

CUADERNILLO DE **APRENDIZAJES** FUNDAMENTALES IMPRESCINDIBLES DE **EDUCACIÓN FÍSICA**



Mtra. María Eugenia Campos Galván
Gobernadora Constitucional del Estado de Chihuahua.

Lic. Javier González Mocken
Secretaria de Educación y Deporte.

Dra. Sandra Elena Gutiérrez Fierro
Directora General de Servicios Educativos del Estado de
Chihuahua.

Lic. Aldo Viezcas Alcantar
Dirección de Atención a la Diversidad y Acciones Transversales.

Mtro. Arturo González Ibarra
Enlace Académico.

Dra. Cinthia Guadalupe Arenales Ramírez
Departamento de Educación Física y Acciones Transversales.

Lic. Carlos Adolfo Barney Montiel
Enlace de Educación Física

La Nueva escuela Mexicana busca promover el aprendizaje de excelencia, inclusivo, pluricultural, colaborativo y equitativo a lo largo del trayecto de su formación, pone énfasis en la libertad y autonomía del niño, la dignidad de la infancia y su valor.

Se busca un sistema que se enfoca en la excelencia de los docentes, en su mejora constante y que, radicalmente cambie los conceptos, principios y elementos del sistema educativo.

El mejoramiento de la educación es un desafío cuya solución requiere la participación de todos.

Los docentes de educación física se dieron a la tarea de desarrollar actividades para favorecer los aprendizajes fundamentales imprescindibles de los NNA a partir de estrategias didácticas. Al ser un área eminentemente práctica brinda aprendizajes y experiencias para reconocer, aceptar y cuidar el cuerpo; explorar y vivenciar las capacidades, habilidades y destrezas; proponer y solucionar problemas motores; emplear el potencial creativo y el pensamiento estratégico; asumir valores y actitudes asertivas; promover el juego limpio; establecer ambientes de convivencia sanos y pacíficos; y adquirir estilos de vida activos y saludables, los cuales representan aspectos que influyen en la vida cotidiana de los estudiantes.

El cuadernillo para la asignatura de Educación Física surge como un apoyo para consolidar aquellos aprendizajes que por su naturaleza son esenciales para avanzar en el trabajo cotidiano y construir nuevos aprendizajes cada vez más complejos. Este cuadernillo favorece el trabajo colaborativo a través de actividades lúdicas vinculadas al trabajo las cuales se propone trabajen dentro del ámbito escolar y su vez favorecer la convivencia familiar. El material está planeado para ser utilizado durante el ciclo escolar y puede adaptarse a cualquier momento que se considere oportuno. Contiene preguntas de introducción que permiten vincular los aprendizajes fundamentales imprescindibles y la actividad.

Este cuaderno procura ser una herramienta de apoyo para docentes y padres de familia, para construir y continuar con el aprendizaje de la escuela en casa y contribuir así a la excelencia educativa.

Este cuaderno está dirigido a maestros, tutores, padres de familia y otras personas involucradas en el cuidado y la educación del alumno, con el propósito de ofrecer actividades que sirvan de apoyo y ayuden a fortalecer y a profundizar en los aprendizajes fundamentales imprescindibles con los que debería contar el alumno en esta nueva etapa de crecimiento educativo.

Agradezco a todas y todos los que formaron parte de la construcción en la elaboración de este documento, y firmemente reitero mi compromiso para trabajar incondicionalmente por el bien de las niñas, niños, adolescentes y adultos de nuestro Estado.



Dirección de Educación Física y Acciones Transversales

El departamento de Educación Física y Acciones Transversales de los Servicios Educativos del Estado de Chihuahua agradece la participación y contribución al equipo conformado por supervisores, asesores técnicos pedagógicos y docentes, por el diseño y elaboración de los cuadernillos de Aprendizajes Imprescindibles Fundamentales de Educación Física.

