por el profesor o por otros alumnos, pero han de intentar incluir un elemento sorpresa, es decir, algo que no esté previsto (en el 4º tiempo).

3a Secuencia de trabajo.

En esta tercera secuencia se contemplan 8 actividades. Se ponen a prueba aspectos de coordinación dinámica, segmentaria y general en formas de participación colectiva, donde el fin recae en la resolución de problemas.

Actividad #1: “Test de coordinación motriz”.

Descripción:

Los alumnos caminan por toda el área de manera libre, a la indicación se colocan frente a una pareja. Después siguen caminando, se repite ésta acción al terminar cada indicación. Llevar a cabo dos o tres veces cada una de ellas, buscando una pareja diferente en cada una de ellas.

Dentro de cada indicación se va a modificar la acción a realizar, se pretende que lo haga sin hablar.

Las indicaciones son:

-Ahora cuando se coloquen frente a alguien deben decir al mismo tiempo “uno” después continúan caminando.

-Decir al mismo tiempo “uno”, “dos”.

-Continuar con la lógica llegando hasta tres, “uno”, “dos”, “tres”.

De igual manera cuando se da la indicación buscan una pareja pero ahora uno dice el número “uno” y el otro responde “dos”, el primero nuevamente responde diciendo “tres”.

De aquí en adelante se van haciendo la misma actividad hasta que uno se equivoque. De ser así se dan un abrazo y buscan a una nueva pareja.

Para complicar la actividad cada que se encuentra una nueva pareja se deben poner de acuerdo sobre movimientos que se van a realizar en cada número;

por ejemplo: 1.- manos arriba, 2.- palmada y 3.- salto. Por lo que cada que uno dice un número acompañado de la acción acordada.

Opciones de aplicación:

- Realizar la actividad con algún tipo de implemento como un paliacate o pelota.
- Los alumnos proponen otras alternativas para llevar a cabo la actividad.
- Solo se realizan los movimientos acordados, es decir, no se dicen los números.

Actividad #2: “Uno para todos y todos para uno”.

Descripción:

El grupo se divide en dos equipos, se delimita el área de trabajo con conos formando un cuadrado.

Un equipo se coloca dentro del área (receptores) y el otro fuera de ella (pateadores). Ambos tienen tareas y recorridos que deben concluir antes que su adversario lo haga. De ésta manera generar un punto para su equipo.

Los receptores, para iniciar su tarea, deben recuperar la pelota que fue proyectada previamente por los pateadores.

Estos últimos deben hacer sus recorridos de manera simultánea.

Consignas para la primera tarea y recorrido.

Pateadores:

-Hay una larga fila de aros; en ella encontramos algunos colocados paralelamente uno con otro.

Todo el equipo debe pasarlos saltando; el primero lo hace con un solo pie, el segundo con ambos, el tercero alternándolos. Y así sucesivamente, repitiendo esta secuencia.

Receptores:

-Uno de ellos debe ir a buscar la pelota, el resto se acomoda en fila y adoptan la postura en 6 puntos de apoyo. Cuando su compañero regrese comienza a saltarlos, al llegar al final se coloca para ser saltado, todos sus compañeros deben hacer lo mismo dando una vuelta al área.

El equipo que acabe primero gana un punto.

Consignas para la segunda tarea y recorrido.

Pateadores:

-Deben colocarse un costalito en la cabeza y mantenerlo equilibrado mientras realizan un recorrido por unos conos situados en zigzag. En éste recorrido avanzan lateralmente. Si a una persona se le cae su costal vuelve a realizar el recorrido.

Receptores:

-El equipo se coloca en fila y sentados; el último se pone de pie y pasa por entre sus compañeros en zigzag, al terminar se quedan de pie y así sucesivamente.

El primer equipo en terminar gana un punto.

Consignas para la tercera tarea y recorrido.

Pateadores:

-Tienen que saltar un muro de cajas, el cual debe tener una altura considerable. Si alguno tira una caja a la hora de pasar debe regresarse. En caso de que hayan pasado varios al mismo tiempo, ellos también deben regresarse.

Receptores:

-Con cajas tienen que construir una pirámide de altura considerable, en la última caja de arriba tienen que colocar la pelota (manteniéndola al menos durante 3 segundos).

El primer equipo en terminar gana un punto.

Consignas para la cuarta tarea y recorrido.

Pateadores:

-En ésta base hay dos aros; uno ésta suspendido a cierta altura, por él se tiene que hacer pasar una pelota u objeto, pero lanzándolo. El segundo ésta a ras del piso y se tiene que hacer pasar otra pelota u objeto con el pie a través de este.

Receptores:

-Deben mandarse pases entre ellos, primero solo con las manos y después con los pies. No se debe perder al control de la pelota.

Actividad #3: “Pirámides”.

Descripción:

Esta actividad pone a prueba el espíritu de cooperación de cualquier grupo, ya que se trata de formar diferentes tipos de pirámides humanas. El profesor da una indicación para que los equipos las realicen.

Puede ser:

-La pirámide más alta.

-La pirámide con menor base (base de sustentación más pequeña).

-Apoyándose solamente en alguna parte del cuerpo (rodillas, 8 pares de pies, espaldas, etcétera).

Actividad #4: “Pelota Canguro”.

Descripción:

Los alumnos distribuidos por toda el área; cada uno de ellos con una pelota canguro (la cual puede ser construida dentro de la misma sesión).

Primero experimentar de manera libre las posibilidades que éste implemento genera a partir de sus propios conocimientos.

Después vamos guiando las tareas a realizar, sin descuidar la participación así como las propuestas que los alumnos manifiesten.

-La pierna derecha hace girar la pelota canguro y la izquierda salta. En seguida se invierte la acción.

-Desplazarse haciendo girar la pelota canguro esquivándola a cada paso.

Por parejas.

-Utilizando un alumno ambas pelotas canguro, tratar de hacer que estas giren y de igual forma desplazarse. Se alterna el rol.

-Uno hace girar una pelota canguro, mientras que el otro salta.

-Manipular la pelota canguro con los segmentos corporales como los brazos.

-De manera grupal hacemos dos equipos, para jugar encantados utilizando las pelotas canguro para atrapar.

Opciones de aplicación:

- Que los alumnos busquen algunas posibilidades de manipular más de dos pelotas canguros.
- Construir un juego a partir de sus experiencias previas.
- Hacer lanzamientos de pelotas canguro con manos y/o pies.
- Hacer girar la pelota canguro con un bastón al aire y sobre el suelo.

Actividad #5: “Frisbee gol”.

Descripción:

Se organiza al grupo por equipos de igual número de integrantes, se delimita un área de juego; los jugadores se distribuyen por está. La actividad consiste en anotar en la portería opuesta con el frisbee. El equipo que consiga más anotaciones en cierto tiempo es el ganador.

-El jugador que tiene el frisbee no se puede desplazar.

-Si el frisbee toca el suelo, se cambia la posesión de este al otro equipo.

-Se debe detener el juego en algún momento la actividad para:

-A través de algunas preguntas hacer que los alumnos modifiquen la estructura del juego.

-¿Qué podemos hacer para que esta actividad sea más difícil?

-¿Qué elemento les gustaría modificar?, ¿Qué otra cosa se les ocurre que podemos hacer?

-¿Cómo podemos construir una estrategia que nos ayude a mejorar nuestra actuación?

Opciones de aplicación:

- Utilizar más de un frisbee para dar mayor dinámica a la actividad.
- Reducir o aumentar: el espacio de juego, porterías, número de jugadores, entre otros.
- Conseguir una meta antes de poder anotar (por ejemplo, cierto número de pase).

Actividad #6: “Pies quietos”.

Descripción:

Todos los alumnos se sitúan en círculo, menos uno que se coloca en el centro y es el que tiene una pelota; la lanza al aire, al tiempo que grita el nombre de uno de sus compañeros. Todos los jugadores se alejan, excepto al que se

nombra, que debe tomar la pelota; cuando lo logra, grita ¡Pies quietos! los demás jugadores se detienen.

Él de la pelota puede dar tres pasos para después lanzar está por el suelo, intentando tocar a uno de los jugadores; si lo consigue ese jugador, pasa al centro, de no conseguirlo, él es quien pase al centro para que reinicie el juego diciendo el nombre de otro alumno.

Se les pregunta a los alumnos ¿Qué se les ocurre proponer acerca del juego?

Opciones de aplicación:

- No se colocan en círculo, si no que se dispersan por toda el área; se efectúa la actividad.
- Por equipos, todos con pelotas van desplazándose al tiempo que lanzan y cachan. Cuando se menciona un equipo, éste corre al centro para gritar ¡Pies quietos! Y después buscar tocar el mayor número de adversarios.

Actividad #7: “Cebollitas”. (Juego tradicional)

Descripción:

El grupo se sienta en el suelo formando una fila de cebollas, uno detrás de otro con las piernas abiertas y rodeando con los brazos la cintura del compañero de adelante. El último de la fila apoya la espalda en la pared o en un árbol.

El jugador que arranca cebollas se sitúa de pie frente a la fila tomando las manos del primer jugador y tirando de él para separarlo de la fila.

Los jugadores arrancados de la fila colaboran con el arranca-cebollas agarrándose a su cintura y ayudándole a tirar.

El juego termina cuando no queda ninguna cebolla por arrancar.

Actividad #8: “Generando mis habilidades”. (Valoración para el proceso de Enseñanza-aprendizaje)

Descripción:

Se organiza al grupo por equipos de igual número de integrantes, cada uno de estos equipos se encuentra en una estación en donde tienen una tarea colectiva que cumplir. Después de un lapso de tiempo los equipos se cambian de estación.

Estación #1.- Se colocan algunas colchonetas, los alumnos detrás de una línea deben correr y antes de llegar hasta esta línea deben saltar para caer en una de las colchonetas, las cuales tienen un valor de acuerdo a su distribución

La tarea que se debe cumplir es conseguir cierto número de puntos, si llegasen a pasar deben reiniciar. También podemos considerar que se realice el mayor número de puntos posibles.

Estación #2.- Se colocan dos conos o puntos de referencia a una distancia considerable; los alumnos deben buscar el mayor número de posibilidades de

desplazarse de un lado a otro. Ejemplo: uno pasa saltando, otro caminando, uno más corriendo, etcétera.

Estación #3.- Se coloca una especie de lazo a una altura considerable y se cuelgan diferentes objetos como paliacates, cuerdas, etcétera. La tarea de los alumnos es obtener el mayor número de objetos, solo saltando para obtenerlos.

Estación #4.- Los alumnos deben buscar subir un tubo o poste poniendo en práctica su habilidad de trepar. Se pretende que todos lo consigan; otra opción es encontrar formas chuscas de trepar. Para mayor seguridad colocar colchonetas.

Estación #5.- Con pelotas “haki” los alumnos las colocan sobre sus pies o palma de la mano abierta y deben lanzarlas para que caigan dentro de una zona establecida.

Conseguir el mayor número de pelotas dentro de la zona a cada intento.

Estación #6.- Se colocan todos los alumnos frente a una pared excepto uno que tiene varias pelotas, éste se coloca a cierta distancia. Él debe lanzar las pelotas tratando de ir tocando a sus compañeros. Los cuales solo pueden esquivar las pelotas con desplazamientos laterales.

Opciones de aplicación:

- Los alumnos tienen la opción de modificar o crear la tarea dentro de cada estación de acuerdo a sus propuestas y experiencias.
- Cambiar estaciones, lo que permite reafirmar el trabajo. Por ejemplo los objetos colgados deben ser derribados con la ayuda de las pelotas “haki”.

QUINTO GRADO

BLOQUE 3:

Se aprende más en la derrota que en la victoria. Parlebas

“MÁS RÁPIDO QUE UNA BALA”

Competencia en la que se incide: Expresión y desarrollo de habilidades y destrezas motrices

PROPÓSITO:

Desarrollar la agilidad del alumno, como condición necesaria para mejorar la acción motriz en situaciones de juego motor. Lo cual implica un incremento considerable del bagaje motriz y su preparación para la acción creativa.

CONTENIDOS:

- Establecimiento de relaciones entre sus patrones básicos de movimiento para idear y construir formas rápidas de ejecución, identificando su agilidad y velocidad corporal.
- Control de distintos implementos proyectándolos a diferentes lugares con dirección, fuerza y velocidad necesaria para resolver situaciones de juego.
- Adaptación de sus movimientos a circunstancias propias del juego colectivo aplicando modos de resolver problemas de tipo motor y colaborando en la construcción de la competencia motriz de sus compañeros.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Mejora su agilidad a través de movimientos rápidos y fluidos, provocando respuestas controladas por el esfuerzo físico.
- Manipula y controla objetos diversos, adaptando sus desempeños a habilidades motrices básicas tales como: lanzar, atrapar y golpear.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Circuito de acción motriz
- Formas jugadas
- Juego libre
- Juego tradicional
- Juego cooperativo
- Actividades recreativas

MATERIALES:

Caja de cartón, pelotas de vinil y esponja, frisbees, globos, periódico, bolsas de plástico, hojas de papel recicladas, aros, bastones, paliacates, resortes y cuerdas.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- a) Observar las condiciones de ejecución del alumno, a partir de la velocidad y fluidez de sus movimientos.
- b) La agilidad mostrada al inicio y al finalizar el presente bloque.
- c) La forma de manipulación de diversos objetos, lanzando, atrapando y golpeándolos.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

El presente bloque lo conforman catorce actividades. Se busca desarrollar la habilidad del alumno para incrementar su bagaje motriz. Se estimulan tres patrones básicos de movimiento: lanzar, recibir y golpear. Se sugiere:

- Utilizar múltiples materiales para comprender a partir de la variabilidad la importancia de la libre exploración.
- Garantizar que los alumnos puedan manipular objetos útiles (evitar utilizar basura).
- Sugerir a los niños reforzar estas acciones en casa y las compartan con niños y amigos.
- Observar el desempeño motor primero individual, por parejas y finalmente en la conformación de equipos mixtos.

1a Secuencia de trabajo.

Esta secuencia consta de dos actividades: “Precisamente ahí está el detalle y cuidado aviones en la escuela”. Su finalidad es poner a prueba la agilidad y la capacidad de organización grupal del alumno, desafiando pruebas en donde la construcción y el entendimiento del trabajo cooperativo serán la tónica para las siguientes sesiones. Elaborar formas rápidas de ejecución y velocidad corporal permite una fluidez de movimiento y por lo tanto la construcción de la agilidad.

Actividad #1: “Precisamente, ahí está el detalle”. (Diagnostico)

Descripción:

Se establece una serie de actividades durante la sesión propuesta, realizándose con el objetivo de poner a prueba la agilidad, precisión y trabajo en equipo.

Se forman equipos de 4 integrantes y por cada prueba superada de manera satisfactoria, se concede un cierto número de puntos.

Prueba #1.- “Encestes a cinco pies”.

Cada equipo posee una caja de cartón que coloca en un espacio del patio a una distancia de 3-5 metros de los demás equipos; alrededor de su caja establece una cerca que representa un límite de acceso a los demás equipos.

Los integrantes de cada equipo se colocan en hilera tomando el pie derecho del compañero, que se encuentra al frente y colocando su mano izquierda sobre el hombro izquierdo. De ésta forma el equipo se traslada por el lugar de juego con el siguiente fin:

Sin perder la posición, cada integrante tiene un objeto e intenta lanzar y encestar en las cajas de los demás equipos, sin entrar dentro de la cerca.

Gana el equipo que tenga el menor número de objetos en su caja, después que estos terminen. (Pelotas de plástico, vinil, esponja, frisbees, etcétera). También es posible darle una orientación cooperativa. Entre todos los grupos, ¿cuánto tiempo tardamos en llenar las cajas con los objetos?

Opciones de aplicación:

- Tomarse de distintas formas que propicien una acción flexible.
- Gana el equipo que en su caja tenga el mayor número de objetos.

Prueba #2.- “Dando globazos”.

Se traza un rectángulo del tamaño de una cancha de básquetbol y cada equipo colocado por fuera a una distancia de 5 metros el uno del otro, tiene que golpear 3 globos manteniéndolos en el aire y así desplazarse hasta intentar dar un globazo a uno de los integrantes del equipo que se desplaza delante de

ellos. Cuando esto sucede ganan todos los equipos que tienen el mayor número de globos en el aire y solo pierde uno.

Observaciones:

Cuando un globo toca el suelo ya no sirve.

Prueba #3.- “Canguros receptores”.

Cada equipo hace 40-50 pelotas de papel periódico. Un integrante del equipo se aleja a una distancia de 4-6 metros y sujeta entre sus dos manos una bolsa grande de plástico, costal o caja de cartón, con la cual recibe el mayor número de pelotas posibles. Ganan los equipos que consigan más encestes y solamente pierde uno. Se efectúan cambios de roles.

Opciones de aplicación:

- Variar la distancia y los materiales, por ejemplo: pelotas de plástico, vinil, esponja, etcétera.
- Recibir sobre los suéteres de los mismos alumnos, usándolos como bolsa.

Prueba #4.- “Al agua patos”.

Por equipos, los alumnos construyen el mayor número de aviones posibles en un tiempo de 3-4 minutos máximo y cada uno coloca 3 aros juntos frente a ellos a una distancia de 2 metros. Se dan 20 segundos para que cada equipo lance e introduzca, dentro de los aros, el mayor número de aviones posibles. Gana el que tenga más y solo pierde uno. Puede plantearse con la finalidad de alcanzar una meta de clase y no sería necesario competir con los demás sino contra los elementos no humanos de la situación.

Opciones de aplicación:

- Lanzar a los aros de los demás equipos.
- Pierde el que tenga más y todos los demás ganan.

Actividad #2: ¡Cuidado! aviones en la escuela.

Descripción:

Al inicio de la sesión los alumnos ayudan a construir un buen número de aviones de papel.

Después se realizan distintas pruebas que pongan en práctica los aviones que han sido elaborados, así como la habilidad de los alumnos para éste tipo de tareas.

Prueba #1.- “Practicando el despegue”.

Los alumnos van lanzando varios aviones que les permitan identificar como se mueven éstos durante los desplazamientos.

Prueba #2.- “Aterrizaje”.

Ahora se pretende que los aviones queden dentro de una zona específica, previamente delimitada.

Prueba #3.- “Más combustible”.

Conseguir que el avión recorra la mayor distancia posible.

Prueba #4.- “Al infinito y más allá”.

Lograr que el avión alcance la mayor altura posible.

Prueba #5.- “Vuelo seguro”.

Los aviones deben atravesar un aro, el cual está colgado previamente. Se pueden poner varios aros y cada alumno elige por cual quiere que pase su avión.

Prueba #6.- “Accidente aéreo”.

Por parejas los alumnos intentan hacer chocar sus aviones.

Prueba #7.- “Pásame tu avión”.

Intercambiar de distintas formas el avión con alguno de los compañeros. Los alumnos construyen otro tipo de pruebas que puedan realizar.

Prueba #8.- “Descenso peligroso”.

Desde un plano más alto se lanza el avión.

Prueba #9.- “Prueba de vuelo”.

Los alumnos modifican su avión probando y añadiendo distintos materiales para observar los elementos que varían, como pueden ser: trayectoria, velocidad, distancia y dirección de vuelo.

Todo el grupo va realizando al mismo tiempo las pruebas.

Opciones de aplicación:

- Jugar un pequeño partido anotando con los aviones en una portería.
- Hacer una especie de ruta con algunos puntos de referencia a los que se debe llegar.

2a Secuencia de trabajo.

La segunda secuencia consta de ocho actividades: “Manipulando los objetos, cricket, dragones, colonizadores e indios, haber quien llega primero, construyendo mi pelota, el tragón y ollitas de barro”. En cada una el alumno podrá observar y verificar de que manera su competencia motriz favorece el desarrollo del pensamiento estratégico y por lo tanto mejorar su desempeño motor.

Actividad #1: “Manipulando los objetos”.

Descripción:

Utilizando todo el material que se disponga, cada alumno elige dos implementos diferentes y experimenta primero de forma libre distintas posibilidades de utilizar estos.

En seguida se va guiando el trabajo por medio de consignas que ayuden al alumno a descubrir nuevas formas.

-¿Cómo podemos lanzar nuestro material?

-¿Cuál sería una forma rara de atrapar nuestros implementos, después de haberlos lanzado?

-¿Creen que podemos manipular nuestros implementos de una forma distinta? ¿Cuál?

Al término de las consignas, los alumnos deben intercambiar los implementos para descubrir o realizar nuevas propuestas, propiciando que utilicen el número de implementos así como sus respectivas combinaciones.

Ahora se interactúa por parejas y/o tercias, desempeñando tareas bajo la misma tónica.

Opciones de aplicación:

- Por equipos, construir una actividad que responda a alguna de las consignas que se trabajaron.

Actividad #2: “Cricket”. (Europa)

Descripción:

El juego es para 6 personas; tiene aros, pelotas y palos. El objetivo es ser el primero en pasar su propia bola por todos los aros en el menor tiempo y con el menor número de golpes.

Los alumnos se van ayudando, sosteniendo los aros mientras que uno pasa durante su turno y se van alterando este rol.

Los propios alumnos pueden ir construyendo los aros mientras que uno pasa durante su turno y se van alternando éste rol. También pueden ir construyendo su campo de juego. Por ejemplo inicialmente todos se colocan en línea y uno de ellos golpea su pelota para que pase por en medio de ellos, o tal vez van proponiendo una figura como un círculo.

Opciones de aplicación:

- Se van intercambiando las tareas que se quieren desempeñar.
- Solo pasar por un aro de cierto color.
- Desempeñar la actividad por parejas o equipos.

Actividad #3: “Dragones”.**Descripción:**

Se forman equipos de igual número de integrantes, cada equipo es colocado en un punto dentro del área de juego y todos los equipos deben tomarse por los hombros. El último de cada equipo tiene un pañuelo que se coloca en la cintura (cola), a la señal los equipos empiezan a avanzar y el primero (cabeza) busca quitarle a los otros dragones sus colas, evitando cada dragón a su vez que les quiten la suya. Se van alternando los roles.

Opciones de aplicación:

- Que cada dragón tenga un cierto número de colas.
- Tener mayor o menor número de dragones.

Actividad #4: “Colonizadores e indios”.**Descripción:**

La mitad de los alumnos se colocan de pie en círculo con los ojos vendados. Todos están tomados de las manos hasta donde pueden extender sus brazos sin soltarse.

El resto de los alumnos toma el rol de “indios”; en el centro del círculo colocamos algunos objetos.

Los indios deben entrar al círculo sin ser descubiertos por los colonizadores para tomar los objetos, uno por cada vez que entren al círculo.

Si los colonizadores logran tocar a un indio, éste último debe salir del círculo para reiniciar su intento, en caso de que haya tomado un objeto automáticamente pierde éste y se coloca de nuevo en el centro.

Se concede un límite de tiempo, al final se cuentan los objetos que se consiguieron. Después los equipos cambian de lugares; los tesoros (objetos) vuelven al centro y comienza de nuevo el juego.

Opciones de aplicación:

- Colocar más de un círculo con objetos al centro.
- Disminuir el número de “indios” (alumnos) que pueden entrar a buscar el tesoro (uno o dos a la vez).
- Colocar objetos que impliquen mayor dificultad y un trabajo en equipo (pelotas grandes, colchonetas, etcétera).

