Secretaria de Educación Publica
Subsecretaria 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
Subsecretaria 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 titulo ***"Comunicar y transferir"*** para enviarla al docente de educación física el **día 05 de noviembre,** ademas 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
Requiere distinguir sus posibilidades y límites de sus habilidades motrices y Reconocer los elementos básicos de los juegos, para ajustar el control de sí.	Distingue **pocas** posibilidades y límites de sus habilidades motrices y Reconocer **algunos** de los elementos básicos de los juegos, **a veces** ajusta el control de sí.	Distingue **la mayoría** de las posibilidades y límites de sus habilidades motrices al Reconocer **la mayoría** los elementos básicos de los juegos, **casi siempre** ajusta el control de sí.	Distingue **varias** las posibilidades y límites de sus habilidades motrices al reconocer **todos** los elementos básicos de los juegos, **siempre** ajusta el control de sí.

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

- **Distingue las posibilidades y límites de sus habilidades motrices al reconocer los elementos básicos de los juegos, con la intención de ajustar el control de sí.**

Partir de la realidad

Vean o lean el siguiente cuento:

Video

El zorro y la cigüeña

Un día, el zorro invitó a la cigüeña a comer un rico almuerzo. El zorrito tramposo sirvió la sopa en unos platos chatos, chatísimos, y de unos pocos lengüetazos terminó su comida.

A la cigüeña se le hacía agua el pico, pero como el plato era chato, chatísimo, y su pico era largo, larguísimo, no consiguió tomar ni un traguito.

-¿No le ha gustado el almuerzo, señora cigüeña? -le preguntó el zorro relamiéndose.

-Todo estuvo muy rico -dijo ella-. Ahora quiero invitarlo yo. Mañana lo espero en mi casa.

Al día siguiente, la cigüeña sirvió la comida en unos botellones altos, de cuello muy estrecho. Tan estrecho que el zorro no pudo meter dentro ni la puntita del hocico.

La cigüeña, en cambio, metió en el botellón su pico largo, larguísimo, y comió hasta el último bocado. Después, mirando al zorro, que estaba muerto de hambre, le dijo riendo:

-Por lo visto, señor zorro, le ha gustado mi comida tanto como a mí me gustó la suya.

El zorro se fue sin chistar, con la cola entre las piernas.

Analizar y reflexionar

¿Cuando realizan algún juego, le han modificado las reglas? ¿Cómo? ¿Se hizo más divertido o difícil el juego?

¿Distingue las posibilidades y límites de sus habilidades motrices ?

Menciona cuales podrían ser los elementos básicos que todo juego debería tener

PRIMARIA

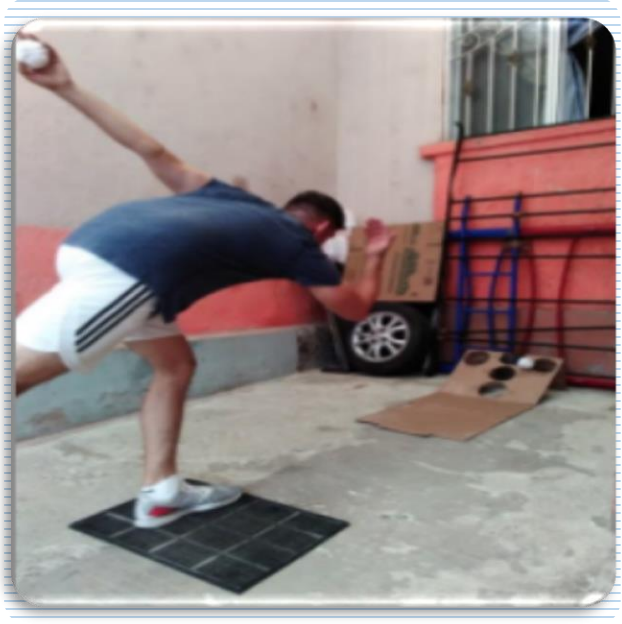
Secretaria de Educación Publica
Subsecretaria de Educación Obligatoria
Dirección de Educación Física
Región Tehuacán

Semana 8

Manos a la obra

Fecha de realización 13 de octubre 2020

Actividad 1



El boliche:
¿Es un juego con reglas? ¿Cuáles son estas?
¿Qué modificación le harías a la actividad?
Ahora juega el boliche modificado. Necesitaras un cartón con minio 6 orificios de 5cm de diámetro ligeramente separados y con una ligera inclinación, ademas de 6 bolitas de papel para que desde un lugar fijo realices el lanzamiento e introduzcas las pelotitas en los orificios.

¿Lograste el reto?

☐ ★★★ ¡Muy Bien!
☐ ★★ ¡Bien!
☐ ★ Requiero apoyo

Juego fácil. Educación Física

Fecha de realización 15 de octubre 2020

Actividad 2

Por parejas, uno se desplaza por el espacio como quiera y el otro tiene que ir siempre colocado a su derecha.

1. El que se desplaza libremente trata de escaparse de su compañero.

2. Ir siempre: a la izquierda, detrás manteniendo la misma distancia.

¿Lograste el reto?