COLABORADORES

Adán Zubía Rodríguez

Enlace del Área de Educación Física Zona Norte

Mtra. Columba Arreola Martínez

Asesor Técnico Pedagógico

Mtro. Jesús Modesto Aragón Porras

Asesor Técnico Pedagógico

Mtro. Ismael Aguirre Álvarez

Asesor Técnico Pedagógico

Mtro. Carlos Gustavo López Fernández

Asesor Técnico Pedagógico

Mtra. Marybel Chavarría Bárcenas

Equipo Académico de la dirección

Mtra. Bertha Cecilia Jordán Gómez

Equipo Académico de la dirección

Mtra. Claudia Lizbeth Quezada Ávila

Área Académica del departamento

Jorge Eduardo Gonzales Armendáriz

Asesor Técnico Pedagógico

Moisés Álvarez Palacio

Asesor Técnico Pedagógico

Zona 1

ATP:

José Natividad Fuentes Hernández

Edith García Payan

Zona 2

Supervisor: Luis Manuel Carreón Bencomo

ATP: Jesús Manuel Martínez Martínez

Zona 3

Supervisor: Ariel Díaz Pérez

ATP:

Ismael Aguirre Álvarez

Karla Aguirre Irigoyen

Zona 4

Supervisor: Raúl Lorenzo Manzano Ibarra

ATP:

Miguel Ángel Herrera Saucedo

David E. Balderrama

Zona 5

Supervisora: Blanca Estela Chávez Díaz

ATP:

Erick Fernando Zúñiga Espinoza

Mirna Nohemí Ramírez Martínez

Zona 6

Supervisor: Adrián Alonso Ramírez García

ATP:

Cinthia Alejandra Alaniz Bernal

David Roberto Guzmán Castro

Zona 7

Supervisor: Alberto Terrazas Rodríguez

ATP: Ángel Gabriel Ortiz Estrada

Zona 8

Supervisor: José Luis Granados Terrazas

ATP:

Yudilia Madrid Beltrán

Rafael Alberto García Martínez

Zona 9

Supervisora: Beatriz Quiñones Soto

ATP:

Clara Inés Sáenz Quintana

Héctor Guillermo García Hernández

Zona 10

Supervisor: Héctor Moreno Hernández

ATP:

Luz Martina Rico Uriarte

Cruz Georgina Aguirre Irigoyen

Zona 11

Supervisor: Francisco Javier Rodríguez Barrientos

ATP: Heber Guillermo Maldonado Sáenz

Zona 12

Supervisora: Blanca Estela Armendáriz

Rivas

ATP:

Columba Arreola Martínez

Iván Anselmo Pérez García

Zona 13

Supervisor: Ofelio Zúñiga Sandoval

ATP:

Diana Denise Sagredo García

Blanca Patricia Corral de la Rosa

Zona 14

Supervisora: María Teresa Rodríguez

Hernández

ATP:

José Miramontes Arzola

Rosa Anahí Chacón Cervantes

Zona 15

Supervisora: Blanca Estela Carrillo Herrera

ATP:

Erika Denisse Ruiz Jara

Zona 16

Supervisora: Alma Rosa Ayala Márquez

ATP:

Víctor Manuel Talamantes Hernández

Jaime Álvarez Peña

Zona 17

Supervisor: Sergio Enríquez Magdaleno

ATP:

Claudia Mónica Trejo Lerma

Alejandro Lujan Aguirre

Zona 18

Supervisora: Marisela Sosa Ortiz

ATP:

Otoniel Madrigal Mata

Ricardo Rodarte Carballo

Zona 19

Supervisor: Arturo Córdoba Hinojos

Dalila Veleta Jiménez

Fernando Zúñiga Salgado

Zona 20

Supervisor: Armando Díaz Mariñelarena
ATP:
Adriana Judith Villalobos Romero
Rodolfo Rentería Rodríguez

Zona 21

Supervisor: José Antonio Porras Caballero
ATP:
Reyna Guadalupe Núñez Jáuregui
Julio Cesar Núñez Jáuregui