Actividad #5: “A ver quien llega primero”.**Descripción:**

En equipos de 6, tienen que cruzar el patio de manera consecutiva, sin separaciones y de distintas formas, por ejemplo: llegar al otro lado del patio juntando nalga con nalga, hombro con hombro, en ese momento se tienen que ir desplazando; el de atrás hasta adelante y colocar su nalga con la del compañero de adelante para que pueda salir su compañero de atrás

nuevamente. No se puede caminar, no puede haber dos personas moviéndose, solamente el de atrás y hasta que llegue puede salir el siguiente.

Opciones de aplicación:

- Realizarlo sentados o parados, juntando distintas partes del cuerpo.
- Conectados con las manos y bien estiradas imitan durante la actividad un cuerpo rígido, un electrocutado, etcétera.

Actividad #6: “Construyendo mi pelota”.**Descripción:**

Previamente se les pide a los alumnos que lleven distintos tipos de materiales que les permitan construir una pelota. Estos pueden ser: pedazos de tela, papel, globos, bolsas de plástico, etcétera.

Se le permite a cada alumno que de manera libre construya su pelota.

Cuando terminan de crear su pelota, experimenta con ella las posibilidades que esta les permite.

En seguida se ponen de acuerdo con un compañero para trabajar en lo referente a:

Trayectorias, distancias, velocidades, fuerza y dirección. Encontrar la mayor cantidad de alternativas de éstos elementos, los cuales van mostrando y aplicando.

Por equipos, realizar una tarea novedosa, utilizando las pelotas que tienen.

Opciones de aplicación:

- Unir varias pelotas y desarrollar algunas actividades de las que se trabajaron en la sesión.
- Jugar al gato y al ratón con las pelotas que se construyeron.

Actividad #7: “El tragón”.**Descripción:**

En un terreno delimitado organizamos dos equipos, cada uno de los alumnos con un “tragón” (botella de plástico cortada a la mitad); el juego consiste en llevar la pelota por medio de pases al lado opuesto de donde se inicio solamente utilizando los “tragones” tanto para lanzar como para recibir.

El jugador en posesión de la pelota no se puede mover.

Si se cae la pelota el control de ella cambia al otro equipo.

El “tragón” es un material alternativo fácil de obtener y que permite bastantes recursos en cuanto a lanzamientos y recepciones. Debemos permitir que los alumnos experimenten todas las posibilidades que su bagaje motor les permita crear.

Opciones de aplicación:

- Podemos realizar una situación similar con portero en vez de llegar al lado opuesto.
- Interactuar entre parejas con el material.

Actividad #8: “Ollitas de barro”. (Juego Tradicional)

Descripción:

Del grupo se sortean a tres jugadores, que son dos compradores y un vendedor, los demás se colocan de cuclillas con las manos debajo de las piernas, en un pequeño espacio.

Entre el vendedor y el comprador se establece el siguiente diálogo.

Comprador: Buenas tardes comadrita, ¿vende ollas de barro?

Vendedor: Buenas tardes, sí, sí las vendo.

Comprador: ¿Nos vende una?

Vendedor: Si como no, pasea a escogerla.

Los compradores pasan a revisar a las “ollitas” y la que sienten bien, se la llevan cargándola de los brazos; si un brazo se les zafa, dicen: “ya se rompió” y regresan por otra.

Repiten el mismo diálogo y escogen otra. Si llega bien hasta el otro lado, la dejan ahí y vuelven por otra.

-El juego termina cuando todos han fungido como compradores y vendedores.

-Las ollitas sólo se cargan de los brazos, y si se zafan de una mano las regresan.

3a Secuencia de trabajo.

Esta secuencia consta de cuatro actividades incluyendo la evaluación su finalidad es manipular objetos y transformar los elementos estructurales tales como: implemento, adversario, regla y espacio a favor de la mejora del pensamiento estratégico. La valoración del trabajo en equipo y el fomento de los valores serán la tónica actitudinal del contenido del presente bloque.

Actividad #1: “Bastones locos”.

Descripción:

Se colocan en el piso tantos bastones como alumnos se tenga, se da un pequeño lapso de tiempo para que los alumnos utilicen el material de manera libre, solo con la consigna de no golpearse y tener cuidado de no propiciar accidentes.

Después se ponen los bastones en el suelo y vamos guiando el trabajo.

-Manipular los bastones solo con los pies (moverlos, rodarlos, girarlos, empujarlos, jalarlos, etcétera).

-Ahora con las manos ver cómo podemos hacer las acciones anteriores. Se agregan formas de lanzar y cachar.

-Equilibrar y mantener el bastón en distintas partes del cuerpo.

Ahora se orienta el trabajo o propuestas por parejas.

¿Conocen algunas formas de llevar el bastón sin tomarlo con las manos?

¿Se atreven a realizarlo con dos o más bastones?

-Puede ser sobre hombros, espada o pies, u otras alternativas que surjan.

-Con ayuda de dos bastones equilibrar y transportar un tercer bastón.

De igual forma buscar diferentes maneras de intercambiar los dos bastones.

-Uno lanza dos bastones y el otro cacha, después alternan roles.

-Lanzando a diferentes alturas o posiciones (uno por arriba y otro por abajo; horizontal o vertical).

-Lanzan hacia arriba y se cambian de lugar.

Colocan el bastón vertical sobre el suelo y se ponen de acuerdo para ir a tomar el bastón de su compañero antes de que caiga al suelo.

-Buscar más propuestas por parte de los alumnos.

-Intercambio de bastones por equipos, formando un gran círculo los niños sujetan verticalmente apoyado en el suelo. A la señal todos juntos deben soltar el bastón y avanzar un lugar a su derecha tomando el bastón de su compañero, tratando de que no caiga.

-Se cambia el sentido y se puede ir alternando.

También se buscan otras propuestas que se pueden desempeñar según las posibilidades de los alumnos.

Actividad #2: “Policías y ladrones”. (Juego tradicional).

Descripción:

Se forman dos equipos, policías y ladrones, con el mismo número de jugadores cada uno.

Los policías hacen saber a los ladrones el lugar donde está la cárcel (un espacio delimitado, por ejemplo).

Los ladrones salen corriendo en todas direcciones, al cabo de poco tiempo, los policías salen a perseguirlos.

Cuando un policía toca a un ladrón, le lleva hasta la cárcel.

Cuando un ladrón consigue entrar en el recinto de la cárcel sin ser tocado y toca a uno de sus compañeros gritando “salvados”, todos los jugadores que se encuentran en la cárcel pueden intentar salir de ella. Si un ladrón es tocado por un policía cuando está saliendo de la cárcel, queda atrapado de nuevo.

El juego acaba cuando se han atrapado todos los ladrones o bien cuando ha pasado un tiempo establecido previamente.

En la siguiente partida, los dos equipos pueden intercambiar los papeles.

Opciones de aplicación:

- Se puede acordar que los ladrones dispongan de un lugar donde no puedan ser atrapados por los guardias.

Actividad #3: “Sorteando mi sendero”.**Descripción:**

Se divide al grupo en 2 equipos, uno de ellos se distribuye por parejas. El primer equipo (parejas) toma de una zona, el material del que se disponga. Parten en filas, con los implementos construyen un obstáculo; para que termine siendo un terreno de aventuras (camino con pruebas). Por ejemplo una pareja toma un aro y lo coloca de forma vertical simulando un agujero, la otra pareja tiene una cuerda que sitúa a la altura de la pantorrilla para que la esquiven los demás, ya sea pecho tierra o de otra forma, así sucesivamente.

El otro equipo cruza entre las filas por turnos esquivando de distintas formas los obstáculos que el otro equipo ha construido. Después de haber pasado dos o tres veces, se ponen el material en la zona indicada y se cambian los roles. Cada vez que se termina de cruzar; el equipo con material intercambia éste entre ellos y busca construir un obstáculo diferente.

Ahora los equipos forman dos círculos; el primero nuevamente con material, empieza a girar con sus obstáculos y el otro va entrando poco a poco sorteando estos. Después de cierto número de vueltas van intercambiando el rol.

También se va aumentando el nivel de dificultad de los obstáculos y la velocidad en que se desplazan ambos equipos.

Opciones de aplicación:

- Pasar por los obstáculos tomados de las manos y sin soltarse por parejas; después en equipos.
- Crear una especie de circuito en donde cada pareja representa un obstáculo.

Actividad #4: “Precisamente ahí está el detalle”. (Valoración del proceso enseñanza-aprendizaje)**Descripción:**

Se establece una serie de actividades durante la sesión propuesta, realizándose con el objetivo de poner a prueba la agilidad, precisión y trabajo en equipo.

Se forman equipos de 4 integrantes y por cada prueba superada de manera satisfactoria, se concede un cierto número de puntos.

Prueba #1.- “Encestes a cinco pies”.

Cada equipo posee una caja de cartón que coloca en un espacio del patio a una distancia de 3-5 metros de los demás equipos; alrededor de su caja establece una cerca que representa un límite de acceso a los demás equipos.

Los integrantes de cada equipo se colocan en hilera tomando el pie derecho del compañero, que se encuentra al frente y colocando su mano izquierda sobre el hombro izquierdo. De ésta forma el equipo se traslada por el lugar de juego con el siguiente fin:

Sin perder la posición, cada integrante tiene un objeto e intenta lanzar y encestar en las cajas de los demás equipos, sin entrar dentro de la cerca.

Gana el equipo que tenga el menor número de objetos en su caja, después que estos terminen (pelotas de plástico, vinil, esponja, frisbees, etcétera). También es posible darle una orientación cooperativa. Entre todos los grupos, ¿cuánto tiempo tardamos en llenar las cajas con los objetos?

Opciones de aplicación:

- Tomarse de distintas formas que propicien una acción flexible.
- Gana el equipo que en su caja tenga el mayor número de objetos.

Prueba #2.- “Dando globazos”.

Se traza un rectángulo del tamaño de una cancha de básquetbol y cada equipo colocado por fuera a una distancia de 5 metros el uno del otro, tiene que golpear 3 globos manteniéndolos en el aire y así desplazarse hasta intentar dar un globazo a uno de los integrantes del equipo que se desplace delante de ellos. Cuando esto sucede ganan todos los equipos que tienen el mayor número de globos en el aire y solo pierde uno.

Observaciones:

Cuando un globo toca el suelo ya no sirve.

Prueba #3.- “Canguros receptores”.

Cada equipo hace 40-50 pelotas de papel periódico. Un integrante del equipo se aleja a una distancia de 4-6 metros y sujeta entre sus dos manos una bolsa grande de plástico, costal o caja de cartón, con la cual recibe el mayor número de pelotas posibles. Ganan los equipos que consigan más encestes y solamente pierde uno. Se efectúan cambios de roles.

Opciones de aplicación:

- Variar la distancia y los materiales, por ejemplo: pelotas de plástico, vinil, esponja, etcétera.
- Recibir sobre los suéteres de los mismos alumnos, usándolos como bolsa.

Prueba #4.- “Al agua patos”.

Por equipos, los alumnos construyen el mayor número de aviones posibles en un tiempo de 3-4 minutos máximo y cada uno coloca 3 aros juntos frente a ellos a una distancia de 2 metros. Se dan 20 segundos para que cada equipo lance e introduzca, dentro de los aros, el mayor número de aviones posibles. Gana el que tenga más y solo pierde uno. Puede plantearse con la finalidad de alcanzar una meta de clase y no sería necesario competir con los demás sino contra los elementos no humanos de la situación.

Opciones de aplicación:

- Lanzar a los aros de los demás equipos.
- Pierde el que tenga más y todos los demás ganan.

QUINO GRADO

BLOQUE 4:

“ME COMUNICO A TRAVÉS DEL CUERPO”

Competencia en la que se incide: La corporeidad como manifestación global de la persona

PROPÓSITO:

Dar al niño los recursos necesarios para que su movimiento sea comprendido por los demás, mejore sus relaciones con los otros y sea capaz de interpretar los mensajes de otros, mediante un código común.

CONTENIDOS:

- Toma de conciencia del lenguaje no verbal al reemplazar las palabras con gestos en relación al mensaje que se quiere transmitir: reemplazar a las palabras, sustituirlas, reforzar, enfatizar o acentuar un mensaje verbal, (sobre todo de tipo emocional).
- Desarrollo y aplicación de un alfabeto comunicativo, entendido como la toma de conciencia del lenguaje corporal y del sonido que se asocia al verbal. “Lenguaje gestual” (actitud corporal, apariencia corporal, contacto físico, contacto ocular, distancia interpersonal, gesto, orientación espacial interpersonal); los “componentes sonoros comunicativos” (entonación, intensidad o volumen, pausa y velocidad, y el “ritmo comunicativo gestual y sonoro).
- Desarrollo de relaciones de convivencia mediante actividades que pongan en juego contenidos del lenguaje comunicativo como la interacción personal e intercambio discursivo.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Desarrolla los recursos comunicativos, con el fin de aprender a hacer uso de un código que tiene al cuerpo como herramienta principal de transmisión, excluyendo el uso de la palabra.
- Genera interacción personal y comunicación con los demás.
- Reconoce la relación de la expresión verbal con la expresión gestual inspirada en las vivencias corporales.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Expresión corporal
- Juego cooperativo
- Actividades recreativas
- Juego de reglas

MATERIALES:

Disfraces completos, pelucas, maquillaje, grabadora, cd de música, sobres con letras recortadas, ropa de diferente tipo, bolsas de papel, anteojos.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- a) La capacidad de hacer entendible lo que se desea comunicar con el movimiento expresivo.
- b) Aplicar un instrumento de evaluación, se sugiere el siguiente ejemplo:

En una primera columna se anota el nombre del niño. En las siguientes columnas se anotan enunciados que guardan relación al nivel de calidad del producto logrado, como: “su movimiento aporta un significado confuso” la calificación más baja de 1 a 3, “su movimiento se asocia a un significado”, entonces obtiene entre 4 y 6, “su movimiento y sonido se asocia claramente a un significado” entre 7 y 9, y finalmente “su movimiento y sonido, enriquecido con el uso simbólico de materiales, se asocia claramente a un significado” 10 de calificación.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

El presente bloque contiene tres secuencias de trabajo contemplando veintiocho actividades, a través de las cuales se busca mejorar la expresión y la sociomotricidad de los alumnos. Por ello, este bloque contempla muchas actividades relacionadas con el lenguaje gestual y su relación con el verbal, con el ritmo y la expresión corporal en general. Se sugiere al docente:

- Permitir al alumno la espontaneidad, la libre expresión verbal y la participación colectiva.
- Que identifique a aquellos alumnos cuya actitud es introvertida y los involucre cada vez más e las actividades expresivas propuestas.
- Evitar evidenciar las expresiones particulares de los alumnos con fines que puedan servir de burla hacia los demás.

1a Secuencia de trabajo.

Diez actividades conforman esta secuencia su finalidad es tomar conciencia de la importancia de reemplazar las palabras con gestos, en el contexto del mensaje que se quiere emitir, utilizar para ello la expresión corporal y los elementos perceptivos que acompañan las emociones, además de considerar la importancia de la significación del movimiento en la conducta de los niños. Las propuestas que hacen los alumnos al respecto permiten mejorar su lenguaje gestual como premisa de la presente secuencia. Comprender la importancia que tiene la actitud postural en la construcción de comunicación.

Actividad #1: “El museo de actitudes”. (Lenguaje gestual: Actitud)

Descripción:

Con todo el material del que se disponga, repartido libremente por el espacio y en una organización por parejas, ocupando todo el espacio de la mejor manera posible, a la señal del profesor una de las personas de la pareja adopta una actitud, utilizando el material que necesite, transformándose en estatuas con la que tratan de representar diferentes emociones (alegría, duda, tristeza, etcétera.), los otros niños recorren el museo intentando descubrir las emociones representadas. A otra señal del profesor se invierten los papeles, los que miraban se convierten en estatuas y las estatuas en visitantes del museo.

Opciones de aplicación:

- Los cambios de estatuas a visitantes se pueden realizar tantas veces como se quiera que dure la propuesta.

Actividad #2: “Embrujados”. (Lenguaje gestual: Actitud)

Descripción:

En una organización libre e individual, el alumnado se desplaza libremente ocupando de la mejor manera posible todo el espacio del que se disponga y el profesor cada quince segundos va nombrando emociones o sensaciones distintas (alegría, frío, miedo, etcétera), el alumno tiene que quedarse “congelado” durante cinco segundos en cada una de ellas, en una actitud que represente lo señalado.

Opciones de aplicación:

- Posteriormente con movimiento y sonido lo que les hace sentir cada una de ellas.
- Por equipos se planea una situación de la realidad que posea una carga representativa y estado anímico. A los alumnos se le pide que dispongan el cuerpo, en una posición que sea un reflejo de la situación que se está intentando comunicar, para así tomar conciencia de que la actitud corporal es un reflejo de la vivencia de cada momento y así ocurre en la vida cotidiana.

Actividad #3: “Imitadores”. (Lenguaje gestual: Actitud)

Descripción:

Se distribuye al grupo por el área de trabajo y se les va pidiendo que vayan caminando dentro de ésta; a la indicación deben realizar una acción que éste en relación con dicha indicación.

-Desplazarse de distintas maneras manifestando sentirse: alegre/triste, pesado/ligero, contento/enojado, cansado /vigoroso y nervioso/relajado.

-Expresar con gestos y movimientos lo que nos sugiere un tema musical:

Rápido.- alegría, prisa, nerviosismo. Lento.- tristeza, tranquilidad, cariño.

-Imitar los gestos y movimientos de una persona que va en un autobús (parado, sin poder agarrarse, sentado, agarrándose, tratando de bajarse, el autobús está muy lleno, etcétera).

-Imitar los gestos y movimientos de una persona que espera en: la fila del cine, supermercado, campo deportivo, escuela.

-Imitar los gestos y movimientos del maestro: en el aula, patio o a la salida.

-Imitar los desplazamientos de las personas en: una manifestación, desfile militar, salida de un espectáculo.

-Realizar algunos gestos en referencia a: un encuentro inesperado, un regalo sorpresa, una tormenta repentina.

-Desplazarse de un lado a otro, imaginando estar perdidos, desorientados, recorriendo un laberinto.

Opciones de aplicación:

- Los alumnos deben generar sus propias respuestas, además de proponer más alternativas en cada indicación.

Actividad #4: “Fiesta de disfraces”. (Lenguaje gestual: Apariencia corporal)

Descripción:

Con materiales como disfraces, complementos, pelucas, maquillaje, etcétera y en una organización por grupos de seis:

1. Previamente se les pide que traigan de casa objetos, ropa o complementos para confeccionar diferentes personajes entre los siguientes estilos: formal, informal, extravagante, hippie y dos apariencias corporales a elegir por el grupo.

2. Todos los niños participan en la confección de las apariencias de los demás compañeros dando sugerencias, opiniones, etcétera; de cómo va quedando cada uno.

3. Se prepara la representación para exponerla posteriormente al resto del grupo, solo con movimiento, en la que cada uno adopta un personaje diferente.

4. Debe haber coherencia entre la historia que se cuenta a través del movimiento con la apariencia corporal de los personajes.

5. Al final el profesor pregunta acerca la sensación de representar a otro que no se es y porque motivo se optó por ese personaje. También reflexiona sobre como la apariencia puede darnos una idea objetiva sobre la personalidad de los sujetos.

Actividad #5: “Cada vez más juntos”. (Lenguaje gestual: Contacto físico)

Descripción:

Con música y en una organización por grupos o parejas, escuchan sonar la música y todos se desplazan libremente. Cuando se hace una pausa, grupos de cinco o seis alumnos deben formar un puente, una pirámide, un castillo, etcétera, estando todos en contacto. Esta acción se repite tres veces más.

En grupos de seis, colocados en círculos y repartidos uniformemente por todo el espacio, el profesor va nombrando, sucesivamente y a intervalos de unos diez segundos, los diferentes segmentos corporales (espalda, hombro, mano, etcétera), los participantes, se juntan y contactan de manera duradera (10 segundos aproximadamente) entre sí con la parte del cuerpo indicada. Luego se separan a la espera de que se nombre otra parte del cuerpo. Se debe hacer especial hincapié en el cuidado y respeto a los compañeros al establecer el contacto.

Mientras se escucha la música, desplazarse por la sala intercambiando miradas con el resto del grupo. Cuando se para la música se forma un círculo entre todos los del grupo y se atiende a la consigna dada por el profesor, como por ejemplo: a) saludar al compañero de la derecha con la mano y de la izquierda con un saludo protocolario; b) saludar al de la derecha sujetándolo del antebrazo y al de la izquierda abrazarlo. Cambian de posiciones y nuevamente a) abrazar al compañero de la derecha y al de la izquierda sujetarlo del hombro b) abrazarse y/o saludarse en grupos de tres, de cuatro o/y de cinco; y así proponer muchos y diferentes tipos de saludos por parejas y en conjunto, donde predominen los abrazos.

Opciones de aplicación:

- Los alumnos deben escribir en una hoja cómo se ha sentido durante la actividad: saludos, abrazos, etcétera. Posteriormente intercambiarán sus experiencias con los demás.

Observaciones:

El profesor comenta que es propio de la vida cotidiana, que en diferentes situaciones expresemos nuestro gusto de ver a otras personas y hacer contacto con ellas, bien con la mano o con un abrazo. Se destaca la importancia del contacto físico amable y respetuoso como una forma de sentirse bien consigo mismo y con los demás. Los contactos siempre deben hacerse con respeto y si se presentara que algún niño no desee realizar alguna de las consignas, no se debe forzar nunca la situación, sino simplemente dejar que ocurra sin darle mayor importancia.

Actividad #6: “El baile de los dedos”. (Lenguaje Gestual: Contacto físico)

Descripción:

Este juego se puede realizar al inicio de una actividad donde queremos generar ambiente de concentración y encuentro con el otro. También en este juego se liberan muchas tensiones. Los que no bailan no tienen por qué tener miedo.

Todos buscan una pareja y se paran frente a frente. El animador anuncia que se va a realizar un baile en el cual se necesita mucha concentración. Las parejas ponen en contacto los dedos índices de la mano derecha. Cierran los ojos y comienzan a realizar un movimiento libre con los dedos conectados. Los movimientos deben ser suaves, manteniendo los dedos unidos, como si estuvieran fisionados. Después de cierto tiempo se conversa con la pareja sobre la experiencia. Puede ser que en una pareja alguno se haya sentido dirigido. Esto provoca la reflexión sobre la importancia del contacto físico. También se puede analizar que muchas veces transmitimos más de lo que nos imaginamos.

Opciones de aplicación:

- Comenzar con los dedos índices de ambas manos. Poco a poco se agregan los demás dedos, hasta estar en contacto toda la mano. Todo esto se hace sin dejar de realizar el movimiento libre.
- Cambiar de parejas de manera consecutiva, sin perder el contacto con los dedos o toda la palma.

Actividad #7: “Fabricantes de robots”. (Lenguaje Gestual: Contacto físico)

Descripción:

Los alumnos se organizan por equipos de 3 personas, cada equipo ésta formado por dos robots y un fabricante.

Lo primero que hace el fabricante es diseñar sus robots (los coloca en una postura original). Después va a poner a sus robots espalda con espalda y por medio de indicaciones va guiando a sus robots.

Para encenderlos les toca la cabeza, vuelta a la derecha toca el hombro derecho, vuelto a la izquierda hombro izquierdo, apagado dos toques en la cabeza.

La finalidad de la actividad es hacer que ambos robots se encuentren de frente. Cuando lo consigue o después de un lapso de tiempo se cambian de rol. Los tres alumnos deben pasar a ser fabricantes.

