

EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 5°	
EJE	COMPETENCIA MOTRIZ
Componente pedagógico-didáctico	• Desarrollo de la motricidad
Aprendizaje esperado	• Integra sus habilidades motrices en retos y situaciones de juego e iniciación deportiva, con la intención de reconocer sus límites, posibilidades y potencialidades.

**ORIENTACIONES DIDÁCTICAS**

La conformación de una base motriz amplia y diversa debe considerar el autorreconocimiento y la autovaloración que los alumnos hagan sobre lo que son capaces de hacer y lo que les representa mayor dificultad. En este proceso se produce una actualización permanente de los conocimientos, las habilidades y las actitudes, lo que en suma contribuye a la mejora en el desempeño en distintas situaciones. Por lo que se propone elaborar una unidad didáctica, en la cual los alumnos:

– Identifiquen sus posibilidades y límites relacionados con las habilidades motrices al participar en:

- Formas jugadas que vinculen la exploración libre de acciones de locomoción, la manipulación y la estabilidad, mediante lanzamientos a distintas alturas o distancias; los desplazamientos que busquen una ejecución por un mayor tiempo; el equilibrio y el control de objetos de distintos pesos; etcétera.
- Juegos de persecución que incrementen el nivel de dificultad de las tareas al modificar el espacio, el tiempo, el número de repeticiones, la meta y las características de los objetos que se utilizan.
- Circuitos de acción motriz que permitan combinar habilidades en situaciones de mayor intensidad y frecuencia.

– Apliquen sus habilidades en situaciones de recreo e iniciación deportiva en los que reconozcan su potencial mediante:

- Retos motores que requieran del intercambio de distintas maneras de solucionar una tarea al aplicar sus habilidades como: precisión, potencia, agilidad, etcétera.

- Juegos modificados que ajusten sus desempeños de acuerdo con las situaciones que se presentan: cancha dividida, fuerza y precisión para dirigir los objetos; invasión de cancha, velocidad al desplazarse; bate y campo, control del cuerpo y los implementos al lanzar y desplazarse, etcétera.
- Deportes alternativos que incluyan nuevos elementos como la colocación de artefactos (obstáculos); la modificación de las metas de juego (diferentes maneras de conseguir puntos), etcétera.

– Intercambien propuestas con sus compañeros con el fin de poner a prueba su potencial motor en ejercicios individuales y colectivos como:

- Actividades motrices basadas en la demostración y enseñanza recíproca sobre una determinada acción, como saltos, trucos, lanzamientos, malabares, tiros, etcétera.
- Ferias de la motricidad en las que diseñen retos, juegos o actividades motivadas en el intercambio de experiencias y el reconocimiento de las posibilidades de cada uno.
- Yincanas con pruebas a superar de manera conjunta; insista en que exploten su potencial a partir de sus habilidades motrices.

A manera de reflexión en torno a las actividades desarrolladas, trabaje para que los alumnos:

- Identifiquen los límites respecto a sus acciones, con la finalidad de evitar accidentes.
- Compartan sus ideas y experiencias al valorar sus límites y posibilidades en la práctica constante de actividades físicas y la mejora de su

salud; que eviten la sobrecarga de esfuerzos que los ponen en riesgo, como malestares físicos.

Con lo anterior, planifique el diseño de una exposición discursiva-práctica de sus avances motrices y actitudinales respecto al reconocimiento de su propia situación inicial. Tal acción se socializa con varios compañeros, con lo cual, se propician ambientes de aprendizaje basados en el respeto, la colaboración, la inclusión, la valoración personal y el reconocimiento que los demás hacen de sus logros alcanzados.

#### SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Identifica la relación entre sus habilidades motrices y la mejora de su desempeño.

- Reconoce las condiciones de ejecución de las habilidades motrices que aluden a la velocidad, fuerza y fluidez que emplea.

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

- Instrumento de autoevaluación de los argumentos y aspectos que tiene en cuenta al manipular diversos objetos: lanzándolos, atrapándolos y golpeándolos.
- Listado de las capacidades y las habilidades motrices que considera que domina o que le agradan más.
- Listado de los retos y desafíos propuestos de manera individual y grupal.

### EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 5º

EJE	COMPETENCIA MOTRIZ
<b>Componente pedagógico-didáctico</b>	• <b>Desarrollo de la motricidad</b>
<b>Aprendizaje esperado</b>	• Mejora sus capacidades, habilidades y destrezas motrices al participar en situaciones de juego, expresión corporal e iniciación deportiva, para promover actitudes asertivas.

#### ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

La participación e interacción que tienen los alumnos al afrontar distintas situaciones de juego les permite valorar integralmente su desempeño a partir de reconocer su implicación motriz y las aportaciones que hacen, las actitudes que asumen y los logros que obtienen en la resolución de una tarea específica; para valorar el conjunto de acciones que intervienen en una ejecución competente, se propone diseñar una unidad didáctica en la que los alumnos:

– Identifiquen la mejora de su desempeño al distinguir actitudes que se manifiestan en estas situaciones de juego:

- Actividades motrices en las que puedan valorar de manera conjunta el uso de sus habilidades y las actitudes que asumen al colaborar con sus compañeros u oponerse a sus adversarios.
- Actividades deportivas que concluyan con el análisis de las actitudes que se manifiestan en el juego (cuando solo hay un participante o equipo ganador, si se rompen las reglas, etcétera); acuerde previamente, con algunos alumnos, la simulación de situaciones negativas y positivas que permitan observar y reflexionar respecto a su actuar.
- Juegos modificados que impliquen la toma de decisiones respecto a cómo actuar al reconocer

el propio potencial motriz, de los compañeros de equipo y de los adversarios. Con base en las actitudes que asumen, los resultados del juego y el desempeño de cada uno, propicie la interacción con diferentes personas y equipos con el fin de analizar las diferencias y los ambientes que generan.

– Colaboren al tomar acuerdos por medio del diálogo y la negociación en la resolución de los retos motores en:

- Desafíos con plazas que promuevan diversas formas de organizarse y colaborar en el cumplimiento de una meta considerando la asignación de tareas que cada uno efectúa.
- Juegos cooperativos orientados a alcanzar acuerdos sobre la manera de resolver retos y problemas motores, reconociendo y aprovechando las capacidades, habilidades y actitudes de cada uno.
- Actividades de iniciación deportiva que prioricen el diálogo para la toma de acuerdos respecto a las reglas y la negociación de turnos de participación, roles y funciones.

– Organicen actividades que integren sus capacidades, destrezas motrices y actitudes practicando:

- Actividades recreativas y de iniciación deportiva que fomenten la organización de situaciones que demuestren sus logros (habilidades, destrezas y actitudes) y el aprendizaje que obtienen de los demás. Algunos ejemplos que pueden considerar son: ferias de la motricidad, kermés, club o torneo de juegos modificados en los que inviten a participar a familiares, docentes y directivos.

Durante las actividades, impulse momentos para que los alumnos:

- Valoren su potencial y analicen las experiencias que obtuvieron.
- Reflexionen acerca de las actitudes que manifestaron al participar en situaciones con diversas características. Que respondan qué pasa cuando solo algunos pueden ganar, de qué manera afectan las actitudes en su desempeño, cómo logran tomar acuerdos, entre otras.

Para evidenciar la adquisición y movilización de los aprendizajes logrados, concluya con un torneo de actividades recreativas o deportes alternativos en el que consideren la participación con otros grupos, alumnos de otra escuela o padres de familia; permita que los alumnos autoevalúen y coevalúen su desempeño a partir de criterios e indicadores establecidos en un consenso con el docente.

#### SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Ajusta sus estrategias a partir de las características de las actividades en las que participa.
- Reconoce actitudes asertivas que se manifiestan en las actividades y favorecen el respeto y la interacción con sus compañeros.

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

- Registro de observación de los aspectos más significativos de las acciones que desarrollan, las dificultades manifestadas por el grupo en general y las actitudes que se asumen en la sesión.
- Registro del desempeño acerca de los aspectos que requieren modificar para mejorarlo.
- Fotografías o videos de la presentación de los juegos y las actividades propuestas.

EJE	COMPETENCIA MOTRIZ
Componente pedagógico-didáctico	• Integración de la corporeidad
Aprendizaje esperado	• Coordina sus acciones y movimientos con ritmos, secuencias y percusiones corporales en situaciones expresivas, individuales y colectivas, para actuar y desempeñarse con seguridad y confianza.

### ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

La posibilidad que tienen los alumnos de explorar, construir, modificar y evaluar sus acciones a partir del desarrollo de propuestas lúdicas y expresivas en las que se pone a prueba su potencial, les permite organizar, secuenciar y controlar sus movimientos al otorgarles una intención y significado. Todo ello conlleva a tener la conciencia de saberse aptos para actuar y desempeñarse. Lograr lo anterior requiere del diseño de una unidad didáctica en la que los alumnos:

– Identifiquen distintos ritmos asociados con acciones de la vida diaria y así establecer relaciones con su desempeño motor por medio de:

- Actividades motrices que involucren la exploración libre de sus habilidades y destrezas relacionadas con la posibilidad de asociar el movimiento segmentado o articulado con acentos y pausas presentes en acciones diarias (marcar el ritmo de los movimientos). Pida que finalicen con una presentación de las propuestas.

– Construyan movimientos con diferentes segmentos corporales creando secuencias de percusiones al desempeñarse en:

- Circuitos de acción motriz basados en la exploración de dinámicas rítmicas por equipos; cuyo fin sea que compartan sus propuestas.

– Propongan movimientos y sonidos en actividades rítmicas individuales y por equipo en:

- Itinerarios rítmico-didácticos que favorezcan la combinación de percusiones con diferentes partes del cuerpo y de destrezas motrices para lograr acciones simultáneas.

– Representen situaciones de juego al identificar diferentes sonidos y ritmos. Planee:

- Actividades de expresión corporal que requieran imitar movimientos de una situación o acción; resaltar los sonidos del juego y variar los ritmos de ejecución (rápido o lento).

– Desafíen su potencial motriz y expresivo en tareas colectivas que impliquen el uso de sus capacidades perceptivo-motrices en relación con sus habilidades y destrezas motrices. Se sugiere llevar a cabo:

- Retos motores en los que acuerden las acciones a desarrollar, coordinen ritmos de ejecución entre compañeros de equipo e incluyan, en la lógica de la actividad, aspectos referidos a la ubicación espacial (lateralidad, coordinación y ritmo), así como creatividad.

Abra espacios de diálogo durante las sesiones para que los alumnos:

- Analicen sus posibilidades motrices en función del ritmo de ejecución establecido y las características de cada actividad.
- Respondan a preguntas acerca de cómo influye el ritmo en sus movimientos, cómo ajustan sus movimientos respecto a los de sus compañeros y a cada actividad (ritmo), qué aspectos consideran para mejorar el ritmo en sus acciones, qué elementos permiten proyectar seguridad y confianza en actividades de ritmo, etcétera.

Pida que compartan las propuestas construidas y que organicen una demostración pedagógica que les permita difundir en la comunidad escolar los aprendizajes logrados.

### SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Demuestra coordinación en actividades que requieren la combinación de distintas acciones motrices.
- Ejecuta secuencias rítmicas basadas en percusiones corporales.

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

- Registro de observación del ritmo, la coordinación y la capacidad de crear producciones originales.
- Testimonio escrito de secuencias de percusiones corporales propuestas de manera individual o en equipo.
- Presentación de secuencias rítmicas de movimientos.

#### EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 5º

EJE	COMPETENCIA MOTRIZ
Componente pedagógico-didáctico	• Integración de la corporeidad
Aprendizaje esperado	• Distingue sus límites y posibilidades, tanto expresivas como motrices, en situaciones de juego, para reconocer lo que puede hacer de manera individual y lo que puede lograr con sus compañeros.

#### ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

La identidad corporal se fortalece cuando los alumnos reconocen su potencial expresivo y motriz, así como al interactuar y colaborar con sus compañeros, lo cual contribuye a diversificar y enriquecer sus experiencias. De esta manera, identifican sus límites y posibilidades, al tiempo que valoran y reconocen los desempeños de los demás. Por lo anterior, se requiere del diseño de una unidad didáctica en la que los alumnos:

– Experimenten sus límites en cuanto a su potencial individual al participar en las dinámicas que pondrán a prueba sus capacidades, habilidades y destrezas motrices:

- Retos motores p exploren diversas formas de combinar e integrar habilidades y destrezas.
- Circuitos de acción motriz que establezcan diversos niveles de complejidad para una misma tarea.
- Actividades de expresión corporal cuya finalidad sea identificar el gusto o la dificultad que les demanda su participación según las caracterís-

ticas de cada una (rítmicas, representativas, imitativas, entre otras). Deben considerar los aspectos personales como el nivel de habilidad, los intereses, las necesidades, entre otros.