Zona 22

Supervisor: José Noé Corona Caldera
ATP:
Lilibeth Ortega Mendoza
Marcos Calderón Duran

Zona 23

Supervisora: María Esther Hernández
Castillo
ATP:
Moisés Álvarez Palacio
Manuel Ramón Félix Martínez

Zona 24

Supervisor: Enrique Everardo Dávila
García
ATP:
Omar Quintana Manjarrez
Maribel Gonzales Castañeda

Zona 25

Supervisor: Julián Ricardo Regalado Mar-
tínez
ATP:
German Moisés Cervantes Flores
Miguel Mauro Cárdenas Portillo

Zona 26

Supervisor: Javier Rodríguez Mejía
ATP:
José Luis Solís Araiza
Adalberto Holguín González

Zona 27

Supervisor: Jaime Rentería Fierro
ATP: José Reyes Rascón

Zona 28

Supervisor: Víctor Hugo López Trujillo
ATP: Carlos Héctor García Chacón

Zona 29

Supervisor: Juan Rene Soto Hernández
ATP:
Jorge Eduardo González Armendáriz
José Hilario Torres Cuevas

Zona 30

Supervisor: Juan Carlos Cordero Díaz
ATP: José Manuel Carrillo Luna
José Justino Pérez León

Zona 31

Supervisor: Oscar Gilberto Sánchez
Mariñelarena
ATP: Roberto Vladimir Ruíz Olivas
Manuel Gerardo Hernández

Zona 32

Supervisora: Olivia González Pando
ATP: Sandra Vega Ruíz
Irving David Solís Magdaleno

Zona 33

Supervisora: Bertha Alicia Ibarra
Mánquero
ATP: Carlos Gustavo López Fernández
Randy Aarón Barba Hernández

Zona 34

Supervisora: María del Carmen Saldaña
Marín
ATP: Emmanuel Neftalí Vargas Cárdenas
Jazmín Murillo Figueroa

Zona 35

Supervisora: Angélica María Pérez Bonilla
ATP: Jesús Modesto Aragón Porras
VACANTES

Zona 36

Supervisor: Humberto Velez Orona
ATP: VACANTES
VACANTES

Presentación.

Conozca el cuaderno de aprendizajes fundamentales imprescindibles:

Este Cuaderno de aprendizajes fundamentales imprescindibles para Educación Física está conformado por 85 fichas, organizadas de acuerdo con los diversos contextos en los que el alumno se desenvuelve y en los que participa activamente.

Al inicio de cada ficha encontrará su título, el aprendizaje fundamental imprescindible que en ella se trabaja, los materiales necesarios para llevar a cabo las actividades planteadas.

Existen preguntas introductorias sugeridas al tema. Los cuestionamientos son solo una guía que los maestros pueden modificar de acuerdo a su experiencia o conocimiento del tema.

Las secciones “A divertirnos” y “Actividad de vinculación con pensamiento matemático y comprensión lectora” plantean actividades que ayudaran al alumno a alcanzar el propósito de la ficha.

También podrá animar a los familiares, tutores o a la comunidad a que refuercen lo que aprendió el alumno en cada ficha, mediante las propuestas de la sección “A compartir”.

Finalmente, en la sección de evaluación encontrará información útil para rescatar lo que aprendió el niño, estos son recursos sugeridos que le permitirán complementar los aprendizajes del alumno, el maestro tiene la libertad de modificar las preguntas de evaluación o utilizar algún otro instrumento de acuerdo al tema o en base a su conocimiento o experiencia.

Estas fichas de actividades son perfectibles, se pueden hacer adecuaciones según el contexto, los propósitos, experiencia y su formación profesional.