Opciones de aplicación:

- Circuito dañado, los robots obedecen las indicaciones al revés, es decir, si tocan el hombro izquierdo giran a la derecha o si les tocan la cabeza una vez están apagados.
- Ahora los robots solo giran a la derecha y el fabricante tiene que verlo a los ojos de frente para que ellos realicen la acción.

- **De 1 a 2 metros:** negocios comerciales, en las reuniones con más amigos, con los maestros, con gente a la que apenas se conoce. En clase se suele hacer uso de ella para dar información a todo el grupo o al principio de las relaciones con nuevos amigos, cuando no existe mucha confianza.
- **De 2 a 8 metros:** es la mantenida por el profesor ante el alumnado. A esta distancia es fácil fingir con los movimientos del cuerpo; hay partes de él que no se ven.
- **A más de 8 metros:** generalmente se saludan o se despiden.

3. Por grupos, pasar de unas distancias a otras, analizando qué sensaciones produce cada una de ellas.

4. Primero con uso del lenguaje y movimientos expresivos, y después repetirlo reemplazándolo con sonidos vocales articulados y movimientos expresivos.

Opciones de aplicación:

- El profesor cierra la sesión, preguntando a los alumnos cuáles fueron las sensaciones que percibieron en relación a las distancias y si es qué recuerdan algunas características de los movimientos que acompañaban sus acciones.

Actividad #2: “Para qué lo usa”. (Lenguaje gestual: Gesto)

Descripción:

Se parte de una organización por grupos de cuatro.

Las emociones más específicas dan lugar a ademanes particulares: cerrar el puño (agresión), tocarse la cara (ansiedad), restregar la frente (cansancio), asentir con la cabeza significa que se está de acuerdo con lo que otro está diciendo o con lo que está haciendo. La expresión facial es un acto que da mucha información de la persona y que además se puede controlar, es decir, se puede sentir una cosa y expresar otra si se está entrenado en ello. Hay expresiones muy establecidas, por ejemplo: cejas completamente elevadas (incredulidad), medio elevadas (sorpresa), normales (sin comentarios), medio fruncidas (confusión) y completamente fruncidas (enfado). Lo mismo ocurre con la boca: si la boca está hacia arriba (agrado) y si está hacia abajo (desagrado).

Preparar la representación de una situación con movimientos y sonidos vocales articulados y no articulados, en la que cada uno utilice gestos corporales con una función diferente:

1. Para reemplazar a las palabras.
2. Para repetir con gestos lo mismo que se está diciendo con las palabras.
3. Para regular la comunicación.
4. Para contradecir el mensaje.

Se mostrarán al resto del grupo para que identifiquen la función que le está dando cada miembro del grupo y la situación que se está creando entre ellos.

Opciones de aplicación:

- Se pueden representar los diferentes gestos corporales alternando mucha tensión muscular y poca (con especial atención en el rostro), para que los observadores identifiquen más claramente los mensajes.
- Cerrar la actividad comentando la importancia gestual del movimiento para una mejor comprensión de lo que se quiere decir.

Actividad #3: “Hazme reír”. (Lenguaje gestual: Gesto)

Descripción:

Se forman parejas o tercias. Cada equipo intenta hacer reír a un compañero con expresiones chuscas o inéditas. Gana el compañero que resista más tiempo sin reírse y el que invente más acciones que provoquen tal fin.

Opciones de aplicación:

- Se dispone de material con el cual pueden facilitar la intención de la actividad.

Actividad #4: “El trueque”. (Lenguaje gestual: Gesto).

Descripción:

La finalidad de la actividad consiste en observar las distintas formas de comunicación que se suscitan en clase, mediante el lenguaje gestual, corporal, verbal y no verbal. Se forman 4 equipos y se ubican en un lugar del patio, previamente el profesor elabora tarjetas con las que conforman los días de la semana entregando un sobre a cada equipo, por ejemplo:

Sobre para equipo #1: 12 letras N

32 letras E

Sobre para equipo #2: 24 letras S

12 letras M

12 letras A

Sobre para equipo #3: 12 letras R

12 letras I

8 letras U

4 letras T

Sobre para equipo #4: 4 letras C

16 letras O

4 letras J

8 letras V

4 letras B

8 letras D

4 letras G

8 letras L

El profesor menciona las instrucciones específicas:

-Cada equipo deberá formar, con las diferentes tarjetas, los siete días de la semana, sin emplear el método de crucigrama.

- No se permite la comunicación verbal, solo la gestual.
- Deben solicitar por escrito a otros equipos las “letras” que les faltan y la acción motriz que están dispuestos a realizar para obtenerlas.
- Solamente se puede pedir una “letra” a la vez.
- La “letra” requerida no podrá ser negada a menos que al equipo al que se le pidió no la tenga.
- Si el equipo al que les fue requerida la “letra” no la tiene, solamente mueve la cabeza en negación.
- Para conseguir una letra se pide realizar una acción motriz propuesta por los mismos alumnos.

Actividad #5: “Los saludos”. (Lenguaje gestual: Gesto).

Descripción:

Se divide al grupo en dos equipos; cada uno de ellos forma una fila, quedando frente a frente.

La intención de la actividad es que los alumnos respondan a ciertas consignas, con una forma de saludar acorde al tipo de consigna. Por ejemplo: si se dice “hola” los alumnos extienden su mano y la estrechan entre ellos.

Las otras consignas son:

-“How”, levantan la mano de forma vertical como si fuesen apaches y también repiten “how”.

- “Arigato” cruzan el brazo por el frente a la altura del estómago e inclinan el tronco al frente.

Se repiten algunas veces la actividad y después vamos haciendo una especie de concurso. Los alumnos que se equivocan toman el papel de jueces.

Se combinan los saludos, ejemplo: “how, how”, “how, hola”

Opciones de aplicación:

- Generar otras propuestas por parte de los alumnos.
- Inventar otras consignas que generen mayor incertidumbre.

Hacer la actividad desplazándose y cuando se dice la consigna se colocan de frente a un compañero o puede ser de forma libre.

Actividad #6: “Hablando con el cuerpo”. (Lenguaje gestual: Gesto, Apariencia, Movimiento figurativo imitativo)

Descripción:

Se organiza al grupo para que se dispongan a realizar la actividad.

En cada tarea se les da un lapso de tiempo a los alumnos para que la puedan preparar.

Tarea #1: “Expreso sin palabras”.

El profesor tiene elaboradas una serie de cartoncitos en los que vienen escritos en cada uno un verbo, y se van a ir repartiendo en cada grupo de seis personas que están en corro. En cada círculo un alumno debe tomar un cartón, leer el

verbo e intentar expresar con el cuerpo lo que significa; quien lo adivine invita a uno de sus compañeros para que pase al centro, o bien si el grupo es muy desinhibido le toca salir a quien acierta. Ejemplo de palabras (nacer, caer, desmayar, buscar, derrotar, esculpir, conmovier, embestir, agachar, descansar, torear, operar, gruñir, titiritar, ordenar...)

Tarea #2: “Cuadros evolutivos”.

En grupos de 6. A cada grupo se le asigna un tema que se plasmará en 3 momentos. Los componentes de cada grupo se repartirán personajes con distintas formas de ser y comportarse de manera que pueda apreciarse toda una gama de posibles expresiones. Cuidan, así mismo, de equilibrar los niveles en cada escena. Por ejemplo, personas de distintas edades o una familia con abuelo, padres, hijos, adolescentes, bebés... A una palmada del profesor (a) han pasado 20 años y cada uno del grupo modifica en un instante su postura y gesto creando una segunda escena. A la siguiente palmada han pasado otros 20 años. La palmada es la que marca el paso de una escena a otra.

Opciones de aplicación:

- Familia en la actualidad/20 años después/otros 20 años después.
- Preparación de la comida/comiendo/al terminar de comer.
- Antes de empezar un examen/haciendo el examen/al terminar un examen.
- Antes de declararse al chico o chica/declarándose/después.

Tarea #3: “Las rebajas”.

Se les ha pedido anteriormente a los alumnos que se traigan todo tipo de ropa y complementos (chaquetas, pantalones, faldas, pijamas, sombrero, guantes, bufanda...), vamos a imaginarnos que estamos en unos grandes almacenes y que es la época de las rebajas, toda la ropa se colocará en el centro del área, se les pide que utilicen el espacio sin molestar a nadie, jugando con los encuentros, utilizando los niveles bajo, medio y alto. Las pautas a seguir son las siguientes:

-Comienza la música y todas las personas van observando la ropa que existe y van probándose diferentes prendas, puede surgir cualquier tipo de comunicación no verbal.

-Se para la música, los alumnos posan para una foto a nivel individual. Cuando comienza la música seguimos probándonos ropa pero en un tiempo rápido, como si tuviéramos mucha prisa.

-Se para la música, todos posan para una foto. Los alumnos tienen que comunicarse con otra persona, bien en la distancia o estando en contacto con ella. Cuando comienza la música los movimientos se efectúan más lentos. Se crean situaciones de encontrar dos personas la misma prenda y se produce un juego para apoderarse de la misma.

-La música se deja y el final del trabajo lo realiza el grupo cuando encuentran una solución al forcejeo de quedarse con la prenda, bien lo ceden, o lo comparten, o cualquier otra posibilidad que surja.

Actividad #7: “Observando al personal”. (Lenguaje gestual: Orientación espacial interpersonal)

Descripción:

En una organización por grupos de seis, se les pide a los alumnos que observen en la vida cotidiana diferentes relaciones interpersonales y las distintas orientaciones espaciales que adopta el cuerpo de los integrantes del grupo en dicha comunicación, por ejemplo en una discoteca, en clase, en la cafetería, en el recreo, en la casa, en la mesa, dos amigos hablando en el parque, etcétera. Tras la exposición de algunas de las situaciones observadas, cada grupo prepara una representación con movimiento y/o sonido, en la que se den por lo menos tres de las diferentes orientaciones descritas.

“Orientación espacial interpersonal” (aspecto del contenido “Lenguaje gestual”): Investigación y toma de conciencia de la posición, en situación de comunicación que adopta el cuerpo respecto a un punto de referencia, que en este caso es el oyente o el grupo. Schefflen (citado por Fast, 2005) hace una clasificación de las diferentes orientaciones que se pueden adoptar cuando se está con otras personas:

Inclusivo-no inclusivo: esta forma de actuar describe la manera por la que los miembros de un grupo incluyen o no a los demás. Lo hacen colocando sus cuerpos, brazos o piernas en ciertas posiciones. En una fiesta, por ejemplo, un grupo de personas puede crear un círculo que excluya a los demás. Si están sentados en un banco tres o más personas, los de los extremos pueden cerrar el grupo volviéndose hacia los del centro realizando así la inclusión. Los brazos y las piernas de los miembros del grupo se emplean inconscientemente para la inclusión.

-Categoría frente a frente o de orientación paralela: supone que dos o más personas puedan relacionarse desde el punto de vista de la actitud corporal y estar orientados de frente o paralelamente uno al lado del otro u orientándose hacia una tercera persona. La disposición frente a frente es usual en las relaciones profesor-alumno, médico-paciente, amante-amante, etcétera; situaciones en las que se transmiten emociones o información. La disposición paralela es adoptada sobre todo en acciones individuales que se desarrollan en paralelo con otras personas, por ejemplo, escuchar al cuenta cuentos, ver la tele, leer, etcétera. Se puede decir por tanto que la disposición frente a frente suele indicar una reacción entre dos personas implicadas entre sí mientras que las posiciones paralelas, siempre que se hagan de libre acuerdo, dan indicios de que las personas están en situación neutral.

-Categoría congruencia-incongruencia: se refiere a la capacidad de los miembros de un grupo para imitarse entre sí. Es frecuente que cuando un componente de un grupo congruente cambia de posición, automáticamente el resto del grupo le sigue. Esta actuación parece significar “te doy mi apoyo, estoy de tu parte”. Si lo que se quiere es reflejar un grado de superioridad no se suelen adoptar actitudes corporales congruentes (paciente-médico, profesor-alumno, padre-hijo, etcétera).

-En grupos de seis, establecer un diálogo espontáneo sobre un tema mientras otro grupo observa el tipo de orientaciones espaciales que se desarrollan en él (inclusivo-no inclusivo, frente a frente, etcétera.) y luego se comentan.

-Por tríos entablar un diálogo cambiando de orientación espacial adquirida con los compañeros.

Actividad #8: “Cambia mi frase”. (Componentes sonoros comunicativos: entonación, intensidad o volumen, pausa y velocidad)

Descripción:

En una organización por grupos de seis:

1. Uno del grupo dice una frase con la entonación que le corresponde. El resto de componentes del grupo, de manera sucesiva, van repitiendo la misma frase pero cambiándole la entonación como si estuvieran enfadados, contentos, tristes, etcétera. Al finalizar la ronda, comenzará otro del grupo con una nueva frase hasta que hayan pasado todos por ese papel.

2. Los alumnos deben acompañar las palabras con movimientos como gestos, actitudes, miradas, etcétera, que complementen lo que se está diciendo.

3. El maestro y los alumnos, analizan y reflexionan sobre cómo se presentan los componentes sonoros comunicativos: entonación, intensidad, pausa y velocidad, en las frases que los niños están implementando y en relación a la comunicación de los diferentes estados de ánimo, intenciones y emociones implícitos.

Opciones de aplicación:

- Ídem, pero diciendo la frase cada vez más rápido o más lento.
- Ídem, pero manteniendo la misma entonación pero introduciendo pausas cortas y largas en la frase.
- Incrementar la dificultad de la propuesta, buscando frases de la vida cotidiana en las que se utilice el contacto físico o que no se pierda el contacto visual con el compañero al que está dirigida. Frases como: “Hola papi, cuánto tiempo sin verte”, o “Buenas tardes señor tenía con usted una entrevista”.

- Se puede introducir sobre la apariencia corporal, a modo que para cada intervención se utilizan elementos u objetos adicionales que la complementan.

3a Secuencia de trabajo.

Esta tercer secuencia consta de diez actividades a través de las cuales se busca que el alumno consolide a través del dialogo corporal su estilo particular de comunicación, descubra formas de actuar ante diferentes estados de ánimo y compruebe de que manera su expresión corporal cambia. Identifique en la expresión del rostro diversos estados de ánimo, ya sea propios o de los demás y sugiera nuevas formas para incrementar su repertorio expresivo.

Actividad #1: “Dialoguemos con las manos”. (Interacción personal: Dialogo corporal)

Descripción:

Los niños caminan por el patio en silencio, concentrados mirando sus manos, el silencio es importante para escuchar la voz del docente y seguir su narración. El docente indica: nos enfrentamos con otro compañero, nos miramos, pero aquí las únicas que van a hablar son las manos. El docente propone un diálogo entre ambas que consiste en: saludo inicial – conversación – discusión – enojo – reconciliación – despedida. Los brazos acompañan este diálogo.

Actividad #2: “Pasar la cuerda”. (Interacción personal). Dialogo corporal, sincronización)

Descripción:

El grupo se organiza por equipos y se da la indicación de que una vez iniciada la actividad nadie puede hablar.

Se coloca una cuerda a cierta altura y tensa, la cual es sujeta por dos alumnos (que se van cambiando).

La finalidad de la actividad es pasar de un lado a otro sin tocar la cuerda, cada equipo debe hacer que todos sus integrantes crucen.

Si uno toca la cuerda se debe regresar para volverlo a intentar.

La cuerda se va colocando a mayor altura, conforme los alumnos van superando la prueba, lógicamente solo se comunican por medio de señas.

Opciones de aplicación:

- Se construye una telaraña vertical con ayuda de resortes y de igual forma los alumnos deben pasar de un lado a otro.
- Aplicar ésta actividad dentro de un juego, como atrapadas.

Actividad #3: ¿Cómo te sientes? (Intercambio discursivo)

Descripción:

Cada alumno platica de manera muy explícita y descriptiva un acontecimiento de su vida a cualquier compañero que el desee. Se cambian de roles y se busca a una nueva pareja para realizar la misma acción.

Opciones de aplicación:

- El profesor propone temáticas, tales como: representar con gestos y ademanes una anécdota que les haya hecho sentir tristes, contentos, enojados, decepcionados, aburridos.
- Representar la misma acción sin hablar o teniendo una conversación escrita.
- Llevar mensajes a otras personas del grupo estableciendo comunicación.

Actividad #4: “Monologo: No pares de hablar”. (Ritmo comunicativo gestual y sonoro)

Descripción:

Se forman parejas y sentados, cada alumno tiene que hablar constantemente, no importa lo que diga, pero no puede hacer pausas. Gana el compañero que dure más tiempo.

La actividad se repite una serie de veces.

Opciones de aplicación:

- Al interior de la pareja se establece un tema en particular.
- Se intercambian parejas cada cierto tiempo.
- Realizar la actividad sin poder hacer gestos o movimientos con las manos.
- Únicamente con gestos y sin hablar.

Actividad #5: “La foto sonora”.

Descripción:

Utilizando fotos o imágenes impresas, el profesor les muestra a los niños cómo se escuchan diferentes tipos de exclamaciones y qué significados pueden tener:

Quejido-dolor, grito-enojo, risa-alegría, ronquido-sueño, etcétera.

Luego les hace notar que a algunas frases, por lo que dicen se les puede añadir algunos sonidos como:

“La película estuvo muy divertida” (risas) o “corrí mucho en el patio” (inhalar y exhalar sonoramente).

Luego los separa en varios grupos y les da una foto o imagen de una revista o periódico. Les pide que escojan una y produzcan toda clase de sonidos vocales que guarde relación con la expresión de la imagen. Cada niño debe emitir al menos dos sonidos.

Todos los equipos muestran la foto sonora y luego dicen cuál fue el mejor.

Actividad #6: “Noticiero informativo escolar”. (Simbolización corporal, Diálogo corporal)

Descripción:

Se distribuye al grupo por equipos de 8 a 10 integrantes; cada equipo tiene la encomienda de crear su propio noticiero, el cual van a mostrar a los demás.

Pueden distribuirse distintos roles que vayan en relación a su noticiero, por ejemplo, uno es el narrador, otro el reportero, un camarógrafo, los demás representan a las personas en la escena de la noticia.

También pueden tener distintos segmentos como puede ser la noticia escolar o la nota del día, o tal vez el chisme del momento.

Cada equipo, conforme a sus propuestas debe construir las actividades que se van a realizar. Pueden utilizar material que el profesor les proporcione.

Se realiza a modo de sketch.

Opciones de aplicación:

- Representar un hecho histórico, como si pudiesen estar reportándolo (15 de septiembre, batalla de Puebla, etcétera).
- Pueden crear como opción una estación de radio; donde también pueden poner música o dedicatorias.

Actividad #7: “Las máscaras parlantes”.

Descripción:

Elaborar una máscara con bolsas de papel, en donde se ponga especial atención en la forma de la boca pensando qué clase de sonidos podrían ser producidos por esta. Se agrupan tres o cuatro compañeros a platicar con sus máscaras puestas incluyendo una variedad de sonidos que emiten los personajes representados, como: grito, chiflido, gruñido, chillido, bostezo, etcétera.

Posteriormente representarlo.

Opciones de aplicación:

- Un grupo elabora la siguiente historia: Unos amigos van de campamento, conversan antes de dormir, duermen, roncan, alguien grita, se despiertan, oyen un gruñido, hablan susurrando, hay alaridos lejanos, chillidos cercanos, alguien llama con un silbido, ellos se levantan asustados y descubren que fuera de la carpa muge una vaca que se escapó de su corral.

Actividad #8: “Los anteojos de mis emociones”.

Descripción:

Teniendo como materiales: Una bolsa con anteojos de cartón y alambre (elaborados previamente) o antifaces distintos, los niños distinguen las diferentes intenciones de mirar dentro del marco de la comunicación de emociones y sentimientos: se les ofrece a los alumnos una bolsa de anteojos y

antifaces de varios colores. Pasan por turno a sacar unos. Después de darles un breve tiempo para que los observen, deben relacionar la emoción que les inspira el objeto, con alguna situación vivida en la escuela. Posteriormente se los ponen y relatan esa situación.

Opciones de aplicación:

En una segunda elección de antifaces o lentes, ahora los niños interpretan la intención de la mirada del objeto y vuelven a platicar una situación vivida en la escuela, pero esta vez moviendo sus propios ojos, sin el uso del antifaz.

Actividad #9: “Show de piernas”.

Descripción:

Crear las condiciones dentro de un salón que parezca escenario de teatro pero con el telón hasta la mitad de la rodilla de los niños. Disfraces para los pies o diferentes tipos de calzado. En grupos elaboran una historia que contenga un juego y acciones propias de las piernas y pies como patear, saltar, correr, pisotear, etcétera.

Luego, con las piernas desnudas o disfrazadas, representan en un escenario donde sólo se vean las piernas y pies.

Ejemplo: Los integrantes se disfrazan según los personajes de la historia que inventaron: granjero y gallinas. Las gallinas cuidan los huevos, bailan una canción que oyen en la casa principal, chismorrean, juegan entre ellas pisándose, pateándose y saltando.

El granjero viene a buscar los huevos para comer, ellas lo engañan diciéndole que todavía falta empollar, el granjero desiste y come otra cosa.

Actividad #10: “El amigo secreto”.

Descripción:

1. Se escriben en pequeños papeles los nombres de todos los miembros del grupo, se doblan y se introducen en una caja.
2. Todos los niños se disponen libremente por el espacio destinado al juego.
3. Cada niño recibe uno de los papeles o elige un papel al azar de dentro de la caja. Luego cada uno lo lee en secreto. La persona cuyo nombre aparece en el papel es el amigo secreto.
4. El maestro pone la música en marcha y todos los niños empiezan a caminar y a moverse libremente.
5. Cuando la música se detiene, todos los participantes se quedan quietos de pie justo en el lugar donde se encuentran. Disimuladamente buscan con la mirada a su amigo secreto.
6. El juego continúa durante varios turnos. El maestro avisa antes de empezar el penúltimo turno.
7. Cuando se acaba el penúltimo turno, los jugadores se acercan a su amigo secreto por detrás, a modo de formar una gran hilera.

8. Se reanuda la música y caminan todos juntos como un gusano. Al parar, por última vez intentan ver a su compañero a los ojos.

Opciones de aplicación:

- También se puede jugar de modo que cada niño escoja libremente a su amigo secreto. El juego es en este caso de gran ayuda para el maestro, ya que a partir de las relaciones que se establecen se puede deducir y valorar como se organizan y tejen los vínculos afectivos entre los miembros del grupo. Un alumno puede ser escogido por muchos niños y niñas; otros alumnos, en cambio, no son escogidos por nadie.

(Valoración del proceso enseñanza-aprendizaje)

Descripción:

Se sugiere aplicar la tabla de valoración que aparece al inicio del bloque en donde se identifica principalmente la capacidad del niño de hacer entendible lo que desea comunicar y que elementos comunicativos expresivos se ponen en juego.

QUINTO GRADO

BLOQUE 5:

“DAME UN PUNTO DE APOYO Y MOVERÉ AL MUNDO”

Competencia en la que se incide: Control de la motricidad para el desarrollo de la acción creativa

PROPÓSITO:

Brindar al alumno los elementos para que comprenda los procesos implicados en el juego, como consecuencia de sus características físico motrices, con lo cual se desarrolle la autoconfianza y el respeto hacia los demás compañeros.

