

Secretaría de Educación Pública
Subsecretaría de Educación Obligatoria
Dirección de Educación Física
Región Tehuacán

A.T.P. XÓCHITL RAMÍREZ LEZAMA

PROFESOR ALFREDO FLORES HERNANDEZ



educación física

Del 12 de octubre al 12 de noviembre 2020

PRIMARIA





Secretaría de Educación
 Subsecretaría de Educación Obligatoria
 Dirección de Educación Física
 Región Tehuacán



¡Bienvenido soy tu maestro Alfredo
 vamos jugar!

Padre de familia o tutor:

En la **autoevaluación** observe a su hijo (a) como realiza las actividades, en relación a ello ubique su desempeño en el cuadro denominado **“Juntos Observamos”**, después pintara la estrella correspondiente en la hoja con título **“Comunicar y transferir”** para enviarla al docente de educación física el **día 05 de noviembre**, además ahí colocara sus fotografías o dibujos de la actividad realizada.

Cada Jueves de 10 a.m. a 6.00 p.m. y viernes de 10 a.m. a 4:00 p.m. de cada semana enviará evidencias de las actividades realizadas.

“Juntos Observamos”

Requiere Apoyo	En Proceso	Logrado	Excelente
Necesita ajustar la combinación de patrones básicos de movimiento en actividades y juegos individuales y colectivos, para responder a las características	Ajusta la combinación de algunos patrones básicos de movimiento en actividades y juegos individuales y colectivos, responde a las características de algunas de ellas.	Ajusta la combinación de la mayoría de los patrones básicos de movimiento en actividades y juegos individuales y colectivos, responde a las características de la mayoría de ellas	Ajusta la combinación de distintos patrones básicos de movimiento en actividades y juegos individuales y colectivos, responde a las características de cada una .

Propósito

- **Reconocer e integrar** sus habilidades y destrezas motrices en situaciones de juego motor.
- **Demostrar y distinguir** actitudes para preservar su salud mediante la práctica de actividades físicas y la toma de decisiones informadas sobre hábitos de higiene, alimentación y prevención de riesgos.

Aprendizaje Esperado

- **Ajusta la combinación de distintos patrones básicos de movimiento en actividades y juegos individuales y colectivos, con el objeto de responder a las características de cada una.**



Partir de la realidad

Observa el siguiente imagen:



Pregúntele a su hijo:
¿Como jugaba antes en la escuela y como ha estado jugando ahora?



Analizar y reflexionar

Investiga que es juego individual y que es juego colectivo

Y responde las siguientes preguntas:

¿Te mueves igual cuando juegas solo que cuando juegas en colectivo, es decir cuando hay muchos niños?





Fecha de realización **13 de octubre 2020**

Actividad 1



Juego individual
De manera individual inventaras todos los juegos que sean posible con la condición de que debes jugar solo y utilizando solamente una pelota.

¿Lograste el reto?

- ★★ ★ ¡Muy Bien!
- ★★ ¡Bien!
- ★ Requiero apoyo



[Juego Fácil. Educación Física.](#)

Fecha de realización **15 de octubre 2020**

Actividad 2



Juego Colectivo
Con un familiar o familiares inventaras todos los juegos que sean posible con la condición de que deben utilizando una pelota.

¿Lograste el reto?

- ★★ ★ ¡Muy Bien!
- ★★ ¡Bien!
- ★ Requiero apoyo



[Juego Fácil. Educación Física.](#)



Fecha de realización 20 de octubre 2020

Actividad 3



Juego individual

Canguros:

Se dibujan dos círculos en el piso y se coloca un objeto dentro de uno de los círculos, a dos o tres metros se coloca otro círculo, el niño se coloca entre las piernas un objeto y lo transporta al otro círculo, ahora buscan otro objeto y proponen otra manera de trasladarlo.

Juego Fácil. Educación Física.

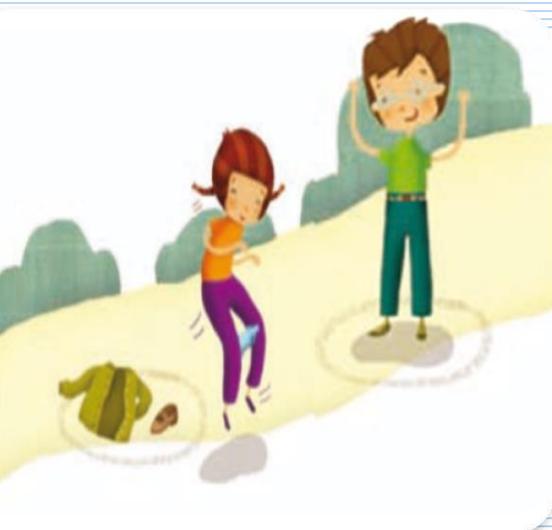
¿Lograste el reto?