CUADERNILLO DE APRENDIZAJES FUNDAMENTALES IMPRESCINDIBLES DE EDUCACIÓN FÍSICA



INDICE 4° PRIMARIA

- 1.-Números alborotados
- 2.-Salta como rana
- 3.-Juego y aprendo
- 4.-Números y colores
- 5.-Malabarista
- 6.-Juego creativamente
- 7.-Narrando el cuento
- 8.-Pelotas activas
- 9.-Retos locos
- 10.-Retos y más retos
- 11.-Los juegos divertidos
- 12.-Cuerdas locas
- 13.-Retos y más retos
- 14.-Los juegos de antes son diamantes
- 15.-Juegos tradicionales
- 16.-Así jugamos
- 17.-De madera
- 18.-Juego, exploro y aprendo
- 19.-Saltos y más saltos
- 20.-Malabarista
- 21.-Usando mis sentidos
- 22.-El gato y el Rey
- 23.-Que no te toque la bomba
- 24.-Saltando al pasado
- 25.-El libreton
- 26.-Torneo mete bolos
- 27.-Aprovechando lo que hay en casa
- 28.-Los hoyitos
- 29.-Carrera de canguros
- 30.-Globos locos
- 31.-Hojas locas
- 32.-Usando una estrategia
- 33.-Haber quine gana
- 34.-Seré quien gana
- 35.-Hokey
- 36.-Mis habilidades
- 37.-Minuto para ganar
- 38.-Cómo se llaman
- 39.-Explorando mis habilidades
- 40.-Atrapa en el aire
- 41.-Diversión con retos
- 42.-Lobo y ovejas
- 43.-Todos somos uno
- 44.-Tú también puedes
- 45.-Vamos a jugar
- 46.-Lobo, ¿Qué hora es?
- 47.-Taparoscas
- 48.-Retos
- 49.-Juegos valiosos
- 50.-Soy el más hábil del mundo
- 51.-Estaciones divertidas
- 52.-Corcholatas voladoras
- 53.-Recolectando pelotas
- 54.-Las canicas
- 55.-Sumando y restando
- 56.-Identificar emociones
- 57.-Director de orquesta
- 58.-Brincando obstáculos
- 59.-Desafiando enigmas
- 60.-Avión y dados divertidos
- 61.-Los números
- 62.-Saltos y saltos
- 63.-El cuento
- 64.-La casa del balón
- 65.-El transportador
- 66.-Campo minado
- 67.-Las frutas
- 68.-Saltos informativos
- 69.-Par o impar
- 70.-Cumpliendo me divierto
- 71.-Con reglas juego mejor
- 72.-El periódico
- 73.-Me divierto y gano
- 74.-Muevo mi cuerpo
- 75.-Aprendo cuando me muevo.
- 76.-Me muevo y juego con los números
- 77.-"Recolectores"
- 78.-Coordinación
- 79.-Desplazamientos
- 80.-Boliche matemático
- 81.-Me desplazo
- 82.-Mis juegos
- 83.-Serie de memoria
- 84.-Voladora
- 85.-Sky

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Números alborotados

Materiales: 3 pelotas, canastas, material anexo 1, fichas de colores y dado.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- **¿Qué vamos a aprender hoy?** Que el alumno use dos o más habilidades en diversas situaciones de juego, al identificar, seleccionar, diseñar y evaluar su desempeño.

-**Aprendizaje imprescindible:** Pensamiento Matemático: Produce, leer y escribir números hasta de cuatro cifras.

- **¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?** Que combine de 2 a 3 habilidades que requieran control de sí, para resolver diferentes tareas.