CONTENIDOS:

- Distinción de las capacidades físico motrices tales como fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad; comprobación de su utilidad en la realización de juegos motores colectivos.
- Desarrollo global sus capacidades físico-motrices, desde la participación en diferentes actividades ludo-motrices. Aplicando las nociones de ataque y defensa en el contexto de los juegos motores presentados.
- Aceptación de su propio potencial así como de las posibilidades de mejorar sus capacidades a través del ejercicio y la actividad física.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Distingue sus propias capacidades físicomotrices en la construcción de juegos motores colectivos.
- Identifica los elementos que constituyen los juegos motores y reconoce las nociones de ataque, defensa, cooperación y oposición.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

Juego de reglas
Juegos cooperativos
Juegos de persecución
Formas jugadas
Juegos tradicionales
Juegos modificados

MATERIALES:

Periódico, botes, cuerda de algodón, paliacates, aros, conos, pelotas.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- a) La comprensión de su actuar en situaciones de juego colectivo.
- b) La comprobación individual de sus capacidades físicas: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad y se compare así mismo antes y después del bloque presentado.
- c) Identificar y describir por escrito las acciones de la vida en donde participa la fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad así como su beneficio en la vida adulta.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

Este bloque consta de veinte actividades. Se busca que el alumno comprenda el juego de mejor manera, utilizando para ello las capacidades físicomotrices: fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, para ello se sugiere que el docente:

- Organice equipos físicamente equilibrados, para evitar desfavorecer a otros.
- Evite diferenciar las capacidades de las niñas con relación a los niños y por lo tanto permita que interactúen todos.
- Modifique de manera lógica los diversos elementos estructurales, ya sea la regla, espacio, tiempo o los adversarios, a fin de dinamizar tanto la sesión como la propia motricidad de los niños.

1a Secuencia de trabajo.

La primer secuencia consta de siete actividades, su finalidad es que el alumno identifique los elementos básicos de los juegos motores: Anticipar, cooperar y oponerse al otro; para ello es necesario identificar la lógica de cada juego, las posibilidades de acción y comprender de que manera puede actuar ante determinada circunstancia, ya sea de manera directa o cuando forma parte del equipo.

Actividad #1: “Bombardeo de papel”.

Descripción:

Dentro del área se colocan varias pelotas de papel, cada alumno tendrá un bote el cual debe sostener entre su brazo.

Todos deben tomar las pelotas (una a la vez) y buscar introducirlas en los botes de sus compañeros y evitar que entren en el suyo.

Al término de la actividad gana el alumno que tiene menos pelotas en su bote.

No está permitido sacar las pelotas que ya ingresaron en el bote.

Opciones de aplicación:

- Se pueden formar alianzas entre los alumnos.

Actividad #2: “Recuento de daños”. (Diagnóstico)

Descripción:

Se forman equipos de 6 integrantes y 2 de ellos se enfrentan. El juego consiste en formar una pirámide pequeña con objetos, por parte de un equipo, mientras que el otro intenta derribar el mayor número posible de éstos, lanzando pelotas de vinil a una distancia establecida. Cada vez que el equipo derriba algún objeto, el otro equipo las recoge lo más rápido posible, colocándolas en su posición inicial. Una vez levantados los objetos y ya colocados en su lugar, se intenta derrumbarlos nuevamente.

Al término de cierto tiempo el profesor, inesperadamente, da por concluida la actividad y se hace cambio de roles, ganando el equipo que haya conseguido mantener el mayor número de objetos en posición inicial al término de la actividad.

Opciones de aplicación:

- Los alumnos enfrentan a otros equipos a su libre elección.
- Los alumnos establecen distancia y formas de lanzar.

Actividad #3: “Esquina suben”.

Descripción:

Se divide al grupo en equipos de 8-9 integrantes colocados en círculo y tomados de los hombros. Todos colocan el lazo sobre la parte posterior del tobillo flexionando la rodilla de alguno de los dos pies. El objetivo del juego es hacer subir la gran cuerda hasta el cuello con la colaboración de todos los

integrantes del equipo y sin utilizar las manos. Se permite la propuesta de variantes por parte de los alumnos que puedan ofrecer una mejor dinámica al juego. Los alumnos deben de proponer una forma más difícil de ejecutar la actividad.

-Amarrar todas las cuerdas y formar un gran círculo que jugarán entre todos.

-Cada 10 segundos tendrán que dar tres pasos a la derecha de a “cojito” sin soltarse.

-Un integrante del equipo tendrá la tarea de dificultar el logro del objetivo por parte del equipo, intentando hacer cosquillas o despeinando a los integrantes del mismo.

-Se puede jugar con dos cuerdas a la vez.

-Lo pueden jugar sentados y con la cuerda al centro, la cual tienen que intentar subir por detrás de sus espaldas hasta el cuello sin utilizar las manos.

Actividad #4: “Posturas y gestos”.

Descripción:

Para evitar ser tocado, el alumno no puede tener ninguno de sus pies en contacto con el suelo. Normalmente lo consiguen tumbándose en el suelo y levantando los pies. En esta posición no pueden durar más de tres segundos, logrando así que el niño se levante y siga corriendo.

Opciones de aplicación:

- Conforme avance la actividad y a la señal del maestro trabajan en parejas y la manera de salvarse ahora será flexionando el tronco al frente y tocar los pies de su compañero, procurando mantener estiradas las piernas.

Actividad #5: “El robo del paliacate”.

Descripción:

Todos los niños empiezan con 1 ó 2 paliacates que se pondrán sujetos en la parte posterior del short.

Cada uno debe robar cuantos paliacates le sea posible y ponerlas atrás, procurando que no se las roben.

Opciones de aplicación:

- Por equipos, por parejas, uno contra uno.
- Buscando estrategias para ganar más paliacates, y evitar que les quiten las suyas. Por ejemplo:

Sí un jugador ya tiene 4 paliacates los distribuye entre los de su equipo y así evitar ser el único al que ataquen.

Actividad #6: “Rebota-pelota”.

Descripción:

Se forman equipos de 4 integrantes. Cada equipo juega a lanzar la pelota a una pared y recogerla antes de que ésta de un cierto número de botes. Conforme

avanza el juego, los alumnos deciden el número de botes o bien jugar mencionando el nombre del compañero que tiene que tomar la pelota. Se propone golpear la pelota con manos y pies.

La actividad se termina cuando al interior del equipo se forman parejas y juegan “frontón” alternando roles de golpeo.

Opciones de aplicación:

- Los alumnos determinan el área de juego.
- Jugar con distintos equipos durante periodos de 3-5 minutos de tiempo.

Actividad #7: “Todos bajo consigna”.

Descripción:

Todos los alumnos empiezan a caminar por el área de trabajo. A la indicación todos realizan la acción que se pide:

- Tocar el suelo con una mano, la otra, ambas. Empujarse espalda con espalda.
 - Saltar lo más alto posible.
 - Saltar y chocar hombro con hombro con un compañero, estómago con estómago, golpeando ambas manos en el aire.
 - Tomarse con un compañero de las manos dar un giro y continuar.
 - El primero que le toque un hombro a uno de sus compañeros, hace que éste se coloque en 6 puntos para que salte.
 - Empujarse todos de los hombros.
 - Jalarse tomados de las manos.
 - Mantenerse tenso.
 - Correr muy rápido.
 - Brazos extendidos al frente, uno hace fuerza hacia abajo y el otro hacia arriba.
- Ahora se debe llevar a un compañero de diversas maneras:
- Cargándolo en la espalda.
 - Sujetando de la cintura y jalando al otro.

Opciones de aplicación:

Los alumnos deben proponer distintas formas de realizar las acciones.

2a Secuencia de trabajo.

La segunda secuencia consta de siete actividades: “cono gol, pelota caída, corre que te alcanzan, jalar la cuerda, roba balones, futbol encestado y prueba final: El círculo de fuerza”; su finalidad es observar como las capacidades físico motrices se ven favorecidas al participar de manera dosificada en cada actividad propuesta, reconocer la importancia que tiene la fuerza, la velocidad, la resistencia y la flexibilidad al ponerlas al servicio, primero del niño y luego del juego.

Actividad #1: “Cono-gol”.

Descripción:

Se colocan 2 equipos en un terreno delimitado. Un equipo ataca y otro defiende.

El equipo atacante se pasa la pelota hasta que alguno se encuentra en posición propicia para disparar a alguno de los conos y tocarlo. De ésta manera se consigue un gol. Cada jugador puede tocar la bola un máximo de tres veces consecutivas. El cambio de funciones puede realizarse a tiempo de partido o a gol conseguido.

Actividad #2: “Pelota caída”.

Descripción:

Se traza un área de aproximadamente 20 metros de largo por 10 de ancho y dividido por un espacio al centro de 4 metros (zona muerta). Cada equipo se coloca en uno de los lados y lanza una pelota al otro equipo intentando que éste caiga en un espacio no alcanzable a recibir.

Cada vez que la pelota toca el suelo el equipo que lanzó se anota un punto. El otro equipo intenta recibir el lanzamiento antes que éste toque el suelo, de ser así lo devuelve con la misma finalidad. El espacio central (zona muerta) no puede ser ocupado por ninguno de los participantes.

Si una pelota cae en dicho lugar cuenta como malo.

Opciones de aplicación:

- Trazar varias canchas para distintos equipos.
- Incrementar el número de implementos.

Actividad #3: “Corre que te alcanza”.

Descripción:

El grupo se divide en dos equipos. A cada integrante se le designa un número. Ambos equipos se colocan en fila, sentados y dándole la espalda a una cuerda que ésta situada en el centro (entre los equipos). Dicha cuerda tiene un nudo en el centro y debajo de él habrá una marca gris. El maestro gritando un número, por ejemplo el 31, los alumnos deben salir corriendo a sujetar la cuerda y jalarla, el niño que pase el nudo de su lado gana un punto para su equipo.

Sucesivamente el maestro dice otros números, paulatinamente los llama por tercias (1, 4, 6...), cuartetas, etcétera; hasta llegar a un punto donde todo el equipo pasa a jalar al mismo tiempo.

Opciones de aplicación:

- Los alumnos se pueden colocar boca abajo, arriba, hincados, etcétera, para dificultar el llegar a la cuerda.
- Cuando lleguen a la cuerda se pueden designar un tiempo fijo para jalar, estimulando aun más la fuerza y resistencia.

Actividad #4: “Jalar la cuerda”.**Descripción:**

Dos equipos jalan la cuerda, tratando de hacer avanzar a sus adversarios hasta una zona marcada previamente, obteniendo dos puntos cada vez que logren hacerlo. Previamente se coloca un indicativo a mitad de la cuerda.

Opciones de aplicación:

- El juego se repite 4 veces.
- Todo el equipo se coloca sentado.

Actividad #5: “Roba-balones”.**Descripción:**

Se delimita un área de juego con una línea divisoria central; se divide al grupo en dos equipos, (se puede utilizar algún material para diferenciarlos como pueden ser paliacates).

Cada uno de ellos ocupa una de las partes del campo; se colocan un número igual de pelotas en el fondo de cada zona de equipo, detrás de la línea de fondo.

A la indicación, los alumnos van a buscar las pelotas situadas en el otro campo y llevarlas a su línea de fondo. Cuando están en el campo contrario pueden ser atrapados, quedando quietos y si uno de sus compañeros los toca, quedan libres.

Después de cierto tiempo el equipo que obtenga más pelotas gana 2 puntos mientras que el otro solo recibe uno.

Solo se puede tomar una pelota por vez y si es atrapado de regreso con ésta, se debe regresar.

Opciones de aplicación:

- Solo un cierto número de alumnos puede ir por las pelotas.
- Sí algún equipo logra obtener todas las pelotas del otro, puede perseguirlos para lanzarles éstas de la cintura hacia abajo.
- Utilizar paliacates que se cuelgan en algún objeto en lugar de pelotas.

Actividad #6: “Fútbol encestado”.**Descripción:**

En una cancha de básquetbol organizamos dos equipos, que juegan con los elementos similares de este deporte (no se debe ser tan estricto en aplicar las reglas). Pero con la particularidad de que para conseguir un punto se debe patear la pelota con el pie y tocar el tablero. Se puede adaptar de la forma que se crea más conveniente. Botar la pelota al avanzar limitando el número de botes a 5.

Podemos buscar otras alternativas para efectuar esta actividad tomando como referencia las ideas que los alumnos tienen, ya sea haciendo más complicado o

facilitando dicha actividad según sea el caso. En cada pausa de la actividad, se reúnen los equipos para acordar una manera de mejorar la actuación que tienen, es decir, construyen su estrategia a partir de lo que ya hicieron y lo que creen que les ayuda a mejorar.

Opciones de aplicación:

- Para iniciar se puede lanzar la pelota con la mano.
- Podemos cambiar la pelota por una más grande o más pequeña.
- Crear unas cestas diferentes a partir de las propuestas de los alumnos.

Actividad #7: “Prueba final: El círculo de fuerza”.**Descripción:**

Se amarra una cuerda por sus extremos y se pide a los cuatro equipos que se coloquen en esquinas contrarias. Cada integrante de los distintos equipos, toma la cuerda fuertemente con las manos a manera de formar un círculo. El profesor dispone un objeto a 3 metros detrás de cada equipo. El objetivo del juego consiste en intentar jalar lo más fuerte posible la cuerda para llegar a tomar el objeto y así conseguir 6 puntos. Los alumnos deciden su propia estrategia de juego. El juego se repite varias veces.

Opciones de aplicación:

- Variar la distancia de colocación del objeto.
- Si el objetivo se consigue en un tiempo menor de 10 segundos se dan dos puntos extras.
- Se vale hacer cadenita con sus compañeros de equipo, siempre y cuando exista contacto entre el equipo.
- Si el juego no termina en 30 segundos los puntos se dan automáticamente al equipo que al finalizar el recuento, tenga el menor número de puntos.

3a Secuencia de trabajo.

La tercer secuencia consta de seis actividades incluyendo la evaluación: “pelota canadiense, zona cero, el jala mecate, coleadas, recuento de daños, y enredo humano”; su finalidad es desarrollar el sentido de colaboración y aceptación de las reglas que cada actividad sugiere. Hacer que el alumno comprenda que no basta con ser ágil, fuerte o rápido; si no es capaz de apreciar el esfuerzo de los otros y saber que también de ellos se aprende.

Actividad #1: “Pelota canadiense”.**Descripción:**

Se forman dos equipos. Uno de los equipos se coloca tras la línea de salida, el otro se dispersa por el campo. A unos 15 metros de la línea de salida se sitúa el banderín.

El primer jugador del equipo que está tras la línea, lanza la pelota de una patada e inmediatamente sale corriendo en compañía de 4 compañeros más

en dirección al banderín, pasa por detrás de él y vuelve al punto de partida. Los del otro equipo deben tomar la pelota y tratar de tocar o dar con esta al que corre. Se pueden pasar la pelota entre ellos. Si le tocan se anotan un punto. Regla: El jugador que posee el balón no puede dar más de dos pasos. El jugador que corre no puede dar marcha atrás.

Actividad #2: “Zona cero”.

Descripción:

Se juega en un área de 20 x 10 metros con 2 equipos mixtos. Detrás de los extremos se coloca un espacio delimitado de 1-2 metros de ancho (zona cero). Los jugadores de ambos equipos se distribuyen por el lugar y mediante pases intentan hacer llegar la pelota a su compañero que se encuentra dentro de la zona (un solo integrante); si lo consiguen el equipo se anota un punto. El otro equipo impide la libre trayectoria del pase mediante la anticipación de ésta. No puede existir contacto físico, solamente dificultar el lanzamiento, gana el equipo que consigue el mayor número de puntos. Se permiten tiempos fuera para realizar ajustes al juego por parte de los alumnos.

Opciones de aplicación:

- Colocar 3 o más conos en la “zona cero”, los cuales son protegidos por un integrante dentro de la misma. Gana el equipo que primero derribe todos los conos del equipo contrario.
- Crear varios espacios de juego, disminuyendo las dimensiones y los integrantes por equipo.
- Incrementar el número de implementos.

Actividad #3: “El jala-mecate”.

Descripción:

Se amarra el mecate por las dos puntas, formando un círculo. Se invita a todos a colocarse alrededor del mecate y a estirarlo. Cuando el mecate esté bien estirado, todos se agachan y al conteo de tres, se levantan, tratando de hacerlo al mismo tiempo. Se pide a los alumnos que propongan formas de levantarse, por ejemplo: sobre un pie, de espaldas, girando todo el grupo y a la cuenta de tres, se sientan, etcétera.

Opciones de aplicación:

- Pueden existir desplazamientos o giros por el área, sin que nadie se suelte del mecate.
- Se pide a un compañero que se pare sobre el mecate mientras este se encuentra en el suelo, en este momento se cuenta hasta tres y entre todo el grupo levantará a su compañero quien tomará de los hombros a los compañeros de al lado, o bien, se sostendrá con la ayuda del profesor. Se puede realizar, sentado sobre el mecate.

Actividad #4: “Coleadas”. (Juego tradicional)

Descripción:

Se distribuye al grupo por equipos de igual número de integrantes; y se toman de las manos cada uno de estos equipos forma una fila y se toman de las manos.

La finalidad de la actividad es que el primero de cada equipo debe correr guiando a sus compañeros; puede hacer giros y cambio de dirección, con lo que los demás compañeros se mueven como si fuesen un látigo.

Debe evitar soltarse de las manos, si un equipo se suelta debe reiniciar la actividad.

Cada cierto tiempo se cambia de guía.

Opciones de aplicación:

- Ir aumentando el número de integrantes de cada equipo.
- Construir un recorrido que se debe realizar en cada intento.
- Obtener algún objeto (como una pelota), de una zona de otro equipo.

Actividad #5: “Recuento de daños”. (Valoración del proceso de enseñanza-aprendizaje)

Descripción:

Se forman equipos de 6 integrantes y 2 de ellos se enfrentan. El juego consiste en formar una pirámide pequeña con objetos, por parte de un equipo, mientras que el otro intenta derribar el mayor número posible de éstos, lanzando pelotas de vinil a una distancia establecida. Cada vez que el equipo derriba algún objeto, el otro equipo las recoge lo más rápido posible, colocándolas en su posición inicial. Una vez levantados los objetos y ya colocados en su lugar, se intenta derrumbarlos nuevamente.

Al término de cierto tiempo el profesor, inesperadamente, da por concluida la actividad y se hace cambio de roles, ganando el equipo que haya conseguido mantener el mayor número de objetos en posición inicial al término de la actividad.

Opciones de aplicación:

- Los alumnos enfrentan a otros equipos a su libre elección.
- Los alumnos establecen distancia y formas de lanzar.

Actividad #6: “Enredo humano”.

Descripción:

Se forman equipos de 4-5 integrantes, colocados en círculo. A cada equipo se le proporciona una cuerda amarrada por sus extremos. Los integrantes del equipo colocan la cuerda estirada sobre la parte baja de sus espaldas. El objetivo del juego es dar con la cuerda dos vueltas completas al círculo de integrantes. No está permitido el uso de manos y tampoco que los integrantes

se desplacen. El nudo que une a la cuerda, servirá como indicativo para cerciorarse del cumplimiento del objetivo. Se pide a los alumnos, proponer ideas que permitan darle mayor dificultad y dinamismo al juego.

Opciones de aplicación:

- La unión de dos o más cuerdas y así permitir la inclusión de más integrantes.
- Se juega contra-reloj o con el objetivo de mejorar tiempos.
- Un compañero tiene la libertad de desplazarse por dentro o fuera del círculo y así ayudar a su equipo, pero sin el uso de manos.
- Jugar con dos cuerdas y colocar los nudos en lugares contrarios y hacerlas girar hasta que se alineen, existiendo la posibilidad de que una de ellas se encuentre en otra parte del cuerpo, por ejemplo: cuello, rodillas, etcétera.

SEXTO GRADO

BLOQUE 6:

Competencia en la que se incide: La corporeidad como manifestación global de la persona

A mayor saber mayor posibilidad de ser feliz. Nietzsche

“LA IMAGINACIÓN ES EL CAMINO DE LA CREACIÓN”

PROPÓSITO:

Que el niño logre un producto creativo de expresión corporal en el que desarrolle una idea propia de su centro de interés de manera organizada y secuenciada.

CONTENIDOS:

- Reconocimiento de movimiento figurativo simbólico del ciclo anterior en relación con: las calidades del movimiento, las partes corporales implicadas, los elementos espaciales y el uso de los objetos, para la creación de propuestas expresivas de naturaleza colectiva, coordinando las acciones propias con las de los compañeros, para componer un todo coherente.
- Elaborar un trabajo por equipos que contemple las fases que conforman el proceso creativo: Preparación, incubación, iluminación y producción.
- Valoración de las producciones de los demás, reconociendo los elementos más potentes en su carga comunicativa y estética.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Adquiere un lenguaje corporal que además de permitirle exteriorizar y comunicar diversas ideas, emociones y sensaciones, constituye una aproximación al sentido estético del arte del movimiento.
- Comprende que en la expresión corporal se manifiesta él, íntegro. Y que cada movimiento elegido conlleva necesariamente aspectos de su propia identidad.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Expresión corporal

MATERIALES:

Grabadora y cd de música.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

Utilizar un instrumento basado en una “Escala cualitativa”, en el que se establezcan como categorías:

1. Puntuación del 1 al 7, en donde se valoren la integración del mayor número de elementos expresivos vistos con anterioridad, como: el movimiento figurativo simbólico en función de: las partes corporales implicadas, las superficies de apoyo, las calidades del movimiento, de los conceptos espaciales, del ritmo corporal, del sonido corporal y de la utilización de los objetos.
2. Tres puntos referidos a la calidad creativa; diversidad, originalidad y elaboración de las ideas expuestas en movimiento, y la capacidad de comunicación del tema.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

Este bloque consta de seis actividades. El pensamiento simbólico ha sido consolidado y por lo tanto el movimiento figurativo se convierte en el eje que rige la expresión corporal del niño en este grado. Por ello este bloque propone que el alumno produzca una acción creativa. Se sugiere por lo tanto:

- Que el docente permita la libre participación de los alumnos y asigne tareas no solo para la sesión si no que haga que los alumnos se organicen en otro momento.
- Que el docente identifique dentro del proceso creativo las etapas de preparación, incubación, iluminación y producción, a fin de comprender las sugerencias creativas de los alumnos y evitar exigirles estereotipos copiados de medios masivos de comunicación.
- Ser paciente acompañar al niño en el proceso, evitando influenciar en las decisiones de los alumnos.

1a Secuencia de trabajo.

Esta secuencia consta de dos actividades: preparación del producto creativo e inicio de la etapa de incubación. Su finalidad es que los niños experimenten a partir del pensamiento simbólico lo que al final resultará en un producto creativo de expresión corporal; utilizar para ello el movimiento figurativo, así como las etapas del proceso creativo. El trabajo grupal resulta fundamental ya que precisamente de ahí surge la creatividad; de la búsqueda y exploración de formas expresivas.

Actividad #1.- “Preparación del producto creativo”.

Descripción:

Esta es la fase inicial en la que los niños deciden que trabajo van a desarrollar por equipos de 6 integrantes. Durante todo el bloque puede elaborarse una o más representaciones, la extensión del trabajo depende del tiempo que se dispone y los intereses en general de los niños y del profesor; entendiéndose que obviamente a mayor tiempo se logra un trabajo más extenso y rico.

El profesor presenta diversos estímulos que puedan generar interés en los niños, tales como:

- La palabra (hablada y escrita), poemas o fragmentos literarios. Cuatro momentos de algún evento del pasado, de la historia nacional, de la escuela o la vivencia de algún niño del grupo.