- ★★ ★ ¡Muy Bien!
- ★★ ¡Bien!
- ★ Requiero apoyo



Fecha de realización 22 de octubre 2020

Actividad 4



Juego colectivo:

Canguros:

Pídele a un familiar que juegue contigo. Se dibujan dos círculos en el piso por jugador y se coloca un objeto dentro de uno de los círculos, a dos o tres metros se coloca otro círculo, se colocan entre las piernas un objeto y lo transporta al su círculo, ahora buscan otro objeto y proponen otra manera de trasladarlo quien termine de trasladar sus objetos gana.

¿Lograste el reto?

- ★★ ★ ¡Muy Bien!
- ★★ ¡Bien!
- ★ Requiero apoyo



Juego Fácil. Educación Física.



Fecha de realización **27 de octubre 2020**

Actividad 5



Juego individual

Cosecha y siembra:

El alumno tendrá un objeto y un familiar le dirá “siembra” y dejara el objeto en el piso y realizara un trote por todos lados de la casa y cuando dice cosecha corre a levantar el objeto y continua trotando, así continua la indicación de siembra y cosecha.

¿Lograste el reto?

- ★★ ★ iMuy Bien!
- ★★ iBien!
- ★ Requero apoyo



Juego Fácil. Educación Física.

Fecha de realización **29 de octubre 2020**

Actividad 6



Juego colectivo

Cosecha y siembra:

El alumno tendrá una pareja con la que trotaran juntos casi tocando hombro con hombro, llevaran consigo un objeto, otro familiar dirá “siembra” para que dejen el objeto en el piso continuando con el trote pero cuando dice cosecha corren a levantar el objeto y continua trotando, así continua la indicación de siembra y cosecha, gana quien realiza mas cosechas es decir el primero que levante el objeto.

¿Lograste el reto?

- ★★ ★ iMuy Bien!
- ★★ iBien!
- ★ Requero apoyo



Juego Fácil. Educación Física.



Fecha de realización **03 de noviembre 2020**

Actividad 7



Juego Individual

Futbol cangrejo:

Coloca una portería y a un metro de distancia pinta una línea donde te colocaras en posición de cangrejo e intenta meter gol en esa posición.

¿Lograste el reto?

- ★★ ★ ¡Muy Bien!
- ★ ★ ¡Bien!
- ★ Requero apoyo



[Juego Fácil. Educación Física.](#)

Fecha de realización **05 de noviembre 2020**

Actividad 8



Juego Colectivo.

Futbol cangrejo

Formar dos equipos cada uno con su portería. En posición de cangrejo tanto los jugadores de campo como el portero, meten gol en la portería del contrario conservando esa posición

¿Lograste el reto?

- ★★ ★ ¡Muy Bien!
- ★ ★ ¡Bien!
- ★ Requero apoyo





Manos a la obra

Esta hoja se entregará al docente de educación física el día **05 de noviembre** del 2020

INSTRUCCIONES: Pega una fotografía o realiza un dibujo correspondiente a la actividad que realizaste y pinta las estrellas en cada dibujo de acuerdo a como te fue en el reto.

Actividad 1 ☆ ☆ ☆

Actividad 2 ☆ ☆ ☆

Actividad 3 ☆ ☆ ☆

Actividad 4 ☆ ☆ ☆

Actividad 5 ☆ ☆ ☆

Actividad 6 ☆ ☆ ☆

Actividad 7 ☆ ☆ ☆

Actividad 8 ☆ ☆ ☆

Autoevaluación

☆ **Requiere Apoyo**

☆ **En proceso**

☆ **Logrado**

☆ **Excelente**



Estilos de vida activos y saludables

Fecha de realización 10 de noviembre 2020

Actividad 9

Practiquemos el uso correcto del cubrebocas

#salud en tus MANOS

EL BUEN USO DEL CUBREBOCAS



Tan importante como lavarse las manos y usar alcohol en gel es utilizar cubrebocas.

Hacerlo de la manera adecuada evita el contagio de la COVID-19.



Lávate las manos antes y después de usarlo.



Revisa cuál es lado correcto. (Las costuras gruesas van por dentro)



Usa las cintas que tiene para ponértelo.



Asegúrate de cubrir nariz y boca.



Evita tocarlo mientras lo usas.



No lo compartas con otras personas.

CÓMO NO USAR TU CUBREBOCAS



Que no tape tu nariz.



Que no tape tu barbilla.



Que toque tu cuello.

Juego Fácil.
Educación Física

Veamos un video del uso correcto del cubrebocas

Fecha de realización

12 de noviembre 2020

Actividad 10



¿Lograste el reto?

- ★★★★★ ¡Muy Bien!
- ★★★ ¡Bien!
- ★ Requiero apoyo