-**Introducción al tema:** ¿Qué es una habilidad motriz?, ¿Qué tipo de habilidades necesitas para resolver tareas como: trasladarte de tu casa a la escuela, subir un árbol, (pedirles a los alumnos propuestas)

-**Dar a conocer las reglas de participación.**

Respetar los espacios de sana distancia

Respetar los acuerdos de la actividad

A divertirnos (en la escuela):

1.- Balón numerado: se forman 2 equipos, con el mismo número de integrantes, cada equipo se coloca a un lado de la cancha, se enumeran del 1 al número total de integrantes del equipo, se colocan 2 pelotas en el centro de la cancha, el maestro deberá de gritar un número, el alumno con ese número deberá de levantarse y correr por la pelota que le corresponde, llevarla botando hasta la canasta de su lado y tendrá 3 oportunidades para tirar; si no encesta ninguno de los dos alumnos, después de los 3 tiros deberán regresar lo más rápido posible a dejar la pelota de donde la tomaron. Si alguno de los alumnos encesta son puntos para el equipo.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Filas humanas y tiros sumados:

Formamos 3 equipos que se colocaran a un extremo de la cancha en filas, cada equipo deberá tener el mismo número de integrantes; cada equipo tendrá una pelota, la que deberán colocar al frente de la fila. El propósito de la actividad es que cada equipo lleve la pelota hasta el otro lado de la cancha y enceste en la canasta, pero de diferentes maneras, por ejemplo:

- 1.- En la fila pasan la pelota de adelante hacia atrás por encima de la cabeza y el ultimo integrante la lleva botando hacia la canasta.
- 2.- Pasar la pelota por lado derecho y luego izquierdo hasta llegar al último integrante y este deberá de llevarla botando hasta la canasta.
- 3.- Pasar la pelota por debajo entre las piernas, hasta llegar al último integrante, este deberá de llevar botando la pelota hasta la canasta.

* Cada integrante solo deberá de tirar una sola vez a la canasta,

* Por cada canasta encestanda, se otorgar 500 puntos, estos se deberán de sumar durante el recorrido que se dé durante la actividad. (El valor de la canasta se puede cambiar, solo con la condición de ser de 3 a 4 dígitos). El total de la suma lo pueden registrar en la imagen del anexo 1 que esta al final del documento.

A compartir (en casa):

1.- La oca de las unidades: Se jugara en familia; utilizando la ficha de colores (anexo 2) cada integrante de la familia elegirá un turno para lanzar el dado y así poder avanzar en el juego, las casillas tendran una serie de retos, si cae en el número:

1 del tablero ;. Tendra que realizar 20 saltos de canguro

10 del tablero .- tendra que realizar 10 sentadillas

100 del tablero solo realizara 5 abdominales

Y en el 1000 tendra derecho a otro tiro

En su cuaderno deberán de anotar los puntos obtenidos durante el recorrido del juego, al finalizar se suman y gana el que tenga la cantidad mayor acumulada.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Anexo 1

| | | | | |
|----------|----------|---------|--------|--------|
| | | | | |
| | | | | |
| D.MILLAR | U.MILLAR | CENTENA | DECENA | UNIDAD |

ANEXO 2 "ATINALE AL MAYOR"

The grid consists of 4 rows and 7 columns of tiles. Each tile contains a number and is colored as follows:

- 1,000: Green
- 100: Yellow
- 10: Red
- 1: Cyan

The numbers in the grid are arranged in a 4x7 pattern:

| | | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1,000 | 100 | 10 | 1 | 1,000 | 100 | 10 |
| 100 | 10 | 1 | 1,000 | 100 | 10 | 1 |
| 10 | 1 | 1,000 | 100 | 10 | 1 | 1,000 |
| 1 | 1,000 | 100 | 10 | 1 | 1,000 | 100 |

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Salta como rana

Materiales: Cuerda larga, tablero de Achi, 8 fichas, monedas o algo similar.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Reconoce sus habilidades motrices en juegos que practican o practicaban en su comunidad, estado o región, para participar en distintas manifestaciones de la motricidad.

Introducción:

¿Qué vamos a aprender hoy?

¿Qué juegos conocemos que se practicaban antes en nuestra comunidad?

¿Cómo se juegan?

A divertirnos (en la escuela):

1.- Carne, chile, mole y pozole.