- Obras musicales. Existen numerosos ejemplos de música (electrónica) que pueden provocar interés en los niños y en las que encuentra significados.

- Obras pictóricas. La forma, los colores y la plástica.

- Los objetos, personas o animales.

- Eventos que a los niños les parezcan interesantes o divertidos, como “el circo”.

Después de haber tomado una decisión sobre el tema, deberán recopilar el mayor número de ideas, imágenes e información relacionada; a la brevedad y durante los días siguientes.

Sea cual sea la fuente incentivadora principal, el trabajo debe ser acompañado por una obra musical. Esta contiene elementos que deben ser utilizados durante la creación del trabajo como: acentos, intensidades, cambios de velocidad, elementos sobresalientes, etcétera.

Observaciones:

Se dan orientaciones más específicas sobre la profundidad con que pueden tratarse los temas y utilizando ejemplos: mencionar que implicaciones tienen los diferentes colores o que es un circo (o el tema que haya elegido); que elementos le comprende, quienes son los que participan en él, que clase de movimientos realizan y que apariencia tienen.

Actividad #2.- “Se inicia la etapa de incubación”. (2º momento del proceso creativo)

Descripción:

Se caracteriza por la exploración y la abundancia de movimientos figurativos simbólicos relacionados a la información recopilada sobre el tema. Es una lluvia de ideas todavía sin depurar, movimientos que aparecen a veces de forma espontánea y otras consciente o inconscientemente.

En compañía de su equipo y con el fondo musical de su elección, el trabajo inicia con un listado de movimientos figurativos simbólicos que cada niño de manera individual escribe en su cuaderno, retomando el contenido del bloque 15 del tercer ciclo en lo referido a las posibilidades del movimiento expresivo y las partes corporales implicadas para comunicar sentimientos, ideas o imágenes.

Observaciones:

El profesor se mantiene muy cercano a los alumnos para reforzar la idea del movimiento figurativo simbólico en relación al tema elegido, estimulando la producción del mayor número posible de ideas y de elementos corporales implicados.

2a Secuencia de trabajo.

Esta secuencia consta de cuatro actividades a través de las cuales el alumno involucra sonidos corporales y movimiento a su propuesta de expresión corporal. El proceso de incubación continúa involucrando posibilidades expresivas corporales en función del equilibrio y aspectos espaciales. Identifica desplazamientos y uso consciente del espacio total. El trabajo cooperativo, la aceptación de propuestas y la posibilidad de sugerir nuevas alternativas, son la tónica de esta secuencia.

Actividad #1.- “Continúa la incubación”.

Descripción:

En esta ocasión la búsqueda está centrada en el desarrollo de la misma idea integrando algún objeto, otorgándole un uso simbólico, así como la exploración de sonidos corporales y vocales articulados o no articulados. En la actividad 2 de esta secuencia se realiza una práctica para incidir en este contenido.

Actividad 2.- “Espejo sonoro”. (Sonido corporal, vocal articulado y no articulado)

Descripción:

Por parejas, uno realiza una “secuencia sonora” sencilla, dando palmadas y el otro lo reproduce con otros sonidos corporales que no sean palmadas (silbidos, pisadas, sonidos con la boca, etcétera).

Opciones de aplicación:

- Tras realizar la secuencia de sonidos corporales se trasladan al movimiento de manera alternativa (primero el sonido y luego el movimiento).
- Ídem, pero la secuencia de sonidos corporales y de movimiento se realiza de manera simultánea (el sonido y el movimiento a la vez).

Observaciones:

En esta propuesta se pretende que el alumnado sea capaz de buscar diferentes sonidos corporales para elaborar un repertorio sonoro en torno a las posibilidades que le brinda su cuerpo.

Se debe insistir en la variedad en el momento de buscar diferentes sonidos corporales y al principio de la propuesta darles pistas de cómo hacerlo con ejemplos muy evidentes (chasquidos, frotaciones, golpes, palmadas, pisadas) para que posteriormente surjan de ellos otros más complejos.

Una vez que hayan probado con diferentes secuencias de movimiento, se les puede pedir que muestren una al resto del grupo. En este caso el grado de protagonismo que asumen los ejecutantes aumenta porque supone ser el centro de atención del resto del grupo. Además, ambos deben realizarla sincronizadamente ajustándose a conceptos temporales, por tanto, se está trabajando con otro contenido añadido a la propuesta que la hace más compleja.

Actividad #3.- “Continúa la incubación”.**Descripción:**

En el contexto de la expresión el niño investiga y explora otros elementos de la expresión corporal para integrar algunos de ellos a su trabajo de manera individual o colectiva:

-Las cualidades del movimiento (acciones directas o indirectas, rápidas o lentas, con mayor o menor tensión y leves o pesadas).

-Las posibilidades expresivas corporales, en función del equilibrio y los aspectos espaciales: espacio individual y total, forma, distribución, trayectoria, focos, ubicaciones espaciales, simetría-asimetría y niveles espaciales.

Observaciones:

Extender el tiempo necesario dentro del bloque para que el niño incorpore nuevas ideas sobre estos contenidos.

Actividad #4.- “Inicio de la iluminación”. (Tercer momento del proceso creativo)**Descripción:**

Desde la relación en la lluvia de ideas sobre las posibilidades del movimiento expresivo obtenida por el niño, ahora va a escoger las mejores y las va a integrar en conjunto a sus compañeros, con miras al producto final. Todo lo

referido a los conceptos espaciales ahora cobra mayor importancia, pues deben acordar todos los desplazamientos, ubicaciones y uso consciente del espacio total disponible.

3a Secuencia de trabajo.

Esta secuencia consta de dos actividades: “iluminación y producción”. Su finalidad es que una vez diseñada la propuesta creativa, los alumnos la presenten al resto del grupo en un breve ejercicio acompañado de vestuario, sonido, música, etcétera. El respeto y la aceptación del trabajo de los demás deben ser atendidos por el docente.

Actividad #1.- “Iluminación”. (Apariencia corporal)**Descripción:**

En esta ocasión se investiga sobre el conjunto de elementos que componen el aspecto externo del niño en la representación del personaje, pueden ser: vestimenta, peinado, complementos, etcétera, si se desea, pudiera efectuarse un breve ejercicio a manera de ensayo para que el alumno experimente lo divertido que puede ser:

-Individualmente y poco a poco, añadiendo objetos (barbas, lentes oscuros, gorras, pelucas, etcétera), ir cambiando de apariencia e ir adoptando, también poco a poco diferentes personalidades.

Observaciones:

Otra posibilidad para preparar la apariencia consiste en utilizar cartulinas de colores, papel de china, papel kraft y/o telas, cambiar de apariencia hasta convertirse, por ejemplo: en personajes de dibujos animados.

Esta etapa de la organización del trabajo, la iluminación, amerita flexibilidad en los tiempos, como se dijo al principio de este bloque, depende del tipo de proyecto según la planeación del profesor, razón que para lo que resta en esta etapa de elaboración del producto, queda a consideración del docente.

Actividad #2.- “Producción”. (Último momento del proceso creativo)**Descripción:**

Cada grupo representa para el resto de los compañeros su trabajo final para ser evaluado por todos a través de la crítica constructiva que surja del resto de los grupos.

(Valoración del proceso enseñanza-aprendizaje)**Descripción:**

Se sugiere implementar la “escala cualitativa” que aparece al inicio del bloque, misma que permite verificar el nivel de conciencia del niño sobre los contenidos expuestos en este nivel educativo sobre movimiento y expresión como manifestación de la corporeidad.

SEXTO GRADO

Es necesario aprender a mirar con nuevos ojos. Kant

BLOQUE 7:

“LOS JUEGOS CAMBIAN, NOSOTROS TAMBIÉN”

Competencia en la que se incide: Expresión y desarrollo de habilidades y destrezas motrices

PROPÓSITO:

Que el alumno enriquezca sus respuestas motrices ante situaciones de juego, a partir del trabajo cooperativo y con el correcto manejo de los patrones básicos de movimiento, introducir las habilidades y destrezas motrices a la iniciación deportiva.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Construye sus habilidades motrices genéricas así como sus destrezas motrices en la realización de actividades de iniciación deportiva.
- Modifica elementos estructurales de los juegos modificados, tales como el espacio, la regla, el compañero y el implemento.

CONTENIDOS:

- Identificación de principios generales de acción táctica inherentes a distintos juegos modificados. Distinguiendo un patrón básico de movimiento de una habilidad genérica al realizar juegos motores.
- Exploración de las diferentes maneras de manejar móviles e implementos a través de la práctica variable de los patrones básicos de movimiento.
- Implicación en los juegos desde el respeto, la disposición para establecer relaciones constructivas con los compañeros y la convivencia pacífica en situaciones de colaboración e inclusión.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Circuito de acción motriz
- Juegos modificados
- Formas jugadas

MATERIALES:

Pelotas, conos, paliacates, gallitos de bádminton y raquetas.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- a) Observar sus desempeños motores en el dominio de los patrones básicos de movimiento.
- b) Las formas de organización en la realización de juegos cooperativos.
- c) Identificar las posibles modificaciones que se le hacen a los juegos propuestos por ellos mismos.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

Este bloque lo contemplan trece actividades, a través de las cuales se busca que los alumnos practiquen diversos juegos modificados, de este modo acercarlos a la iniciación deportiva. Para lograr lo anterior se sugiere:

- Disponer del espacio físico de manera equitativa para cada equipo formado; no olvidar que en todas las actividades se deben formar equipos mixtos.
- En los juegos modificados es preciso que a partir de la habilidad motriz de los alumnos, el docente modifique o cambie de equipo a aquellos alumnos que sobresalen de los demás; de este modo se privilegia al alumno por sobre el juego.

1a Secuencia de trabajo.

La primer secuencia de trabajo consta de cuatro actividades: “Estaciono mis habilidades, ponte listo, multi-cachibol y tochito”. Tiene como finalidad poner a prueba diversos patrones básicos de movimiento para involucrarlos en la construcción de habilidades y destrezas motrices. Los alumnos no solo deben participar en las actividades propuestas, si no también, sugerir modificaciones a las reglas y a los elementos estructurales que consideren convenientes.

Actividad #1: “Estaciono mis habilidades”. (Diagnostico)

Descripción:

Al inicio de la actividad se organiza al grupo por equipos de igual número de integrantes y se coloca a cada equipo en una estación donde desempeñen cierta actividad, relacionando el trabajo con su experiencia motriz. Además de propiciar que los alumnos modifiquen los elementos de cada estación (compañero, adversario, implemento, regla, móvil, área o espacio). Se debe procurar alternar el rol dentro de las actividades.

Estación 1.- “Gol para”.

Se coloca una portería y se asigna un portero que inicia la actividad lanzando una pelota, los demás alumnos tratan de hacerse de ésta y anotar un gol. Si lo consiguen toman el rol de portero.

Estación 2.- “Encastes divertidos”.

Con ayuda de una pelota los alumnos deben encontrar distintas formas de encastrar la pelota, por ejemplo por debajo de las piernas, de espaldas, acostado, etcétera.

Estación 3.- “La caída del cono”.

Se delimita un área de juego, dividida en 2 y se colocan varios conos en el suelo; un equipo se coloca en cada lado. La intención de la actividad es derribar los conos del otro equipo con una pelota.

Cada cono vale un punto y no está permitido cruzar el área del otro equipo. Se puede atrapar la pelota en un inicio pero después se realiza solo golpeándola.

Estación 4.- “Golpe marcado”.

Los alumnos se colocan frente a una pared, la cual tiene una zona marcada, se debe lanzar una pelota y golpearla con la palma de la mano, buscando que ésta solo toque la zona de la pared que se estableció.

Después de golpear la pelota, el alumno puede decir el nombre de otro alumno, el cual debe realizar la misma acción, evitando que la pelota bote dos veces.

Estación 5.- “Defiéndete”.

Se coloca a un alumno detrás de una línea con un bate u objeto que simule éste, los demás alejados a una distancia considerable lanzan algunas pelotas (suaves preferentemente). El alumno que tiene el bate debe intentar rechazar el mayor número de pelotas. Los alumnos que lanzan las pelotas también deben tratar de atrapar las que golpea el compañero del bate.

Estación 6.- “¿Ahora qué hago?”

Se ponen distintos tipos de materiales y los alumnos deben construir su actividad con ayuda de éstas, procurando que sea una actividad creativa y novedosa.

Actividad #2: “Ponte listo”.

Descripción:

Se distribuye al grupo por toda el área y se organizan por parejas las cuales tienen una pelota.

Por un lapso de tiempo los alumnos juegan con éste implemento buscando diferentes formas de lanzar y atrapar.

Después se van proponiendo algunas tareas a realizar.

-Colocados en los extremos del área intercambiarse la pelota.

-A distintas distancias darse pases, propiciando diversas formas de recepción, como: saltando, con una mano, antes de que toque el suelo, etcétera.

-Experimentar lanzamientos con distintas trayectorias (recto, parábola, diagonal, de frente y lateral).

Los dos alumnos deben de ir interactuando, proponiendo y alternando roles en las tareas.

-Un alumno con un aro, el otro lanza la pelota para que atravesase el aro de acuerdo a como lo coloque su compañero.

-Ahora el alumno que tiene la pelota le debe marcar un recorrido a realizar o su compañero y la zona a la cual debe llegar para lanzarle la pelota. Por ejemplo: corre de frente hasta la mitad del área, gira a la derecha y gira para recibir la pelota.

-En equipos de 3 personas se retoma la tarea anterior; solo que ahora el tercero debe defender al que recibe el pase, siguiéndolo o interceptando la pelota.

-Nuevamente se le recuerda a los alumnos proponer otras formas de llevar a cabo la actividad.

Opciones de aplicación:

- Cambiar el implemento en el que se ésta trabajando.
- Marcar una zona en donde nadie puede entrar o una zona que es utilizada para recepciones o lanzamientos.

Actividad #3: “Multi-cachibol”.**Descripción:**

Se forman 6 equipos y 3 canchas divididas a la mitad por una red colocada a una altura de 2 -2.5 metros. En cada cancha se colocan 2 equipos, uno de cada lado.

La finalidad del juego consiste en lanzar una pelota al equipo contrario, tratando de que ésta haga contacto con el suelo.

El otro equipo recibe y devuelve la acción. Cada vez que la pelota hace contacto con el suelo se gana un punto. Durante el juego se efectúan cambio de posiciones, por ejemplo: al obtener un punto o perderlo, al término de cierto tiempo, etcétera.

El profesor detiene la actividad y pide a los equipos se pongan de acuerdo para mejorar las situaciones de juego, así como que propongan modificaciones al juego, por ejemplo: espacio, implemento, regla, adversario y compañero.

Opciones de aplicación:

- Para pasar la pelota al otro campo, previamente se lanza la pelota a un compañero y éste la golpea.
- Solamente pueden pasar la pelota las mujeres.
- Dar un número “X” de pases antes de lanzarla al otro lado.

Actividad #4: “Tochito”.**Descripción:**

Se realizan equipos de igual número de integrantes, cada uno de los alumnos tiene un paliacate el cual se colocan en un costado, atorado con el resorte de su short.

Se delimita un área de juego, para cada equipo existe una zona de anotación que esta al fondo del área.

Los equipos deben organizarse por roles (defensivos, atacantes, lanzado, etcétera). El juego inicia con un volado para saber qué equipo recibe el balón. Una vez acordado se colocan ambos al fondeo del área y uno de los equipos lanza la pelota hacia el lado opuesto; el otro equipo debe permitir, que uno de sus integrantes tome la pelota y corra protegido por sus compañeros para intentar llegar a la zona de anotación de los adversarios. Mientras que el primer equipo intenta evitarlo, si consigue quitarle el paliacate al que lleva la pelota o balón se detienen en ese punto y de ahí tiene cuatro oportunidades para conseguir anotar.

En caso de que el equipo que defiende logre interceptar el balón, de inmediato pasa a ser atacante, para de igual forma tratar de llegar a la zona de anotación.

-Cada reinicio de jugada los equipos se deben colocar en línea, el equipo que tiene el balón coloca a su lanzador por detrás, le dan la pelota para que éste

decida si mandar por pase la pelota a alguno de sus compañeros o dársela a uno que éste cerca para que corra hacia la zona de anotación.

-Un jugador que recibe la pelota (a excepción del lanzador), solo tiene la opción de correr hacia la zona a mandar un pase lateral o hacia atrás, siempre y cuando no le quiten su paliacate.

-Ningún jugador puede jalar o golpear a los demás, lo único que puede hacer es dificultar el paso, ya sea para defender a su compañero o bloquear el paso hacia su zona.

Cada equipo debe generar su estrategia u organización para mejorar su desempeño dentro de la actividad.

Además los alumnos proponen las modificaciones a realizar en la actividad.

Opciones de aplicación:

- Cambiar el implemento con el que se ésta jugando, por ejemplo: varios paliacates unidos o amarrados, un frisbee o una pelota playera.
- Modificar el área de juego y colocar un mayor número de ellos.
- Poner dos botes para colocar la pelota, a modo de anotación.

2a Secuencia de trabajo.

La segunda secuencia consta de cinco actividades, su finalidad es que el alumno construya una base motriz adecuada para realizar posteriormente la iniciación deportiva. Colaborar con ética de juego y aceptar las disposiciones que vengan ya sea de sus compañeros o del propio docente.

Actividad #1: “1, 2, 3 bomba...”**Descripción:**

En equipos de 4-6 integrantes, los alumnos intentan dar 3 golpes a una pelota manteniéndola en el aire y después de lograr dicha acción que realiza el cuarto toque, debe hacerlo rematando contra alguno de sus compañeros de equipo, con la intención de hacer contacto con sus cuerpos. El profesor hace notar la necesidad de no golpear con demasiada fuerza o intentar acertar en la cara. Los alumnos proponen modificaciones al juego, por ejemplo: regla, espacio, adversario, compañero e implemento.

Opciones de aplicación:

- El turno de golpeo de la pelota se define por turnos.
- Se adjudica un punto malo al que no acierte el remate o a quien sí lo llegue a recibir.
- Después de cierto número de puntos malos el equipo decide una acción que se realiza.

Actividad #2: “Delimitando la zona cero”.**Descripción:**

El juego se realiza en un área del tamaño de una cancha de básquetbol dividida en 4 zonas iguales. Detrás de los extremos de cada lado se coloca un espacio delimitado de 1-2 metros de ancho (zona cero).

El grupo se divide en dos equipos mixtos. Cada equipo distribuye a sus integrantes en las distintas zonas. Una vez colocados en cierta zona no se puede invadir las demás.

La finalidad del juego consiste en hacer llegar el balón a un compañero que se encuentra dentro de la (zona cero) que está siendo defendido por un integrante del equipo contrario (un solo jugador, por equipo). El otro equipo impide la libre trayectoria del pase.

El jugador que posee la pelota no puede desplazarse, mientras que sus compañeros piden el balón realizando fintas, giros y paradas. El otro equipo intenta interceptar el pase y realizar la misma acción. Gana el equipo que logra hacer llegar el balón a la (zona cero), más veces. Los alumnos proponen modificaciones de regla, implemento y espacio.

Opciones de aplicación:

- Incrementar el número de equipos en la misma área de juego.
- Delimitar varios espacios de juego.
- La cancha se divide en más de 4 zonas.

Actividad #3: “Vuela-vuela”.**Descripción:**

Cada alumno tiene un gallito, lo avienta y lo cacha varias veces, y cada vez más alto, antes de cacharlo tiene que ejecutar las siguientes acciones:

-Un salto.

-Un salto y un aplauso.

-Un salto, un aplauso y un giro.

Caminan libremente por el patio y a la señal tienen que lanzar el gallito para agarrar uno que no sea suyo, después intercambiarlo con un compañero; el número de intercambios se va aumentando.

Ahora se juega “gallito volador”. Consiste en enfrentarse uno a uno y lanzar el gallito sin dejar que caiga, cuando éste cae, se anota un punto para el contrario, después se juega por equipos de 5 personas y un jugador, que entra en medio, alterna su participación en cada equipo jugando con ambos a la vez.

Actividad #4: “Bádminton”.**Descripción:**

Los alumnos elaboran su propia raqueta y gallitos.

Se coloca una red o dos dependiendo del tamaño del grupo, se delimitan varias canchas para que en cada una de éstas se enfrenten por parejas.

Se trata de pasar el gallito sobre la red, al otro lado de la cancha, utilizando la raqueta, los alumnos determinan cuantos toques se pueden dar, 1, 2 o 3. Cada 3 minutos se recorren a la derecha para jugar con un equipo que aun no hayan enfrentado y a la mitad del juego éste se detiene para que el profesor pregunte a los alumnos que modificaciones se pueden hacer, de reglas, implementos, etcétera.

Opciones de aplicación:

- Una sola raqueta por equipo, en donde ambos integrantes comparten la misma, alternando turnos.

Actividad #5: “Cuadri-fut”.**Descripción:**

Se divide al grupo por parejas, cada una de ellas delimita un área de juego de aproximadamente 2 metros de ancho por 6 de largo, esta se divide en dos zonas. Cada jugador se coloca en una de ellas.

El juego inicia cuando uno de los jugadores lanza la pelota con el pie desde el fondo de su zona, el otro jugador recibe la pelota y con un máximo de 3 toques la pasa de nuevo a la zona opuesta; también está permitido que la pelota bote una vez. Si la pelota bota dos veces dentro de la misma zona o no pasa al otro lado, el otro jugador obtiene un punto. De igual forma si uno de los jugadores pasa la pelota a la otra zona pero cae fuera de ésta, el punto es para el jugador de esa zona.

No se puede golpear la pelota con la mano ni tampoco invadir la zona del adversario, se va cambiando de parejas, después de cierto tiempo o de un número de puntos acordados:

-Los alumnos modifican algunos de los elementos y proponen otras alternativas.

Opciones de aplicación:

- Aumentar o disminuir el área de juego.
- Realizar la actividad pareja contra pareja, por tercias o por equipos (un jugador no debe tocar dos veces la pelota).
- Está permitido utilizar todos los segmentos corporales.

3a Secuencia de trabajo.

La tercera secuencia consta de cuatro actividades incluyendo las de evaluación. Se busca que el alumno comprenda las reglas de los juegos modificados propuestos y las aplique al formar equipos y colaborar en su implementación. Comprender que el éxito no necesariamente se asocia con la victoria ni el fracaso con la derrota y que también en la adversidad el niño puede aprender.

Actividad #1: “Tres pases y gol”.**Descripción:**

En un espacio amplio se delimita con cono una portería y una cancha, en éste juegan 2 equipos de cinco integrantes, uno es portero. Tienen que darse entre sí tres pases consecutivos sin que caiga la pelota y así poder anotar.

Por su parte el equipo contrario puede interceptar el balón sin ejercer contacto físico y seguir el procedimiento de los tres pases. Los jugadores tienen que hacer el mayor número de goles. Después de explicar el juego se les otorga un minuto para que hagan su(s) estrategia(s).

Dependiendo del avance del juego el maestro otorga una pequeña pausa para preguntar a los alumnos posibles modificaciones a la regla, espacio o implemento.

Opciones de aplicación:

- No se puede regresar el pase a la persona que tenía el balón anteriormente.
- No se puede tener el balón más de 5 segundos.