– Reconozcan sus límites y posibilidades motrices y expresivas producto de la interacción con sus compañeros mediante:

- Formas jugadas que se relacionen con la exploración de acciones motrices y desafíos a compartir con los compañeros.
- Proyecto didáctico con estructura de:
  - a) Organización y análisis. Por equipos, observen el desempeño de sus compañeros en distintas situaciones de juego (alternar su participación), y posteriormente seleccionen y acuerden “acciones a imitar” que les representen un desafío.
  - b) Practica variable. Exploren formas de mejorar las habilidades motrices o el potencial expresivo al participar en una amplia gama

de actividades y propiciar la adaptación de los desempeños a cada una.

- c) Presentación. Compartan las acciones (motrices o expresivas) que lograron mejorar al participar en actividades de iniciación deportiva, expresión corporal o deporte educativo;
- d) Análisis del desempeño. Consideren una autovaloración del nivel inicial registrado en las propuestas anteriores y los avances que lograron.

Retome las acciones desarrolladas a lo largo de las sesiones y promueva que los alumnos:

- Analicen en qué medida son capaces de reconocer sus límites y visualizar sus posibilidades.
- Respondan a cuestionamientos acerca de cómo saben que son capaces de hacer, cuáles son sus límites, en qué situaciones de la vida cotidiana requieren de ayuda, entre otras.

Con lo anterior, establezca un diagnóstico respecto al reconocimiento de límites, posibilidades y

potencial motriz y expresivo. Con ello, sitúe el nivel de desempeño del grupo y de los alumnos que requieran mayor atención y reestructure las acciones que se desarrollan en otros momentos del ciclo escolar.

#### SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Diferencia lo que puede hacer de aquello que le representa mayor dificultad.
- Pone a prueba sus posibilidades al interactuar con sus compañeros en actividades motrices y expresivas.

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

- Testimonios verbales del reconocimiento de los límites y las posibilidades expresivo-motrices.
- Presentación verbal y escrita de los resultados del proyecto.

### EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 5º

EJE	COMPETENCIA MOTRIZ
<b>Componente pedagógico-didáctico</b>	• <b>Creatividad en la acción motriz</b>
<b>Aprendizaje esperado</b>	• Aplica el pensamiento estratégico en situaciones de juego e iniciación deportiva, para disfrutar de la confrontación lúdica.

#### ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

La actuación estratégica radica en un proceso en el que se piensa, identifica, selecciona, diseña, emprende y reestructura la acción motriz; de tal forma que, la toma de decisiones vinculada con el pensamiento estratégico de los alumnos en los juegos y actividades, representa una oportunidad para favorecer sus desempeños e interacción de manera placentera y gustosa. Con ello, se logran reconocer y experimentar distintos roles, desarrollar acciones a partir del potencial y favorecer la selección de alternativas de solución

ante una determinada situación. En ese sentido, es conveniente organizar una unidad didáctica en la que los alumnos:

- Identifiquen su actuación estratégica al participar en juegos colectivos y actividades de iniciación deportiva mediante:
  - Juegos modificados que requieran establecer momentos para la creación, implementación y análisis de estrategias respecto a los elementos que intervienen en cada una.

- Un taller relacionado con la creación de nuevas lógicas de juego y el desarrollo del pensamiento estratégico (diversificación de estrategias didácticas).

– Tomen decisiones respecto a las estrategias de juego y los ajustes que llevan a cabo al participar en equipos de:

- Juegos modificados que combinen la función de defensa y ataque al mismo tiempo derivado de la implementación de reglas y número de objetos a utilizar. Propicie cambios estratégicos en las acciones de juego a partir de situaciones de ventaja y desventaja, por ejemplo, defensiva u ofensiva.
- Deportes alternativos que mezclen el uso del pensamiento y la actuación estratégica de acuerdo con el potencial motriz propio y el de los oponentes (oportunidades, fortalezas y debilidades). Propicie momentos para intercambiar ideas y puntos de vista respecto a las acciones estratégicas que emprendan.

– Pongan a prueba su actuación estratégica al cambiar constantemente de roles o funciones durante las actividades siguientes:

- Juegos de persecución con cambio de roles al cumplir la meta o romper las reglas de juego.
- Juegos cooperativos que favorezcan la adaptación de las estrategias y las acciones necesarias para superar los elementos del juego (espacio, tiempo o meta).

Durante el desarrollo de las sesiones, propicie el diálogo sobre los aspectos que mejoran la

actuación estratégica individual y colectiva, así como de las actitudes necesarias para lograr un mayor disfrute del juego. Asimismo, que los alumnos reflexionen respecto a:

- Adaptaciones a su desempeño con base en las funciones que cumplen en distintas tareas.
- Opiniones que expresan en relación con preguntas como en qué situaciones se requiere pensar estratégicamente, cómo pueden actuar estratégicamente, cuáles formas de “atacar” o “defender” reconocen en la vida diaria, entre otras.