Saltar la cuerda y, en forma simultánea, repetir en voz alta el título del juego; se aumenta progresivamente la velocidad con que se da vuelta a la cuerda, se termina cuando sale de la zona de salto o pierde el ritmo.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C):

Partiendo del salto inicial se realiza el juego del reloj. Dos voluntarios sujetan una cuerda por cada extremo y comienzan a girarla, los demás tendrán que pasar dando saltos; el primero que pasa la cuerda mencionará un número de 3 cifras dando 3 saltos (un salto para cada número), el segundo da cuatro saltos y dirá un número de cuatro cifras, el siguiente 3 saltos 3 cifras y así sucesivamente. Pueden formarse equipos pequeños de 6 participantes y se integren otros los voluntarios con el objetivo de que todos participen.

A compartir (en casa):

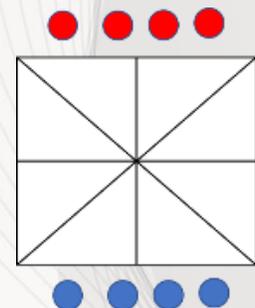
1.- **Mini pitarra** (Juego por parejas): Por turnos cada jugador pondrá una de sus fichas en una de las intersecciones que forman el tablero. Los jugadores tratarán colocar tres fichas en línea, al mismo tiempo que bloquean los intentos del contrario, una vez colocadas todas las fichas cada uno moverá por turnos una ficha a un espacio vacío. El jugador que consigue formar una línea de tres fichas gana.

Evaluación:

¿Cómo te pareció el juego del Achi?

¿Qué tan difícil es?

¿Cuál es tu estrategia para ganar?



Nivel: Primaria
Grado: 4°

Juego y aprendo

Materiales: Cinto, pañuelo o tubo de alberca, gises y cuaderno.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Reconoce sus habilidades motrices en juegos que practican o practicaban en su comunidad, estado o región, para participar en distintas manifestaciones de la motricidad.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.-El cinto escondido: Un integrante del grupo se encarga de esconder un cinto (se puede sustituir por un objeto que no lastime como un pañuelo, o un tubo de alberca) en el área disponible, los demás integrantes tienen que buscarlo y mediante las palabras de frío, tibio o caliente, el alumno que ocultó el objeto les guía. El primer alumno que encuentre el implemento escondido persigue a los demás tratando de tocarlos con éste. Cada alumno puede tener la oportunidad de esconder el cinturón según la indicación o el acuerdo tomado para el cambio.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): A jugar: Todos los jugadores inician con 5 puntos. Los jugadores lanzan sus trompos sin seguir un orden establecido los demás integrantes tiran los suyos intentando detener los trompos de los demás con un toque; de hacerlo se anotan un punto. Se restan puntos cuando: Se lanza un trompo y no baila, un trompo contrario deja de bailar sin que nadie lo golpee, se toca a un trompo que ya ha dejado de bailar.

A compartir (en casa):

1.- Gato: Se tazan cuatro líneas formando un gato y cada participante, pone una señal por cada turno, cruz o círculo. Quien consigue formar una línea de tres será el ganador. Pueden hacer varias rondas.

Evaluación:

- ¿Cómo fue el juego en casa?
- ¿Cuántas veces ganamos?
- ¿Cuál fue la estrategia para ganar?



Nivel: Primaria

Grado: 4°

Números y colores

Materiales: Fichas de papel de colores, pelotas de papel, vasos de plástico o recipientes, chalecos.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Acomoda los colores y forma el número. - Se colocarán fichas de papel de colores: azules, rojas y amarillas, las azules serán las unidades-1, las rojas las decenas-10 y las amarillas las centenas-100, se acomodan en lugares estratégicos de la cancha, se formarán 5 equipos, a la señal tendrá que salir el primero de cada equipo y formar el número que se indique, lo logran con las fichas de colores, el compañero del equipo que termine primero obtiene un punto. Cada participante deberá desplazarse de maneras diferentes e incluso podrá hacerlo con un material disponible.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C):

Números y colores. Se trabajará en 3 equipos, la actividad consiste en formar números con las unidades decenas y centenas, cada alumno tendrá un chaleco o una ficha de color que le toque, azul-unidades-1, rojo-decena-10 o amarillo-centena 100, los tres equipos trabajarán a la par, para formar el número que se indique, con ellos mismos, cada uno tendrá su valor, si no logran formar el número en el tiempo definido tendrán una pregunta, podrá ser una suma, resta o multiplicación, ejemplo: si se dice el número 843, el equipo de unidades tendrá que mandar a 3 niños, las unidades, 4 niños que serán las decenas y 8 niños que son las centenas para formar el número que se indica.