Actividad #2: “Básquetbol sin reglas”.**Descripción:**

Se forman dos equipos, a cada uno se le asigna una cancha, el saque se ejecuta lanzando el balón entre dos jugadores. El juego consiste en anotar el mayor número de encestes posibles. En un principio se juega con un balón y se van incluyendo más conforme avanza la actividad. La única regla del juego es que no hay reglas.

Solamente se menciona que el contacto físico ésta prohibido, después de unos minutos de juego el profesor detiene la actividad y pide a los alumnos que propongan posibles modificaciones al juego.

Opciones de aplicación:

- Formar un número mayor de equipos que jueguen simultáneamente.
- La misma lógica del juego pero en parejas.
- No se debe tener el balón más de 5 segundos implica una falta y cambio de roles.

Actividad #3: “Olas”.**Descripción:**

Se divide al grupo en 3 equipos, 2 de ellos se colocan a los extremos del área de juego; el tercero en el centro con una pelota.

La finalidad del juego es encestar en alguna de las canastas de los otros dos equipos. Si lo consigue se mantiene con la posición de la pelota y ataca al otro equipo. En caso contrario el equipo que defiende cambia de rol con el atacante y ahora éste es el que ataca, empezando con el equipo del lado opuesto al que se encontraba.

Ésta permitido desplazarse botando la pelota o dando pases entre los miembros de cada equipo. Si el equipo que ataca pierde la posesión de la pelota inmediatamente el otro equipo asume el rol de atacante. Los alumnos deben modificar los elementos del juego. Por ejemplo la regla, el implemento, área o adversario.

Opciones de aplicación:

- Para poder encestar deben realizar una tarea previa, por ejemplo, que todo el equipo haya tocado por lo menos una vez la pelota.
- Organizar un mayor número de equipos que atacan o defienden.

Actividad #4: “Estaciono mis habilidades”. (Valoración del proceso de enseñanza-aprendizaje)**Descripción:**

Al inicio de la actividad se organiza al grupo por equipos de igual número de integrantes y se coloca a cada equipo en una estación donde desempeñen cierta actividad, relacionando el trabajo con su experiencia motriz. Además de propiciar que los alumnos modifiquen los elementos de cada estación (compañero, adversario, implemento, regla, móvil, área o espacio). Se debe procurar alternar el rol dentro de las actividades.

Estación 1.- “Gol para”.

Se coloca una portería y se asigna un portero que inicia la actividad lanzando una pelota, los demás alumnos tratan de hacerse de ésta y anotar un gol. El que lo consigue toma el rol de portero.

Estación 2.- “Encestes divertidos”.

Con ayuda de una pelota los alumnos deben encontrar distintas formas de encestar la pelota, por ejemplo, por debajo de las piernas, de espaldas, acostado, etcétera.

Estación 3.- “La caída del cono”.

Se delimita un área de juego, dividida en 2 y se colocan varios conos en el suelo; un equipo se coloca en cada lado. La intención de la actividad es derribar los conos del otro equipo con una pelota.

Cada cono vale un punto y no está permitido cruzar el área del otro equipo. Se puede atrapar la pelota en un inicio pero después se realiza solo golpeándola.

Estación 4.- “Golpe marcado”.

Los alumnos se colocan frente a una pared, la cual tiene una zona marcada, se debe lanzar una pelota y golpearla con la palma de la mano, buscando que ésta solo toque la zona de la pared que se estableció.

Después de golpear la pelota, el alumno puede decir el nombre de otro alumno, el cual debe realizar la misma acción, evitando que la pelota bote dos veces.

Estación 5.- “Defiéndete”.

Se coloca a un alumno detrás de una línea con un bate u objeto que simule este, los demás alejados a una distancia considerable lanzan algunas pelotas (suaves preferentemente). El alumno que tiene el bate intenta rechazar el mayor número de pelotas. Los alumnos que lanzan las pelotas también deben de atrapar las que golpea el compañero del bate.

Estación 6.- ¿Ahora qué hago?

Se ponen distintos tipos de materiales y los alumnos desarrollan su actividad con ayuda de éstas, procurando que ésta sea recreativa y novedosa.

SEXTO GRADO

No hay nada en la razón que antes no haya pasado por los sentidos. Locke

BLOQUE 8:

“NO SOY UN ROBOT, TENGO RITMO Y CORAZÓN”

Competencia en la que se incide: Control de la motricidad para el desarrollo de la acción creativa

PROPÓSITO:

Elaborar una composición rítmica colectiva con base a la forma musical, que promueva el desarrollo de su capacidad creativa, las habilidades motrices, la integración de nociones espaciales, el ritmo motor y el dominio del objeto.

CONTENIDOS:

- Exploración y creación de propuestas rítmicas y colectivas ajustadas a una composición musical, partiendo de las habilidades motrices, la espacialidad y la temporalidad.
- Aplicación de su experiencia motriz en función de sus capacidades y habilidades motrices, ampliando su repertorio motor y ajustándolo a las demandas de cada situación.
- Confianza al desempeñarse en situaciones cambiantes de espacio, tiempo, materiales e interacciones personales.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Interpreta adecuadamente una situación problema planteada por el profesor y da respuestas motrices adecuadas al respecto.
- Logra independencia y libertad, que pueda flexibilizar la propuesta del profesor.
- Mejora su coordinación y el control dinámico del cuerpo.
- Explora y vivencia posibilidades motrices inusuales.
- Incrementa su experiencia motriz de modo que pueda transferirla a situaciones problemáticas que se presenten en la realidad.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Itinerario didáctico rítmico
- Expresión corporal

MATERIALES:

Pelotas de vinil, grabadora y cd de música.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- a) Durante la elaboración del ejercicio se observa el nivel de comunicación al interior de los equipos.
- b) La proyección del cuerpo se contempla como un todo y el niño mantiene siempre una postura correcta.
- c) La diversidad y calidad de las ideas.
- d) La sincronización de los movimientos con la cuenta de tiempos en voz alta.
- e) Los movimientos que se suman progresivamente deben responder al problema inicial planteado por el profesor.
- f) El producto creativo final se valora en razón de la variedad de movimientos, desplazamientos, y combinación de niveles y distribuciones asimétricas y/o simétricas.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

El presente bloque se agrupa en seis grandes actividades, este bloque sugiere que los alumnos elaboren una composición rítmica colectiva con base a la forma musical que promueve el desarrollo de su capacidad creativa. Para ello se sugiere:

- Identificar a partir de la observación las habilidades rítmicas del alumno, su capacidad para expresarse a través del baile y su disposición para tal fin.
- A partir de lo anterior los alumnos forman grupos por afinidad y gustos particulares.
- Facilitar reproductor de cd, grabadora o sonido para que todos los alumnos puedan ensayar y explorar sus propuestas.
- Es necesario sensibilizar al grupo a fin de apreciar y respetar las propuestas sugeridas por ellos mismos.

1a Secuencia de trabajo.

Esta secuencia consta de tres actividades: “Preparación de la composición rítmica colectiva bajo un enfoque creativo, análisis métrico musical e introducción de la propuesta rítmica de los niños”. Su finalidad es que los alumnos inicien la elaboración de una composición rítmica colectiva a partir de un problema planteado sobre alguna habilidad motriz. Los alumnos eligen una obra musical y analizan métricamente los elementos de la música. La integración de equipos redundará en un adecuado trabajo colaborativo.

Actividad #1: “Preparación de la composición rítmica colectiva bajo un enfoque creativo”.

Descripción:

Se incrementa la calidad del movimiento en el niño optimizando su capacidad física, el desarrollo de sus habilidades, la visión periférica y la economía de la energía. Promueve la creatividad activa, la capacidad de expresión de la corporeidad lúdica en condiciones de libertad y comunicación.

En una etapa previa, partiendo de una actitud creadora del profesor, se prepara el planteamiento de un problema que los niños deberán resolver, se pondrán a prueba las habilidades motrices básicas y la capacidad rítmico-motora del alumnado en relación al espacio y la temporalidad. El tema que se propone consiste en manipular pelotas de plástico que fácilmente se puedan sujetar con una mano, dando pases distintos y cambiando de distribuciones y niveles constantemente. Como una primera acción, el profesor debe escoger la pieza musical.

La música debe ser atrayente para los alumnos. Verificar que el tempo o velocidad de la misma sea la adecuada para poder ejercer el máximo control del objeto con el que se va a trabajar, por ejemplo: en el caso de la pelota, el tempo de la música (o el número de percusiones por minuto) es tal, que le permite botarla: 1: de manera normal, 2: al doble de velocidad rápida y 3: al doble de velocidad lenta.

Actividad #2: “Preparación de la composición rítmica colectiva bajo un enfoque creativo”.

Descripción:

Una vez elegida la obra musical y revisada su viabilidad en términos de interacción y facilidad de dominio motor, se procede al análisis métrico-musical para identificar la forma de la pieza. El análisis ilustra los diferentes espacios de tiempo organizados como bloques diferentes y/o iguales. Es útil para el reconocimiento de temas musicales distintos, similares o iguales y es aplicable a la mayor parte de la música popular nacional y extranjera. Este proceso le da al maestro y al alumno una idea consciente de la extensión de tiempo de la obra musical expresada en la cuenta de compases y tiempos

musicales, para entonces lograr un trabajo congruente y debidamente implementado. Es necesario abordar este procedimiento rítmico motor con rigor, para favorecer el aspecto cuantitativo de la organización temporal y la capacidad rítmica del niño en su discriminación cognitiva y en la ejecución motriz. Hacer que el alumno vivencie diferentes opciones musicales para determinar la que más le guste o le parezca más atractiva.

Actividad #3: “Introducción de la propuesta rítmica a los niños”.

Descripción:

1. El niño explora diferentes formas de botar y rebotar la pelota: con la mano derecha, con la izquierda, contra la pared, con la cabeza, golpeándola, pateándola con el empeine, con el talón, arrojándola de espaldas, hacia arriba etcétera, todas las posibilidades son aceptadas.

2. Se forman parejas y con una ó dos pelotas simultáneas se dan pases en diferentes niveles (sentado, acostado, hincado, etcétera.), y en las más diversas combinaciones.

Se les pide que le den cuadratura a los pases.

Contando en voz alta 4 tiempos musicales (dancísticos, según la velocidad de la música), desde el inicio hasta la culminación del pase, ejemplo: sobre la cuadratura, cuenta de tiempos y las acciones motrices:

Frente a frente dos niños (A y B) se darán un pase.

-Tiempo 1. A arroja la pelota y hace contacto contra el piso.

-Tiempo 2. B la captura.

-Tiempo 3. B la arroja por arriba, flotando...

-Tiempo 4. A la captura.

Observaciones:

El profesor debe estar pendiente de que los alumnos si cuenten en voz alta, pues esto va a ser determinante en la concentración, calidad, eficiencia y prontitud de la composición.

Cada pase se puede repetir una sola vez (en total dos veces, lo que es igual a ocho tiempos).

Se procede a realizar un pase distinto para el siguiente modelo, cambiando de nivel, de costado, con el pie, etcétera.

El maestro alienta y recompensa verbalmente las propuestas originales.

2a Secuencia de trabajo.

Esta secuencia consta de dos actividades. Su finalidad es la exploración y composición rítmica, utilizando pelotas con diferentes patrones básicos del movimiento. La coordinación, el ritmo y la ubicación espacial se convierten en elementos fundamentales para desarrollar la composición rítmica. El ensayo y error reditúa en una mejora significativa para la posterior demostración.

Actividad #1: “Inicio del la composición rítmica”.**Descripción:**

1. Se forman equipos de seis (tres parejas) o siete integrantes e inician el trabajo habiendo entendido en qué consiste dar pases en cuadratura.
2. La propuesta se flexibiliza en la combinación de pases hacia el interior del equipo, interactúan con una, dos, o tres pelotas, por ejemplo:
 - Tres y dos
 - Uno y cuatro
 - Todos en conjunto, en una formación asimétrica y en distintos niveles y orientaciones, donde las pelotas hacen una trayectoria de pases. Etcétera.
3. Después de haber aprendido el primer modelo y ejecutarlo adecuadamente, se les pide que se desplacen a otra distribución (asimétrica preferentemente) y a otro nivel en ocho tiempos musicales.

Actividad #2: “Desarrollo de la composición rítmica”.**Descripción:**

En este momento se puede decidir si el trabajo debe apegarse a la forma o si los movimientos siempre van a ser nuevos y distintos. En la primera posibilidad se entiende que las secciones de la obra pueden ser: introducción, tema musical A, B, C, etcétera, puente y coda. Entonces los movimientos que sean sugeridos para una sección A pueden repetirse exactamente iguales cada vez que se repita ese tema y así sucesivamente, solo teniendo cuidado en las distribuciones al inicio y al término de cada sección. En la segunda opción únicamente debe atenderse que los niños cuenten los tiempos totales de la obra (agrupados cada ocho o dieciséis tiempos) con movimientos siempre distintos.

Si se desea trabajar con el grupo entero a cada equipo se le asigna uno o dos fragmentos o temas y posteriormente van apareciendo el resto de los equipos.

3a Secuencia de trabajo.

En esta secuencia de trabajo, se pretende que el alumno presente de diferentes formas la propuesta y la demuestre a sus compañeros. La unión del grupo y la disposición para el trabajo apoyan significativamente la educación en valores y la competencia motriz.

Actividad #1: “Continúa el desarrollo de la composición rítmica”.**Descripción:**

1. En el entendido que son cada ocho tiempos cuando se da un pase con su repetición y ocho tiempos para el cambio de distribuciones siempre distintas y con desplazamientos también distintos: caminando, caminando y botando la pelota, en cuclillas, girando, etcétera. Se puede flexibilizar la composición a modo de que en vez de ser siempre ocho tiempos, se efectúen combinaciones como $5 + 11 = 16$ tiempos, $4 + 12 = 16$ tiempos, esto significa que

probablemente el equipo decidió desplazarse solo en cuatro tiempos y utilizar doce para una combinación rítmica de pases, en su preferencia. Esto es totalmente viable mientras el niño esté plenamente consciente de la cuenta de tiempos.

2. Avanzar sucesivamente con una propuesta siempre distinta de pases, tipos de desplazamientos y niveles de movimiento y formaciones, sin salir del planteamiento original.

Los niños pueden dar pases saltando, pateando con el talón, utilizando una silla y parados o sentados en ella, rebotándola contra una pared, o estando conscientes del número de botes que dé contra el piso.

Observaciones:

A lo largo del bloque los alumnos continúan en la elaboración de su composición rítmica.

(Valoración del producto creativo final)**Descripción:**

Como se sugiere al inicio del bloque, se consideran aspectos de la organización al interior del grupo, como la comunicación, aspectos actitudinales, posturales, de coordinación, sincronización y originalidad. Y el producto final en el dominio de las habilidades que se ponen en juego.

Considerar la posibilidad de hacer una presentación al interior de la escuela y a los padres de familia.

SEXTO GRADO

Cuánto más rica es la creación más profunda es la alegría. Henry Bergson

BLOQUE 9:

“EN DONDE HAY ALEGRÍA HAY CREACIÓN”

Competencia en la que se incide: Control de la motricidad para el desarrollo de la acción creativa

PROPÓSITO:

Que al alumno conozca las nociones básicas para desarrollar el pensamiento estratégico, en la construcción de juegos modificados, practicando actividades novedosas y originales. Utilice la creatividad como referente básico para solucionar problemas motrices de diferente manera.

CONTENIDOS:

- Identificación de las características de la creatividad: libertad, cambio de reglas, búsqueda de nuevas posibilidades y flexibilidad ante modelos predeterminados.
- Puesta en juego de acciones motrices diversas, comprendiendo la importancia de pensar y actuar en razón de las circunstancias de cada juego y de su propia competencia motriz.
- Toma de conciencia de la importancia de aprender a observar la lógica de los acontecimientos que suceden dentro de la sesión para relacionarlo con lo cotidiano.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Resuelve problemas de forma creativa dentro de las situaciones que plantea el juego motor.
- Desarrolla el pensamiento creativo y genera respuestas motrices asertivas para plantear y solucionar problemas, tanto en la sesión como en la vida cotidiana.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Rally
- Actividades recreativas
- Circuitos de acción motriz
- Juegos paradójicos
- Juegos modificados
- Juegos de interacción y socialización
- Juegos tradicionales

MATERIALES:

Cuerdas, aros, pelotas, resorte, cajas de cartón, cinta canela, bastones de madera, colchonetas, paliacates, sillas o bancos, globos, bolsas de plástico.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- a) La capacidad para buscar soluciones originales y adecuadas de acuerdo a un planteamiento sugerido por el docente.
- b) La calidad de las relaciones durante el desarrollo de las propuestas en razón de la tolerancia y el respeto mutuo entre los participantes.
- c) Construir propuestas originales de juegos y actividades divertidas.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

El presente bloque contiene tres secuencias de trabajo contemplando doce actividades, a través de las cuales el alumno desarrolla el pensamiento estratégico como referente básico para solucionar problemas motrices. Es por ellos que se sugiere al docente:

- Enfatizar el trabajo colectivo a través de organización de pequeños grupos.
- Hacer que todos los alumnos participen de manera activa, evitando largas filas o falta de material.
- Dinamizar la sesión de tal forma que los alumnos dispongan de breves lapsos de tiempo para organizarse y/o proponer nuevas formas de solución.

1a Secuencia de trabajo.

La primer secuencia consta de dos actividades: “Eso es too... Eso es too... Eso es todo amigos y mini-juegos olímpicos”. Su finalidad es que el alumno a partir de la libertad motriz desarrolle el pensamiento estratégico para dar solución a problemas diversos. La organización en equipos y la confrontación son la tónica de esta secuencia.

Actividad #1: “Eso es too...Eso es too...Eso es todo Amigos”. (Diagnostico)

Descripción:

El grupo se toma de las manos y se explica que no pueden soltarse en todo el juego, se pide al alumno más introvertido o extrovertido del salón, leer las indicaciones siguientes a todos sus compañeros en voz muy alta, todos escuchan atentos.

“Atención”: El juego que a continuación se llevara a cabo es un reto que lograremos todos juntos. El tiempo del que disponemos es de 45 minutos para superar la prueba, de lo contrario tendremos que someternos a la cámara de gases (el profesor comenta que la cámara de gases consiste en oler durante 5 - 10 segundos el calzado de algún compañero). La primera tarea a realizar es la siguiente:

Tarea #1.- Ocho compañeros del salón se ponen a jugar “quemados” de una manera distinta a la ya conocida y solo dejarán de jugar hasta que se les indique. “Corran a jugar”, mientras los demás continuamos con la tarea #2.

Tarea #2.- Tenemos que investigar la dirección completa de la escuela y escribirla 35 veces en distintos lugares del patio, con la ayuda de todos. Cuando terminemos regresamos y leemos la tarea #3.

Tarea #3.- Ocho compañeros relevamos a los que juegan quemados y les decimos que se incorporen otra vez al equipo. Nuevamente, nada más, ocho compañeros diferentes a los que ya estuvieron en los quemados jugaran “Patinaje Reciclado” con botellas o platos de plástico y cuerdas. ¡Corran a jugar! mientras los demás continuamos con la tarea #4.

Tarea #4.- Conseguir y llevarle al profesor, un aro por pareja, solo que no está permitido tocarlos con las manos, ni con la punta de los pies. (El profesor da el visto bueno e indica a que pasen a leer la tarea #5).

Tarea #5.- Ahora, tenemos que traer 20 mochilas que estén bien cerradas y con ayuda de nuestra ropa, tenis, accesorios o incluso materiales disponibles como: cuerdas, aros, conos, resortes, etcétera.

Hacer un mega dibujo de un cuerpo humano (el profesor guía el trabajo y da el visto bueno para continuar con la tarea #6).

Tarea #6.- Dieciséis compañeros que no hayamos jugado quemados, relevamos a los que se encuentran jugando y les decimos que se incorporen otra vez al equipo. Una vez que efectuamos el cambio podemos pasar a la tarea #7.

Tarea #7.- Tenemos que sumar el total de rayas o divisiones que existen en la palma de las manos de todos. Con el resultado tenemos que convertirlo en desplazamiento o mejor dicho en pasos, por ejemplo: Si el resultado fue 300, tenemos que dar 300 pasos caminando o corriendo. (El profesor da por buena la actividad y pide que pasen a leer la tarea final).

Tarea Final.- Tenemos que juntar al grupo entero y amarrarnos de los tobillos con un paliacate a manera de formar una cadenita y así, dar una vuelta completa al patio sin separarnos (el profesor indica que quedan solo unos pocos minutos para terminar el reto con el fin de causar mayor interés para que la tarea culmine y solucionar la temática rápido, y que a la vez convierte al juego en un momento más divertido).

Observaciones:

Cada tarea que los alumnos realizan, se ve apoyada por los comentarios, orientaciones y sugerencias del profesor, por ejemplo:

-Que dispongan de materiales para delimitar áreas de juego.

-Que durante el juego “quemados” modifiquen elementos estructurales, espacio, compañero, adversario, regla e implemento.

-Dar “vistos buenos” en momentos que lo crea inconveniente.

-Permitir que la confusión, al no encontrar soluciones rápidas, sirva como medio generador de ideas y propuestas por parte de los alumnos.

-Cuando el profesor considera necesario puede intervenir en la actividad.

Actividad #2: “Mini juegos olímpicos”.

Descripción:

El participar en actividades lúdicas cooperativas fomenta en los alumnos la puesta en marcha de sus habilidades y destrezas motrices además de reforzar los aspectos socio-motrices que van conformando el desarrollo personal de cada uno de ellos. Además de que se valorara la actuación e importancia de los demás, dentro de las propias actividades.

La intención de la actividad es desarrollar distintas tareas con carácter lúdico, divertido y chusco, que además de permitir a los alumnos aplicar la gama de conocimientos y experiencias de las que disponen, tratando de estimular respuestas de índole creativo, así como valorar el desempeño motor, a partir de sí mismo.

Se organiza al grupo en 5 equipos de igual número de integrantes, cada uno de estos equipos tiene que ir realizando las tareas que se proponen, al final de

cada una de ellas se otorgara cierto puntaje. No sólo de acuerdo al resultado de la tarea, sino al desempeño y trabajo en equipo mostrado durante cada actividad.

Las actividades son las siguientes:

“El rey de todo”:

Se delimita un área de juego (círculo o cuadrado) de aproximadamente 3x3 metros.

Los equipos se colocan dentro de ésta; a la indicación deben sacar a los demás compañeros, solo utilizando su cuerpo (los alumnos deben estar con las manos en la espalda). Se puede empujar hombro con hombro y espalda con espalda. Cuando algún alumno toque fuera del área por mínimo que sea queda fuera y toma el rol de juez.

El equipo que consiga adueñarse del área, dejando fuera a los demás, obtiene un punto. El equipo que obtenga mayor número de puntos gana la prueba.

Opciones de aplicación:

- Se colocan colchonetas y los alumnos realizan la misma actividad pero en cuclillas, de rodillas o acostados.
- Se pueden sacar empujándose palma con palma de las manos.

“Lanzamiento de chancía”:

Con una línea se marca en el suelo el límite que nadie puede rebasar, desde ahí se hace el lanzamiento con un tenis, el espacio debe ser amplio para tener libertad al lanzar.

Para llevar a cabo la competencia pasa un solo concursante de cada equipo por ronda; se hacen varias rondas para que todos los alumnos hagan su lanzamiento y así tengan la oportunidad de participar.

Se le da un punto al equipo que logre lanzar más lejos el tenis. El equipo que logre obtener más puntos obtiene un bono extra.