Culmine la lección de este aprendizaje con la organización de un paseo ciclista en la escuela que invite a participar a diferentes actores. Oriente las propuestas hacia una “educación vial”, como tema transversal y como tarea que realimente la aplicación del pensamiento estratégico.

#### SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Emprende acciones de ataque, defensa, cooperación u oposición en los juegos y actividades.
- Propone acciones que mejoran la actuación individual y colectiva.

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

- Representación gráfica de las estrategias aplicadas en el juego.
- Testimonio verbal sobre los resultados obtenidos de las estrategias aplicadas, así como las dificultades identificadas.



EJE	COMPETENCIA MOTRIZ
Componente pedagógico-didáctico	• Creatividad en la acción motriz
Aprendizaje esperado	• Experimenta distintas formas de interacción motriz en situaciones de juego e iniciación deportiva, con el propósito de promover ambientes de aprendizaje colaborativos.

### ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

La cooperación y oposición que los alumnos experimentan en distintas situaciones de juego (ofensivas y defensivas) les permite reconocer el potencial motor, propio y de los demás; experimentar acciones vinculadas con la suma de esfuerzos o la confrontación lúdica con los oponentes, así como ajustar sus desempeños y modificar su actuación con la finalidad de que tomen decisiones orientadas a fomentar una participación incluyente e inclusiva. Por ello, se propone organizar una unidad didáctica en la que los alumnos:

– Reconozcan las actuaciones estratégicas de oposición y cooperación que desarrollan en relación con su potencial, practicando:

- Juegos de persecución que busquen experimentar y reconocer los principios básicos de cooperación y oposición en las acciones ofensivas y defensivas: comunicación efectiva, sinergias, actuaciones colaborativas, así como definición de roles y funciones.
- Juegos modificados que impliquen identificar las estrategias de los oponentes y con ello decidir acciones defensivas y ofensivas necesarias.

– Intercambien y pongan en práctica pautas de actuación estratégica en relación con situaciones de desventaja en:

- Juegos modificados que impliquen ajustar la estrategia conforme las circunstancias de juego (ventaja o desventaja numérica).

– Diseñen y propongan lógicas de juego relacionadas con la posibilidad de aprender del otro a partir de:

- Un proyecto didáctico en el que investiguen y compartan juegos de otras partes del mundo; que tenga el fin de exponer modificaciones para implementarlos en las sesiones. Establezca criterios de participación democrática, diseños de estrategias colectivas, así como de la elaboración de objetos necesarios con materiales reutilizados.
- Deportes alternativos que enriquezcan la experiencia al reflexionar en torno a las opciones de mejora en su desempeño.

Durante las sesiones posibilite el análisis de las actuaciones individuales y colectivas a partir de la elaboración y puesta en práctica de estrategias valorando su pertinencia con base en los resultados obtenidos. Asimismo, genere pautas de reflexión para que los alumnos:

- Identifiquen la importancia de considerar necesarias las reglas y medidas de seguridad al diseñar e implementar estrategias de juego.
- Intercambien experiencias a partir de qué capacidades o habilidades necesitan mejorar; qué tuvieron que hacer para adaptar su desempeño a las circunstancias de juego, cómo resolvieron los retos en equipo, qué acciones estratégicas llevaron a cabo al considerar las propuestas de sus compañeros, etcétera.

Con las experiencias que se susciten en el desarrollo de este aprendizaje esperado, genere un espacio para tener un encuentro de convivencia que retome juegos de otras partes del mundo, con el propósito de compartirlos y practicarlos con compañeros de otros grados, ya sea a la hora del recreo o dentro de algunas sesiones.



### SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Pautas que debe manifestar cada alumno en su desempeño:

- Busca soluciones originales a las actividades propuestas.
- Propone juegos y actividades novedosas que favorecen la interacción entre todos.
- Distingue sus capacidades y habilidades motrices.
- Demuestra actitudes de tolerancia y respeto mutuo.

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

- Instrumento de autoevaluación sobre los argumentos y aspectos que tiene en cuenta al valorar su desempeño.
- Testimonio escrito de una actividad propuesta y sus características, capacidades y habilidades utilizadas; y respuestas motrices acordadas en equipo.