A compartir (en casa):

1.- ¡A divertirnos!: Necesitamos 3 vasos, cajas, o cualquier recipiente para encestar, el juego consiste en hacer bolitas de papel las puedes hacer de colores, si no tienes pueden ser de cualquier color, las bandejas o recipientes estarán marcados en unidades, decenas y centenas, delimitaran el espacio para lanzar las pelotitas, tendrás 10 segundos para lanzar el mayor número de pelotitas a los recipientes, al término contarás cuantas unidades, decenas y centenas tienes lo sumas mentalmente y lo registras en una hoja, pueden participar tus papás, tíos, primos o cualquier miembro de tu familia el reto está en ti puedes modificar el tiempo o la distancia, juega y aprende.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Observaciones: Si no cuentas con el material podrás utilizar el que tengas a la mano.

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Malabarista

Materiales: Pelotas de diferentes tamaños, aros, pañuelos y artículos que puedan utilizar en casa.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- ¡Mira cómo lo hago!: Utilizaremos los distintos materiales con los que contamos, y colocaremos a los alumnos separados a una distancia adecuada para que jueguen a los malabaristas cambiando o combinado los diferentes materiales, los harán sin movimiento y después en movimiento. Pueden retar a sus compañeros.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Imagino, creo y realizo. Redactarán un pequeño cuento dónde el personaje principal sea el o la alumna como malabarista. Al terminar realizará todas las acciones que describió en el cuento. Puede modificarlo tantas veces lo desee.

A compartir (en casa):

1.- Retos para compartir: Con diferentes materiales que tengas en casa jueguen en familia a los malabaristas, pueden hacer diversas rondas y divertirse.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Juego creativamente

Materiales: Pelota, hoja, lápiz.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Fut-beis del gusanito: Se formarán 2 equipos para jugar Fut – beis del gusanito, un equipo estará a la defensiva y otro a la ofensiva, el que está defendiendo deberá atrapar la pelota y todos los demás compañeros se colocaran atrás de él para formar una fila y la pelota deberá pasar desde el primero de la fila hasta el último por debajo de las piernas sin salirse de la fila, los ofensivos uno por uno deberá pegarle a la pelota con el pie y avanzar las bases antes de que llegue la pelota al final de los defensivos.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Activo mi imaginación. Deberán inventar un juego parecido con sus reglas y lo plasmarán en una hoja. Al finalizar lo van a jugar para observar si narraron en orden cronológico y se puede aplicar, finalmente, pueden compartir su juego con otros equipos.

A compartir (en casa):

1.- Hockey familiar: Invita a tu familia a jugar un hockey en la mesa, con una pelotita de papel le soplarán uno de cada extremo de la mesa, pueden colocar una hoja de periódico y cada ocasión en que la pelotita llegue ahí contará como punto, si llegan a 5 puntos cambian de participante. Como una variante pueden pegarle con los dedos.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Narrando el cuento

Materiales: Ropa, zapatos, bolsas, cajas, botes, etc.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Cuento sonoro: Se relatará una historia del bosque, que incluya ríos, montañas, animales, lluvia, truenos, etc., los alumnos deberán realizar todos y cada uno de los movimientos y sonidos de la historia.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): ¡Soy creativo! Se realizará un cuento motor, el maestro dará el ejemplo del cuento motor, previamente se les encargará a los niños investigar sobre la actividad y ellos montarán su propio cuento corto, y narrando en equipos, utilizarán vestuarios, echarán a volar su imaginación, los materiales y vestuarios serán con cosas que tengan en casa y en la escuela.