“Carrera de tractores”:

A cada equipo se le entrega cierto número de cajas de cartón y un masquin o cinta canela.

La primera etapa de esta actividad es construir una especie de “llanta u oruga” con ayuda de material proporcionado, de tamaño considerable para que todos los integrantes del equipo puedan entrar.

En la segunda etapa, los alumnos deben participar en la carrera de tractores. Todos los equipos dentro de su tractor deben seguir un recorrido en donde tengan que esquivar algunos obstáculos y llegar a un punto establecido.

Hay que señalar que todos los participantes del equipo deben cooperar para que el tractor pueda avanzar y moverse hacia la dirección correcta.

Opciones de aplicación:

- Construir un tractor pequeño y desempeñar la actividad a modo de relevos.
- Cada alumno va pasando en su tractor transportando una pelota, sin utilizar las manos.

“Limoneros”:

Cada equipo se coloca en hileras y a cada uno se le entrega cierto número de limones (pueden ser pelotas de unicel) y una cuchara por integrante.

La finalidad de la actividad es llevar al lado opuesto el mayor número de limones sobre la cuchara, que llevan en la boca, sin utilizar las manos, y sorteando los obstáculos que se colocan (conos, cuerdas, bastones, pelotas, etcétera), para poner en práctica las habilidades de los alumnos como: saltar, girar, reptar, patear, etcétera. Se hace a modo de relevos, después de cierto tiempo se detiene la actividad y se otorga el puntaje para ésta actividad.

Opciones de aplicación:

- Desempeñar la tarea como si fuese una carrera, el que llegue primero obtiene un punto. (Por turnos).
- Realizar la tarea por parejas, tomados de las manos y sin soltarse.
- Todo el equipo participa al mismo tiempo y el que consigue el mayor número de limones obtiene un punto.

“Catapultas”:

Nuevamente se les entrega material a cada uno de los equipos, bastones, cinta canela, botes o conos y pelotas.

Ahora los equipos se distribuyen en el área de juego a una distancia considerable uno del otro. Cada uno debe construir una estructura con los conos o botes, puede ser una pirámide o torre, con el resto de material (bastones y cinta) deben elaborar una catapulta, la cual utilizan para lanzar pelotas hacia los demás equipos.

Si un equipo logra derribar alguna de las estructuras de los demás obtiene cierto número de puntos; si lanza la pelota y golpea a un equipo o integrante de éstos obtiene un bono extra.

No está permitido que un alumno bloquee las pelotas que son lanzadas. Si alguien lo hace automáticamente su equipo pierde.

Opciones de aplicación:

- Todos los equipos se colocan detrás de una línea y deben golpear un objeto previamente acordado.
- Derribar las torres de los otros equipos.
- Lanzar las pelotas a una zona asignada.

“Lanzamiento de “martillo con calcetines”:

Se pide a los alumnos una media o calcetín viejo para la elaboración de un “martillo con calcetines”.

El profesor muestra la idea principal de cómo elaborar el “martillo”. Los alumnos, haciendo uso de su creatividad, elaboran su propio implemento. El juego consiste en lanzar el “martillo con calcetines” lo más lejos posible. El profesor puede enseñar la técnica de lanzamiento adecuada, para que los alumnos lo practiquen y posteriormente experimenten sus propias formas de realizar la acción.

Opciones de aplicación:

- Colocar objetos a derribar a distintas distancias.
- Hacer pasar el implemento por aros o atinarle a un lugar específico.
- Realizar pruebas de lanzamiento de alturas o velocidades.

2a Secuencia de trabajo.

La segunda secuencia consta de cinco actividades: a la carga mis valientes, la batalla de los globos, caballo de Troya, juguemos todos al beis-zapatero y globos amigos”. La finalidad es que los alumnos jueguen juegos modificados y paradójicos e identifiquen diversas estrategias para solucionar o modificar la lógica del juego.

Actividad #1: “A la carga mis valientes”.

Descripción:

Se organiza al grupo en dos equipos de igual número de integrantes. Cada equipo debe recorrer el circuito que se propone, empezando de lados opuestos; los equipos deben procurar ayudarse entre sí, pero a la vez encontrar la forma de cooperar entre equipos en las estaciones en las que coinciden.

El circuito se organiza en 8 estaciones distribuidas de la siguiente manera:

Estación #1.- Se colocan algunos conos en zigzag, los alumnos deben pasar botando una pelota y al llegar al final, lanzando hacia sus compañeros para que continúen pasando el resto de ellos.

Estación #2.- Aquí los alumnos no pueden tocar el suelo, por lo que con ayuda de algunas sillas o bancos hay que pasar saltando o caminando sobre estos. Si se toca el suelo se regresa al inicio de la estación.

Estación #3.- Se ponen algunos pares de zancos y pelotas, cada alumno debe subir en las zonas y llevar una pelota hacia una portería, anotar un gol y regresar al punto de inicio con todo y pelota.

Estación #4.- Con raquetas de mano (cartón), los alumnos deben pasar golpeando una pelota contra la pared sin que ésta caiga. En caso de que no lo consiga debe volver a intentarlo.

Estación #5.- Los alumnos deben cruzar una fila de colchonetas que se encuentra en el suelo, con la consigna de que los que iniciaron la estación 1 pasan girando como tronquitos y los que empezaron de la estación 8 deben saltar a los que hacen de troncos, en caso de que no haya nadie o haya pocos, pasa goteando o pecho tierra, relevando a los compañeros del otro equipo.

Estación #6.- Con ayuda de bastones, cada alumno debe saltar una zona delimitada como si fuese salto con garrocha. Si no lo consigue se penaliza al alumno, el cual debe contar un chiste en voz alta para poder continuar.

Estación #7.-Se delimita una zona en donde se ponen distintos materiales (conos, pelotas, paliacates, etcétera). Con un aro y una cuerda, los alumnos deben obtener dos materiales distintos para poder continuar.

Estación #8.- Se ponen algunas cajas u objetos que sirvan para delimitar una zona y construir una especie de alberca, la cual está llena de pelotas. Los alumnos van a pasar llevando un costalito en la cabeza, de igual forma si se les cae o utilizan las manos son penalizados con 30 segundos como estatuas.

Observaciones.

El profesor debe crear situaciones para que los alumnos sean honestos, además de que se mantengan en constante comunicación para ayudarse unos a otros.

Ningún alumno puede adelantarse más de una estación, en relación a su equipo, por lo que debe esperar y apoyar al resto de sus compañeros.

Actividad #2: “La batalla de los globos”.

Descripción:

Cada uno de los participantes tiene uno o dos globos amarrados a sus zapatos a manera que queden colgando. El juego consiste en tratar de reventar el globo de los demás compañeros sin que pisen el suyo, a los participantes que les revienten el globo pueden seguir participando.

El jugador que logre ser el último en perder su globo se le hace una mención.

Opciones de aplicación:

- Por equipos defender al alumno que tiene los globos.
- Los alumnos que pierden sus globos pasan a ser jueces.
- El alumno que revienta más globos es el que obtiene la mención.

Actividad #3: “Caballo de Troya”.

Descripción:

Se forman 5 equipos, en cada uno de ellos un alumno se encarga de separar a sus compañeros que están entrelazados fuertemente (preferentemente sobre un área suave, como colchonetas. Se tiene que separar uno por uno.

Ahora se forman dos equipos, uno será el que este unido y el otro se encarga de separarlos, en el próximo juego se cambian de roles.

Para finalizar la actividad, de nuevo un equipo trata de separar al contrario pero ahora quien es separado ayuda a separar, es importante mencionar que hay que tener cuidado para no lastimarse u ocasionar un accidente.

Como opción:

-El equipo que va a ser separado se coloca en círculo u en otra forma diferente a la propuesta.

-Entre cada cambio de actividad se debe construir una estrategia.

-Modificar algunos elementos como: implemento, adversario, regla, móvil, etcétera.

Opciones de aplicación:

- El alumno busca algunas formas de facilitar su tarea, por ejemplo, haciendo cosquillas.
- Realizar alguna tarea antes de poder empezar a separar.

Actividad #4: “Juguemos todos al beis-zapatero”.

Descripción:

Previamente se les pide a los alumnos que lleven un zapato y un par de calcetines para trabajar durante la sesión.

Para iniciar, cada alumno toma su par de calcetines y elabora una pelota. Con ayuda de esta y su zapato empiezan a experimentar distintas formas de lanzar y cachar.

Después los alumnos van guiando el trabajo que realizan con las indicaciones del profesor; sin descuidar las propuestas que los alumnos van dando.

-A la señal lanzar la bola lo más alto que pueda. Realizar otras acciones antes de atrapar la pelota (saltar, girar, etcétera).

-Lanzar la pelota y tratar de atrapar una que sea diferente, con su zapato.

-Solamente utilizar el zapato para lanzar, cachar y empujar las pelotas.

-Atrapar la pelota de formas chuscas.

Por parejas encontrar distintas formas de intercambiar pelotas.

-Buscar generar propuestas novedosas y chuscas.

-Uno debe lanzar ambas pelotas mientras que el otro intenta atraparlas.

-Lanzar la pelota hacia arriba, cambiarse de lugar y atrapar la de su pareja.

-También se puede patear y recibir de distintas maneras.

Ahora todo el grupo se coloca dentro de un área preestablecida (círculo o cuadrado). A la señal lanzan sus pelotas a una altura considerable y deben

tratar de recuperar su pelota, a la vez que molestan o evitan que los otros lo consigan. ¿Y si planteamos que intercambien las pelotas con las de los compañeros? Los alumnos que no logren atrapar su pelota se colocan fuera del círculo y desde éste lugar van a continuar trabajando, sin poder entrar al área.

Para iniciar el beis-zapatero se forman dos equipos del mismo número de integrantes. Cada equipo se organiza por parejas. Se colocan las bases (3 o 4) dentro del área y se delimita el campo de juego.

Dentro del juego se utilizan los elementos que se han venido trabajando.

Utilizando el zapato como bate o guante y la pelota es elaborada con los calcetines.

Un equipo se distribuye por toda el área, mientras que el otro se coloca en la zona de bateo, el primer equipo lanza la pelota; el otro batea la pelota y corre a primera base. Si el equipo que lanza la pelota la atrapa antes de que toque el suelo es out; si no, deben tratar de tocar a la pareja con el calcetín. Cada que una pareja llegue a donde inicio consigue una carrera (un punto). El equipo que consiga el mayor número de carreras gana.

Después de 3 outs cambio de rol.

Opciones de aplicación:

- El equipo que batea sale corriendo para pasar por todas las bases, mientras que el otro equipo realiza una tarea. Por ejemplo derribar cierto número de conos que están dentro de un área delimitada.

Actividad #5: “Globos amigos”.

Descripción:

Cada alumno debe tener un globo, una pluma y un papelito. Deben escribir una característica personal y colocar el papelito en el globo e inflarlo.

Cuando todos estén listos se enciende la música y mientras caminan por el área, deben golpear los globos mezclándolos en el aire sin dejar que caigan.

Cuando la música se apaga, cada alumno debe tomar un globo cualquiera, explicarlo y leer el papelito. Tiene que adivinar a que compañero suyo le corresponde esa característica.

Una vez que todos hayan creído adivinar comentan entre el grupo la característica y por qué creen saber a quién corresponde.

Por último deben añadirle otra característica personal a su compañero.

3a secuencia de trabajo.

La tercera secuencia consta de cinco actividades incluyendo la evaluación. La finalidad es que el alumno utilice la creatividad como referente básico para interactuar y dar solución a diversos juegos entre ellos los tradicionales. La experimentación, el reconocimiento a la equidad de género y el respeto como valor social son la tónica de este cierre de bloque.

Actividad #1: “Pasar la barca con osito”.**Descripción:**

Previamente se les pide a los alumnos que por parejas lleven un osito de peluche.

Dos jugadores toman una cuerda por sus extremos, el resto se sitúan con su pareja, tomados de las manos, con su peluche.

Los jugadores que tienen la cuerda comienzan a hacerla girar, cada pareja entra a saltar la cuerda y se van pasando su osito de peluche. Después de saltar cierto número de veces deben salir. Todas las parejas van pasando.

También los alumnos deben proponer otras alternativas.

Se puede hacer el trabajo con un mayor número de integrantes.

Opciones de aplicación:

- Lanzar y cachar el osito de peluche.
- Jugar al gato y al ratón mientras saltan la cuerda (en equipos de tres personas).
- Un alumno por fuera y otro saltando en la cuerda se pasan el osito de peluche.
- Se pasan el osito entre dos equipos que están saltando la cuerda. Se juega a puntos.
- El mismo juego se realiza con varios equipos.

Actividad #2: “Súper balón”.**Descripción:**

Se unen 4 costales de harina con hilo cáñamo hasta formar uno solo de gran tamaño (se puede usar una bolsa de plástico grande).

Se llena con globos y se cosen los extremos, de tal manera que se forme un balón parecido al de fútbol americano.

Se divide al grupo en dos equipos. A cada extremo del terreno se pondrá una meta o postes.

El juego consiste en trasladar el balón hasta la meta del equipo contrario, por el aire (boleándolo), sin dejarlo caer.

Cada vez que el balón toque el suelo el árbitro lo eleva de nuevo.

Cada vez que un equipo logre pasarlo por los postes marcará un punto.

Opciones de aplicación:

- Solo las mujeres pueden hacer anotaciones.
- La misma lógica de juego pero por parejas.
- Modificar los elementos de la actividad de acuerdo a las propuestas de los alumnos.

Actividad #3: “Burro 16” (Juego tradicional)**Descripción:**

Se organiza al grupo por equipos de 10 personas, cada equipo se pone de acuerdo para llevar a cabo el juego de “burro 16”, después se elige a un voluntario o por medio de una prueba este se asigna y se pone de “burro”. También los alumnos ponen un orden para pasar a saltar.

El juego consiste en saltar al burro mientras se dicen algunas consignas, además de realizar algunas acciones propuestas con estos. Si algún alumno no menciona la consigna o no realiza la acción que se requiere éste debe ocupar el lugar del burro.

Las consignas son.

-Cero, por chapucero (sólo se salta el burro).

-Uno, por mula (saltar).

-Tres, litro y litro (conforme van saltando al burro, éste se eleva).

-Cuatro, jamón te saco (antes de saltar deben sobarle la espalda al burro).

-Cinco, desde aquí te brinco (el burro pone una marca desde donde los demás lo saltan).

-Seis, al revés (saltando del último al primero).

-Siete, te pongo mi chulo monete (cada alumno debe poner un suéter o prenda sobre el burro).

-Ocho, te quito mi chulo mochte (ahora hay que brincar y tomar el suéter).

-Nueve, copito de nieve con sus tres sabores que son: (cada alumno debe decir un sabor diferente).

-Diez, elevado lo es (el burro cuenta rápidamente hasta 16, mientras los demás intentan saltarlo. Si algún alumno no lo consigue cambia con él).

-Once, la vieja tose (los alumnos pasan tosiendo).

-Doce, la vieja cose con su planchazo, agujazo y cajonazo (mientras mencionan las acciones, los alumnos deben simular con unos pequeños golpes dichas acciones).

-Trece, el rabo te crece (después de que lo saltan, el burro cierra sus ojos y empieza a señalar a los demás, se detiene y señala un lugar. Si coincide con otro alumno este cambia de rol con él).

-Catorce, caballito de bronce (los alumnos saltan y al caer quedan como estatuas, si otro toca alguno de los que ya pasaron, se vuelve el burro).

-Quince, el diablo te trinche (cuando saltan los alumnos deben poner sus uñas sobre el burro).

-Dieciséis, todos a correr (una vez que salta el último, el burro debe de corretear a todos, al primero que atrape lo ponen de burro). Reinicia la actividad.

Opciones de aplicación:

- Los alumnos deben proponer otras alternativas además de modificar algunos elementos de la actividad (compañero-adversario).

Actividad #4: “Ali baba y los cuarenta ladrones”.**Descripción:**

Los participantes forman un círculo, de tal forma que puedan verse, el profesor o un alumno realiza un movimiento el mismo tiempo que dice: “Ali baba y los cuarenta ladrones”, el participante de la izquierda imita al animador, al mismo tiempo todos repiten la frase “Ali baba y los cuarenta ladrones”, el tercer participante, (hacia a la izquierda) hace lo mismo, así sucesivamente hasta que todos imitan la primera acción. El animador, cada vez que dice la frase, realiza otro movimiento, el cual es realizado idénticamente por el compañero de la izquierda.

El propósito es que todos tienen que imitar el movimiento que realiza su compañero colocado a su izquierda, independientemente de que los demás estén haciendo otro diferente.

Actividad #5: “Eso es too...Eso es too...Eso es todo Amigos”.**Descripción:**

El grupo se toma de las manos y se explica que no pueden soltarse en todo el juego, se pide al alumno más introvertido o extrovertido del salón, leer las indicaciones siguientes a todos sus compañeros en voz muy alta, todos escuchan atentos.

“Atención”: El juego que a continuación se llevara a cabo es un reto que lograremos todos juntos. El tiempo del que disponemos es de 45 minutos para superar la prueba, de lo contrario tendremos que someternos a la cámara de gases (el profesor comenta que la cámara de gases consiste en oler durante 5 - 10 segundos el calzado de algún compañero). No se vale hacer mal las acciones, o seremos eliminados. La primera tarea a realizar es la siguiente:

Tarea #1.- Ocho compañeros del salón se ponen a jugar “quemados” de una manera distinta a la ya conocida y solo dejarán de jugar hasta que se les indique. “Corran a jugar”, mientras los demás continuamos con la tarea #2.

Tarea #2.- Tenemos que investigar la dirección completa de la escuela y escribirla 35 veces en distintos lugares del patio, con la ayuda de todos. Cuando terminemos regresamos y leemos la tarea #3.

Tarea #3.- Ocho compañeros relevamos a los que juegan quemados y les decimos que se incorporen otra vez al equipo. Nuevamente, nada más, ocho compañeros diferentes a los que ya estuvieron en los quemados jugaran “Patinaje Reciclado” con botellas o platos de plástico y cuerdas. ¡Corran a jugar! mientras los demás continuamos con la tarea #4.

Tarea #4.- Conseguir y llevarle al profesor, un aro por pareja, solo que no ésta permitido tocarlos con las manos, ni con la punta de los pies. (El profesor da el visto bueno e indica a que pasen a leer la tarea #5).

Tarea #5.- Ahora, tenemos que traer 20 mochilas que estén bien cerradas y con ayuda de nuestra ropa, tenis, accesorios o incluso materiales disponibles como: cuerdas, aros, conos, resortes, etcétera.

Hacer un mega dibujo de un cuerpo humano (el profesor guía el trabajo y da el visto bueno para continuar con la tarea #6).

Tarea #6.- Dieciséis compañeros que no hayamos jugado quemados, relevamos a los que se encuentran jugando y les decimos que se incorporen otra vez al equipo. Una vez que efectuamos el cambio podemos pasar a la tarea #7.

Tarea #7.- Tenemos que sumar el total de rayas o divisiones que existen en la palma de las manos de todos. Con el resultado tenemos que convertirlo en desplazamiento o mejor dicho en pasos, por ejemplo: si el resultado fue 300, tenemos que dar 300 pasos caminando o corriendo. (El profesor da por buena la actividad y pide que pasen a leer la tarea final).

Tarea Final.- Tenemos que juntar al grupo entero y amarrarnos de los tobillos con un paliacate a manera de formar una cadenita y así, dar una vuelta completa al patio sin separarnos (el profesor indica que quedan solo unos pocos minutos para terminar el reto con el fin de causar mayor interés para que la tarea culmine y solucionar la temática más rápido, y que a la vez convierte al juego en un momento más divertido.

Observaciones:

Cada tarea que los alumnos realizan, se ve apoyada por los comentarios, orientaciones y sugerencias del profesor, por ejemplo:

-Que dispongan de materiales para delimitar áreas de juego.

-Que durante el juego “quemados” modifiquen elementos estructurales, espacio, compañero, adversario, regla e implemento.

-Dar “vistos buenos” en momentos que lo crea inconveniente.

-Permitir que la confusión, al no encontrar soluciones rápidas, sirva como medio generador de ideas y propuestas por parte de los alumnos.

-Cuando el profesor considera necesario puede intervenir en la actividad.

SEXTO GRADO

Y se van llorando, llorando la hermosa vida J. Sabines

BLOQUE 10:

“COMPARTIMOS AVENTURAS”

Competencia en la que se incide: Control de la motricidad para el desarrollo de la acción creativa

PROPÓSITO:

A partir de la integración y socialización entre los alumnos, se pretende que diseñen eventos recreativos y deportivos, participando de manera conjunta con el docente. Adecuen los espacios disponibles y organicen secuencias lúdicas y deportivas.

CONTENIDOS:

- Puesta en práctica de actividades organizadas desde la lógica de la participación y el aprecio a los demás.
- Comprensión de la importancia de la educación física como forma de vida saludable y perdurable a lo largo de su vida, reconociendo de que somos un cuerpo, único, distinto y original y que esas características nos hacen auténticos como personas.
- Comprensión y compromiso con la idea de que a través de las sesiones de educación física se pueden aprender y aplicar valores; y que estos representan la mejor forma de convivir con los demás en todos los sentidos.

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Diseña y organiza eventos deportivos y recreativos en un ambiente de cordialidad y respeto por los demás.
- Utiliza lo aprendido en las sesiones presentadas para aplicarlo de diferentes maneras en su vida cotidiana.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS SUGERIDAS:

- Juegos adaptados
- Juegos cooperativos
- Concursos
- Kermese deportivo-recreativa
- Actividades recreativas
- Taller de juegos
- Juegos autóctonos

NOTA:

El material que se requiere, depende de cada actividad a desarrollar.

VALORACIÓN DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, SE SUGIERE:

- a) El docente debe anotar los juegos que a los niños más les gustan y sugerir que hagan una autoevaluación de lo aprendido en este bloque y en toda la educación primaria con relación a la educación física.
- b) Que el alumno a través de situaciones espontáneas demuestre sus logros, así como su nivel de competencia motriz.
- c) Los alumnos deben hacer un dibujo de ellos mismos, presentarlo al resto del grupo, describir sus gustos, sus expectativas, sus transformaciones físicas y actitudinales a lo largo de la primaria y decir “este soy yo”.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA ABORDAR EL BLOQUE:

El presente bloque está organizado en una secuencia de trabajo que contempla once actividades, a través de las cuales se pretende que los alumnos participen en eventos recreativos, representaciones lúdicas, concursos, torneos, entre otros. Además de las actividades sugeridas se pretende que los alumnos traigan a la escuela juguetes en general y los puedan compartir con sus compañeros.

Si es posible, permitir que los alumnos elaboren una memoria de todas las actividades propuestas en el bloque, que contemple fotografías o videos para que puedan ser socializados. Se sugiere:

- El docente debe permitir que los alumnos formen equipos considerando el acceso equitativo a sus juguetes para evitar que algunos equipos dispongan de mucho material con relación a los otros.

1a. Secuencias de trabajo.

Esta secuencia consta de 11 actividades. La finalidad es verificar la capacidad de integración y socialización de los alumnos. Constituye el último bloque de la educación física en la escuela primaria. En este se observan un gran número de actividades y tareas cuyas consignas determinan el grado de sociomotricidad que han alcanzado los alumnos. El reconocimiento a su capacidad de organización, permite al docente que los alumnos le propongan actividades que más les gustan, con las reglas que ellos mejor aplican y con los compañeros con los que disfrutaban mejor la actividad, su estancia en la escuela y su rol de amigos.