☐ ★★★ ¡Muy Bien!
☐ ★★ ¡Bien!
☐ ★ Requiero apoyo

Juego Fácil. Educación Física.

PRIMARIA

Secretaria de Educación Publica
Subsecretaria de Educación Obligatoria
Dirección de Educación Física
Región Tehuacán

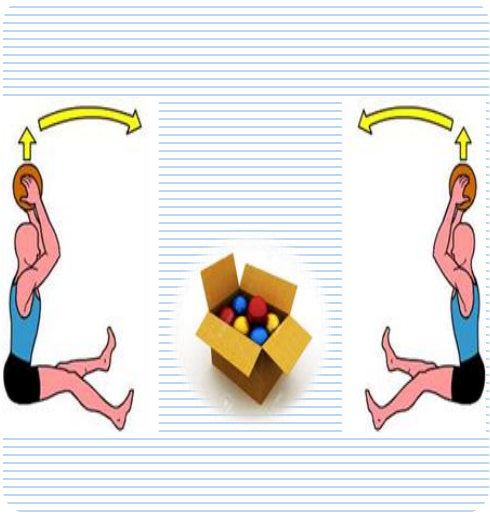
Semana 9

SUSCRIBETE YouTube Juego Fácil Educación Física Profe Alfredo AQUÍ

Manos a la obra

Fecha de realización 20 de octubre 2020

Actividad 3



Toro sentado:
Necesitamos 2 integrantes cada uno de ellos con una pelota y deberán sentarse a una distancia de 2 metros de una caja de cartón y deben lanzar la pelota en posición de sentados tratando de meterla en la caja.
Cambiamos la distancia de lanzamiento. ¿que elemento estamos modificando al cambiar la distancia?

¿Lograste el reto?

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

Juego Fácil. Educación Física

Fecha de realización 22 de octubre 2020

Actividad 4

Toro sentado:
Se juega con el mismo numero de personas y material.
¿Si decidimos intentar meter todas las pelotas en el menor tiempo posible que elemento estamos modificando?
Bien practícalo, metan todas las pelotas en el menor tiempo posible

¿Lograste el reto?

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

Juego Fácil. Educación Física

Secretaria de Educación Publica
Subsecretaria de Educación Obligatoria
Dirección de Educación Física
Región Tehuacán

PRIMARIA

Semana 10

SUSCRIBETE YouTube Juego Fácil Educación Física Profe Alfredo AQUÍ

Manos a la obra

Fecha de realización 27 de octubre 2020

Actividad 5

Policías y ladrones:
¿Cómo se juega?
¿Cuál es el rol del policía?
¿Cuál es el rol del ladrón?
¿Qué modificaciones le realizarías la juego?
Realiza el juego con las modificaciones que inventaste.

¿Lograste el reto?

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

Juego Fácil. Educación Física.

Fecha de realización 29 de octubre 2020

Actividad 6

La cucaracha:

Forman un círculo dentro estará uno que sera la cucaracha. A la señal del profesor los participantes comenzarán a cantar “en el patio de mi casa, hay una cucaracha, échenle raid, échenle más, ya se murió” en ese momento la cucaracha cae muerta. A la señal de ¡YA REVIVIÓ! Saldrán corriendo tratando que la cucaracha no los atrape.
Si alguien es atrapado ayudar a la primera cucaracha. ¿En que momento se modifica el rol del jugador?

¿Lograste el reto?

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

Juego Fácil. Educación Física.

PRIMARIA

Secretaria de Educación Publica
Subsecretaria de Educación Obligatoria
Dirección de Educación Física
Región Tehuacán

Semana 11

SUSCRIBETE YouTube Juego Fácil Educación Física Profe Alfredo AQUÍ

Manos a la obra

Fecha de realización 03 de noviembre 2020

Actividad 7

Fuga:

Necesitamos una caja con un orificio y una pelota pequeña que ruede o bien un calcetín echo bolita, el objetivo es meter la pelota en el orificio, ahora introduce 2 pelotitas y de manera anticipada determina cual entrara primero, después agregaras mas pelotas. ¿Qué elemento del juego se modifico?

¿Lograste el reto?

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

Juego Fácil. Educación Física.

Fecha de realización 05 de noviembre 2020

Actividad 8

Juego fácil. Educación Física

El boliche:

¿Es un juego con reglas? ¿Cuáles son estas?
¿Qué modificación le harían a la actividad?
Ahora juega el boliche pero con todas esas modificaciones que se te han ocurrido.

¿Lograste el reto?

- ☐ ★★★ ¡Muy Bien!
- ☐ ★★ ¡Bien!
- ☐ ★ Requiero 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**

Secretaria de Educación Publica
Subsecretaria de Educación Obligatoria
Dirección de Educación Física
Región Tehuacán

Semana 12

Estilos de vida activos y saludables

Fecha de realización: 10 de noviembre 2020

Actividad 9

Practiquemos el uso correcto del cubrebocas

Juego Fácil. Educación Física

Fecha de realización

12 de noviembre 2020

Actividad 10

Veamos un video del uso correcto del cubrebocas

¿Lograste el reto?

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