Actividad #1: “Inauguración”.

Descripción:

Para esta actividad se requiere que los alumnos se organicen en cinco equipos mixtos de igual número de integrantes. Cada uno de estos equipos debe ponerse de acuerdo para darle nombre a su equipo, construir un estandarte y elaborar una porra.

Los alumnos deben proponer tareas atractivas, novedosas y con un buen nivel de creatividad pero sobre todo emanadas de la participación, tolerancia, cooperación y respeto; considerando el material necesario para trabajar sobre estas tareas o elementos a desarrollar.

Cuando los equipos hayan terminado se realiza la ceremonia de inauguración del bloque “los 11 de la tribu”, en donde cada equipo presenta su nombre, estandarte y porra. Se puede realizar un pequeño desfile.

Dentro de las secuencias de trabajo se propone desarrollar las siguientes actividades en donde se puede adoptar algunos de los elementos según el tipo y organización de los mismos.

Actividad #2: “Juegos adaptados”.

Descripción:

Las actividades o juegos adaptados representan para los alumnos una oportunidad de vivenciar, de forma distinta, los aprendizajes alcanzados durante el desarrollo de los ciclos anteriores. Participar en estas representa un reto, ya que su estructura y lógica, están conformados de forma distinta a las actividades que han venido realizando.

El trabajo en equipo, cooperación, pensamiento estratégico y la aplicación de habilidades motrices básicas dentro de este tipo de actividades consolida la experiencia motriz de los alumnos.

Por lo que se propone realizar las siguientes tareas:

Tarea #1.- “Sillas musicales cooperativas”.

Se disponen tantas sillas como jugadores formando un círculo. Los jugadores se sitúan de pie por fuera del mismo. Mientras suena la música, todos se mueven a su ritmo dando vueltas a su alrededor, siempre en el mismo sentido. Cuando la música se deja de oír, todos buscan una silla en la cual subir. El objetivo del juego es ver en cuantas sillas es capaz de subir el grupo entero. Si se consigue el objetivo, se quita una silla y se reinicia el juego. Lógicamente, varias personas pueden compartir una misma silla. Los alumnos proponen distintas formas de desplazarse. Colocar todas las sillas juntas al centro y mantenerlas juntas cada vez que se reinicia el juego.

Se propone al grupo quitar un mayor número de sillas, si es que se logra el objetivo en menos de diez segundos después de haber quitado la música. Cada alumno toma a uno o dos compañeros de la mano y no se pueden soltar hasta reiniciar el juego, se puede realizar sobre bancos largos, paliacates o periódicos.

Tarea #2.- “Silla-figura”.

Se forman dos o más equipos, cada jugador empieza el juego arriba de una silla. El profesor propone: “silla-figura, por... ¡triángulo!”, por ejemplo. A partir de ese momento el objetivo del equipo es ordenarse según el criterio del profesor sin que nadie pueda pisar el suelo solamente pasar de silla en silla. El juego finaliza cuando el grupo consigue su objetivo y cada alumno queda en una silla. Los alumnos proponen distintas figuras o letras.

Opciones de aplicación:

- Se propone que las figuras entre más grandes sean mejor.
- Se propone un tiempo específico para cumplir el objetivo.
- Jugar todo el grupo como un equipo o se pueden formar varios equipos.
- Ocupar una silla en cada pie y al final terminar de la misma manera. Se puede realizar sobre bancos largos, paliacates o periódicos.

Tarea #3.- “Orden en las sillas”.

Se colocan tantas sillas como jugadores, al centro del lugar. Cada jugador empieza el juego encima de una silla. El profesor propone: “quedarse en las sillas, por... ¡fecha de nacimiento!”, por ejemplo. A partir de ese momento el objetivo del grupo es ordenarse según el criterio del profesor sin que nadie pueda pisar el suelo, solamente pasar de silla en silla. El juego finaliza cuando el grupo consigue su objetivo y cada alumno queda en una silla. Las formas de ordenarse la determinan los alumnos, ya sea en una hilera, fila, círculo, etcétera. Se da la pauta para que los alumnos propongan criterios de orden.

Opciones de aplicación:

- Comenzar el juego con las sillas dispersas a mayor distancia.

- Se propone un tiempo en específico para cumplir el objetivo. El profesor da de diez a quince segundos para que los alumnos puedan pisar por fuera de sus aros y así facilitar el logro del objetivo.
- Se pueden realizar sobre sillas, bancos largos, paliacates o periódicos.

Observaciones:

Comenzar el juego con criterios sencillos, por ejemplo: por estaturas, mes de nacimiento, del más serio al más latoso.

Tarea #4.- “Carrera cooperativa con sillas”.

Se forman dos o más equipos colocados en fila detrás de una línea de salida. Cada jugador empieza el juego sobre una silla. El objetivo del juego consiste en llegar a él otro extremo del patio, para lo cual, el compañero de atrás pasa su silla de mano en mano hasta el compañero de adelante, éste la deposita en el suelo, pasa por arriba de las sillas que sus demás compañeros de equipo le van pasando, para poder pararse nuevamente sobre esta; así sucesivamente lo hacen cada uno de los integrantes del equipo hasta que hayan pasado al otro lado.

Las sillas tienen que rozarse entre sí. El espacio entre silla y silla del compañero próximo, depende de la posibilidad de poder llegar a esta sin pisar por fuera.

Opciones de aplicación:

- Proponer un tiempo específico para cumplir el objetivo.
- Jugar todo el grupo como un equipo o formar varios equipos.
- Se puede realizar sobre bancos largos, paliacates o periódicos.
- No puede haber más de dos alumnos desplazando su silla.
- Proponer tiempos contra-reloj que permitan que los alumnos trabajen a prisa, pero sin que por ello signifique el fracaso de la actividad, reconociendo y reforzando el trabajo bien hecho.

Tarea #5: “El puente colgante”.

Se forma una fila de sillas lo más larga posible que ayude a que los alumnos pasen por encima. Los alumnos se dividen en dos grupos, se colocan en ambos extremos (previamente el profesor aclara que no es una competencia, si no un juego y para ganar tienen que cooperar entre ambos equipos). Simultáneamente y en sentidos contrarios por el puente colgante. Todos han de coordinar sus movimientos para conseguir que ambos grupos lleguen hasta el otro extremo del puente. No se puede hablar en ningún momento.

Observaciones:

Preguntar a los alumnos que fue lo que hicieron para conseguir cruzar.

¿Quién ayudó o fue ayudado?

Si un compañero se cae debe volver a iniciar el recorrido. Es necesario que se ayuden entre los mismos alumnos.

Opciones de aplicación:

- Pasar equilibrando algún objeto o golpeándolo (pelota, globos, etcétera.) y ver cuántos consiguen tener en juego al finalizar la actividad.
- Pasar por parejas tomados de la mano y sin poder soltarse.
- Todo el equipo se sujeta con cuerdas y de esta forma debe de pasar al otro lado.

Actividad #3: “Concurso de talentos”.

Descripción:

La autonomía de los alumnos se construye a partir de reconocerse como ser único, con características distintas así como originales.

De saber y sentirse capaz, de identificar sus fortalezas y debilidades, pero sobre todo de estar consciente de sí.

Permitir a los alumnos mostrar lo que pueden hacer, sin evidenciar las carencias o debilidades que pudiesen tener, es una tarea significativa, ya que a partir de esta los alumnos fortalecen su conocimiento a través de observar lo que otros pueden hacer y enseñarles, bajo ésta lógica se pretende realizar un concurso de talentos, en el que cada alumno pueda mostrar de lo que es capaz; ya sea desde un ámbito motriz, expresivo o cognitivo como puede ser: una poesía, un baile, una habilidad motriz que dominen o un dibujo que han elaborado.

El docente a partir de las propuestas que formulen los alumnos debe orientar el trabajo, pero sobre todo apoyar y generar un clima de respeto entre todos los alumnos.

Cada persona es responsable de preparar el material que requiere o la actividad que va a presentar.

Opciones de aplicación:

- Organizar otro tipo de concurso, por ejemplo de baile, canto, poesía, etcétera.
- Tomar en cuenta las ideas que los alumnos propongan para organizar concursos.

Actividad #4: “Kermés deportivo-recreativa”.

Descripción:

Para la realización de una kermés deportivo-recreativa es necesario poner en juego experiencias motrices y sociales adquiridas a lo largo de los ciclos anteriores y ponerlos en acción con lo que permitan al alumno, interactuar, socializar y asociar sus conocimientos en situaciones de convivencia.

Algunas propuestas para llevar a cabo dicho evento son las siguientes:

-Elaborar fichas para que los alumnos puedan participar en las distintas estaciones, en donde a cada alumno se le dan cierto número de fichas. Cada estación requiere, para su acceso, de una ficha en caso de realizar adecuadamente la acción, el alumno recibe dos y si no, pierde su ficha. Los alumnos pueden jugar en cualquiera de las estaciones.

-El profesor dirige la actividad con el apoyo de monitores que se establecen en estaciones, por ejemplo:

Estación #1.- “Tiro a la canasta”.

Estación #2.- “Tiros a gol”.

Estación #3.- “Lanzamiento de chancla entre aros”.

Estación #4.- “Boliche”.

Estación #5.- “Vencidas o pulso-pulso”.

Estación #6.- “Duelo de miradas”.

La posibilidad de implementar variadas actividades es abierta. Es importante tomar en cuenta sugerencias de los alumnos. Otra forma de organizar la kermés es designando equipos al interior del grupo y cada uno de ellos establece estaciones a coordinar, por lo tanto las actividades deben ser inventadas por los mismos alumnos.

Algunas sugerencias para el evento son.

-Cambiar, al final de la kermés, las fichas ganadas por pequeños obsequios, por ejemplo: chicles, paletas, caramelos, etcétera.

-Colocar un “registro civil”, una “cárcel”, una “discoteca” y/o “casa de empeño”.

Actividad #5: “Actividades recreativas”.

Descripción:

Durante el presente bloque es necesario que los alumnos, adquieran las nociones básicas pertinentes y llegar a organizar eventos recreativos propios y aplicables, a su necesidad y contexto. Para tal motivo se pretende que el profesor continúe con el trabajo ya realizado a lo largo de los ciclos anteriores, proponiendo y afianzando características particulares de las actividades recreativas tales como : la convivencia, cooperación, gusto de jugar, por jugar, seguridad personal, el socializar, el respeto, reconocimiento personal, etcétera.

Llegar a lograr que los alumnos aporten ideas, para llevar a cabo actividades recreativas, depende de un proceso bien estructurado donde el niño garantice el cumplimiento de sus necesidades e intereses y fundamentar la necesidad de trascendencia a otros ámbitos de su vida cotidiana.

Una vez que el profesor considere adecuado, permite que los alumnos organicen un evento recreativo en relación a sus gustos y aficiones, para lo cual:

El profesor.

-Propone trabajo por equipos, en donde cada uno de ellos investigue y cree sus propias actividades; las cuales puedan servir para conformar algunas sesiones propuestas por los mismos alumnos.

-Verificar el proceso de elección y creación de actividades, organizar al interior del equipo todas aquellas acciones que permiten al alumno adquirir los saberes necesarios para la correcta realización del evento.

-Asesorar constantemente el trabajo antes y durante la realización del mismo.

El alumno.

-Elabora actividades con características propias de los juegos deportivos.

-Elabora materiales y todo aquello necesario para llevar a cabo el evento, tales como: implementos de juego, registro de observación o algún incentivo de participación.

Actividad #6: “Taller fabrica de juegos”.

Descripción:

Existe la posibilidad de realizar una serie de talleres propuestos por los mismos alumnos durante las sesiones del bloque, para tal fin el profesor detecta algunos candidatos a desarrollar dichos talleres, por ejemplo:

-Alumnos que tengan facilidad para desarrollar actividades como: malabares, bailes, manualidades, animación, etcétera.

Es prescindible que los talleres a realizar sean de interés para los alumnos y más importante aún, es permitir a los alumnos ser el centro protagónico de la actividad, con lo cual se propicia una enseñanza reciproca entre ellos, creando así nociones básicas para la creación de dichas acciones. Por parte del profesor es necesario tomar en cuenta algunos aspectos importantes para desarrollar un taller, por ejemplo:

-La viabilidad para la realización de un taller determinando propuestas por los alumnos.

-Plantear objetivos claros, interesantes, motivantes y desafiantes a los alumnos.

-Contar con espacio y material necesario para la correcta realización.

-Realizar un trabajo previo de selección de alumnos, organización, orientación, apoyo y una permanente disposición.

Por parte de los alumnos es necesario:

-La realización de una convocatoria, hojas de inscripción, registro y constancias de participación al taller a desarrollar.

-Asesoría constante por parte del maestro.

-Contar con la ayuda de algún(os) compañero(s) que desee(n) participar en la construcción y desarrollo del taller.

-Inscribirse en al menos tres talleres en los que se quiera participar.

El día del evento:

-Los alumnos que desarrollan el taller delimitan un área de trabajo y ofrecen tres jornadas de diez minutos, teniendo cinco minutos para tomar asistencias de participación.

-Cada alumno se inscribe previamente a tres talleres y debe de participar en cada uno de ellos durante 15 minutos.

Reglas:

El profesor comenta que aquellos alumnos que no respeten y trabajen adecuadamente en cada uno de los talleres son dados de baja de los mismos. Asignándoles otra tarea.

Premiación:

Al final de la sesión los alumnos que realicen los talleres son premiados con una constancia de participación por cada taller que tomaron, elaborada por el profesor o por los mismos responsables del taller.

Opciones de aplicación:

- El profesor puede dirigir un taller de “fabrica de juegos”, por ejemplo: “La realización de un gimnasio” partiendo de la idea de proporcionar materiales distintos tales como: Bastones y cintas.
- Los alumnos crean barras, aparatos para trabajar y fortalecer distintos segmentos corporales (estáticos o dinámicos).
- Resortes: Crear y experimentar distintas acciones que requieran de fuerza flexibilidad y resistencia.
- Botellas llenas de un material pesado: Trabajar fuerza y resistencia mediante ejercicio.
- Otros materiales: Llantas, pelotas, aros, y demás materiales con los cuales puedan crear situaciones similares.

Actividad #7: “Representación lúdico-circense”.

Descripción:

Este tipo de actividades representa en los alumnos una oportunidad de expresión, y comunicación pero sobre todo creatividad. Ya que ellos trabajan a partir de su conocimiento previo, de su experiencia personal, así como de compartir sus ideas con los demás compañeros, para generar una puesta en común; lo que les permite no solo construir una actividad sino más bien reconocer e identificar en los demás y en sí mismos toda una gama de saberes e ideas que enriquecen, además de consolidar sus conocimientos, tanto conceptuales como procedimentales y actitudinales.

La representación lúdico circense parte de la asignación de personajes como: domadores, trapezistas, payasos, presentador y animales entre otros, derivando en la representación lúdico- circense de la misma

actividad. Después de haber asignado los personajes; los alumnos se organizan para buscar y ponerse de acuerdo sobre las actividades propias de cada uno, además de identificar el material necesario para la construcción de escenografía, vestuario y todos los elementos que requieran. Dentro de esta etapa de trabajo, los alumnos van proponiendo los actos o momentos que van a desempeñar durante la puesta en marcha de su representación. El docente en todo momento va guiando y apoyando las ideas de los alumnos, orientando y dando alternativas u opciones que hagan más viable lo propuesto. Además debe gestionar con los demás docentes para que los alumnos puedan mostrar lo que han construido y de esta forma darle mayor significado a la actividad.

Opciones de aplicación:

- Se pueden utilizar otras formas de representación como puede ser teatro, teatro guiñol, socio-drama, etcétera.
- Otra alternativa es trabajar sobre otra temática diferente como puede ser la salud, el cuidado del agua, el zoológico, un acuario y eventos históricos entre otros.

Actividad #8: “Torneos lúdico-recreativos”.

Descripción:

Como parte de las actividades a desarrollar dentro del bloque tenemos la organización de un torneo. Con la finalidad de poner en práctica los elementos y aprendizajes conseguidos por los alumnos, además de conocer e identificar la forma en que se organiza una actividad de este tipo.

Por tal motivo se debe proponer llevar a cabo un torneo en el que se desarrolle una serie de encuentros entre los diferentes equipos que se conforman dentro del grupo. Valorando y aplicando las propuestas que los alumnos manifiesten, es decir, que a partir de estas se organicen las actividades que integran el torneo.

Etapas

-Organización e inscripción de los equipos.

-Los alumnos, con apoyo del profesor, deben elaborar una convocatoria y presentarla; esto debe de contener los elementos pertinentes: Nombre del torneo, lugar y fecha de la sede, solicitud de inscripción, reglas, etcétera.

Enseguida los alumnos deben conformar equipos mixtos de igual número de integrantes, cada equipo tiene que elegir un nombre y entregar una hoja con sus datos (nombre del equipo, integrantes, etcétera). También se nombra a un representante por equipo, el cual está encargado de mantener el orden en su equipo, comunicarles la información de los juegos, organizar las funciones que se dan fuera de los encuentros, pero sobre todo mantener a su equipo con ánimo y disposición, así como cooperando en lo necesario para el desarrollo de la actividad.

Etapas 2.

Explicación de las reglas de juego y aclaraciones.

-El área de juego se construye a partir del espacio y disponibilidad, buscando tener un mínimo de dos o tres canchas, lo que permite que la actividad sea más dinámica.

-Los alumnos que no estén participando en algún partido o encuentro, toman el rol de encargados de una cancha alternando ésta función por equipos.

-Se deben propiciar la participación de todos los integrantes del equipo.

-El tiempo estimado de los encuentros está en función del número de sesiones que se pretenden utilizar para el desarrollo de esta actividad. En caso de desarrollarlos en dos sesiones, el tiempo de cada partido es de entre quince a veinte minutos.

-Se busca realizar el torneo de tal forma que solo un equipo descanse entre cada ronda y a su vez este equipo sea el que asigna los roles de árbitros para los demás encuentros.

-Si algún equipo rompe alguna regla o no cumple con alguna de las encomiendas, es sancionado con alguna tarea extra. Así mismo cualquier conducta o actitud negativa por parte de algún equipo o integrante debe considerarse como falta grave, por lo que se debe tomar las medidas necesarias.

Etapas 3.

Desarrollo de los juegos.

-Se hace un sorteo previo en el que se definen los encuentros, procurando que solo un equipo descanse por ronda. Como ya se había mencionado.

-Cuando se termina la ronda se puede proporcionar un lapso de tiempo corto para que los alumnos descansen y se vuelvan a organizar en función de las tareas o encomiendas que deben cumplir.

-Durante el desarrollo de la actividad las dudas o aclaraciones que surjan deben ser consultadas o resueltas en un primer momento por los alumnos y en caso de que estas continúen el profesor tiene la facultad de intervenir, para resolver las situaciones o proponer alternativas de solución.

Etapas 4.

Premiación y conclusión.

-Una vez terminadas las rondas del torneo, se realiza la suma pertinente de resultados, con la cual se identifica a los equipos con mejor actuación, no solo en función del resultado; si no enfatizando el trabajo en equipo, la participación y la cooperación más allá del resultado obtenido.

Los alumnos, junto con el docente deben llevar a cabo una pequeña premiación según se considere adecuada.

Observaciones:

El docente en todo momento debe orientar y apoyar las propuestas de los alumnos propiciando que estas sean novedosas y alternativas.

Así mismo se deben sugerir otras actividades que se pueden llevar a cabo además de adoptar las opciones que lleguen a no ser viables, según el contexto con el que se desarrollen.

Actividad #9: “De la calle a la escuela”.

Descripción:

Partiendo de las situaciones propias del alumno, es necesario establecer un vínculo de lo que se realiza fuera del contexto escolar con lo que es posible dentro de este.

Para ello se pretende abrir espacios que permitan al alumno trasladar lo que realiza en su tiempo libre a situaciones que lo identifiquen como sujeto dentro de la escuela, compartiendo experiencias y habilidades a sus demás compañeros.

Retomando la intención del presente bloque, se pretende que los alumnos traigan sus bicicletas, patines, patinetas, avalancha y todos aquellos juguetes con los que, al compartir se afiance la amistad, el respeto y el aprecio por el otro, propiciando una enseñanza recíproca.

El profesor gestiona previamente con las autoridades pertinentes, la organización de la actividad.

Durante esta se debe tener en cuenta aspectos importantes como:

-Compartir y convivir.

-Interactuar y respetar.

-Seguridad y cuidado de los juguetes.

-Aprendizaje mediado.

Observaciones.

El profesor aclara que juegos o juguetes son permitidos y cuáles no lo son.

Actividad #10: “Proyecto: video-aventura”.

Descripción:

En la actualidad el uso de la tecnología es un factor muy importante en la educación, por lo cual su uso y aplicación debe ser tomado en cuenta dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje en educación física, visto como una herramienta más de apoyo y enriquecimiento para desarrollar competencias en los alumnos. Por tal motivo se propone un proyecto denominado “video-aventura”, el cual tiene como propósito reforzar y brindar significado a contenidos y situaciones vistas en los distintos bloques, mediante la creación de una presentación de fotos o de un videoclip con propósitos bien definidos, por ejemplo:

Desarrollar nociones básicas del uso y aplicación de la tecnología.

Fomentar el interés, motivación, participación y trabajo en equipo durante la elaboración del proyecto.

Dar una temática al proyecto, aplicable a la vida cotidiana y así trasladar lo aprendido dentro de la escuela a ámbitos reales.

Algunas orientaciones para la realización del proyecto son:

- 1.-Definir características del proyecto muy sencillas y claras.
- 2.-Apoyar a los alumnos en dudas y sugerencias.
- 3.-Que los alumnos compartan sus proyectos con el grupo.

Actividad #11: “Ulama de cadera” (Juego autóctono)

Descripción:

El Ulama se practica por mestizos en la zona sur del Estado de Sinaloa en municipios como Mazatlán, El Rosario, Escuinapa, entre otros. El terreno es rectangular de 5x50 metros (hacer adaptaciones), conocido como Tlachtli o campo de juego de pelota. Las líneas finales se les llama “chichis” y en medio una línea que divide en 2 el terreno que se llama “Analco”.

Se forman dos equipos de 5 jugadores cada uno, el objetivo es tratar de hacer que la pelota llegue a la “chichi” contraria sin que sea regresada. El equipo “A” rueda la pelota al equipo “B”, quien debe responder regresando la pelota, tiene que pasar el “Analco” de aire, pudiendo rebotar una vez. Existen dos tipos de golpe (bajo y por arriba).

Opciones de aplicación:

- Se puede jugar adaptando la pelota a la edad de los niños, utilizar pelota de vinil pequeña.

Observaciones.

El Ulama de cadera se practica hace más de 3500 años; existen 1600 campos descubiertos en todo el territorio nacional, uno más en Arizona (USA) y otro en Nicaragua. Los jugadores vestían calzón de algodón, otro de piel de venado, faja de algodón de 3 metros por 15 centímetros aproximadamente y cinturón de cuero ancho con el que se golpea la pelota. El juego podía durar días enteros por que posee un sistema de conteo único en el mundo a base de restas. La pelota de aproximadamente 30 centímetros de diámetro, hecha de hule, pesa 5 kilos y puede durar hasta 80 años.

El valor cultural lo ha hecho merecedor de ser considerado candidato a la lista de patrimonio cultural y material con carácter de urgente, ya que se encuentra en peligro su supervivencia.