A compartir (en casa):

1.- ¡Arriba el telón! Ahora sí, montemos el escenario, realizarán una obra entre los integrantes de la familia, podrán realizar actividades individuales o en conjunto, lo importante es narrar una historia, cuento, leyenda, ficticio o inventado, diviértete y aprende, recuerda disfrazarte con lo que tengas en casa, utiliza tu imaginación.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Observaciones: Si no cuentas con el material podrás utilizar el que tengas a la mano.

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Pelotas activas

Materiales: Pelota de vinil y papel, conos, vasos desechables, escoba y aros.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Conduciendo la pelota: Llevar con ayuda de un bastón una pelota, esquivando los obstáculos que se encuentran en el área (conos, bastones, aros, etcétera). En la segunda ronda pueden cambiar el orden de los materiales, agregar otros o hacer el recorrido en el menor tiempo posible.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C):

Pelotas bajo consignas (Actividad de vinculación P.M.): Se encuentran distribuidos en la cancha hojas con números de cuatro cifras, los alumnos van a correr con la pelota en diferentes posiciones: delante, atrás, encima de la cabeza, a nuestra derecha, izquierda, etc. Llevar la pelota abajo del brazo, en la cintura agarrada por una mano, por los codos, las muñecas, apretando con las piernas, en las rodillas, tobillos, etc. La consigna es llegar a cuantos lugares puedan y decir los números que se encuentran ahí.

A compartir (en casa):

1.- De ida y vuelta: Colocaremos los 5 vasos en el suelo de modo que cada uno quede a un paso de distancia, vamos a tomar la escoba y la pelota de papel la pondremos en el suelo, la actividad consiste en trasladar la pelota por fuera de los vasos de ida y de regreso lo más rápido posible. Ahora realizaremos la misma actividad, pero lo haremos en zig-zag entre los vasos de ida y vuelta.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Retos locos

Materiales: Pelotas, aros y cuerdas.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.-Corre que te alcanzo: Los alumnos trazaran una línea al frente de ellos (10 pasos de extremo a extremo) donde realizaran caminata suave: sobre punta o talón, con movimiento de brazos, flexionando el tronco hasta tocarlos pies y continuar caminando; trotar en zigzag, etc. Distancia mínima 1.5 metros.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Relevando balones: Los participantes se forman en hileras, él primero sostiene una pelota. Se colocaran en el suelo también en hileras enfrente de cada grupo, con una separación aproximada de 1m entre cada uno y con una pelota dentro de cada aro. A la señal, el primero de cada grupo sale corriendo dirigiendo la pelota (con pie o la mano): cuando encuentra un aro intercambia la pelota que lleva con la que está dentro del aro, y continúa haciendo lo mismo hasta que regresa y la entrega en las manos al compañero que espera. Gana el grupo que vuelva primero a la posición inicial.

A compartir (en casa):

1.- Campo minado: Se distribuyen los objetos en el área de juego, el objetivo del juego es pasar por el campo minado de diversas maneras: caminando, corriendo, marchando, arrastrándose, saltando con los 2 pies juntos, saltando con un solo pie, tomado de la mano de tu mamá o papá y saltando juntos, puedes inventar otras maneras. REGLAS: quien logre pasar con diferentes formas de desplazamiento y sin tocar ningún objeto, gana 1 punto (no se puede pasar 2 veces de la misma manera). Quien toque un objeto pierde turno y sigue el otro jugador. Gana quien llegue primero a 15 puntos.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia: **¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste? ¿Qué te gustó más de las actividades? ¿Qué se te dificultó más?**

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Retos y más retos

Materiales: Pelotas de papel o de vinil, objetos y diversos, pañuelos

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.-Carrera de gusanos: Se trazará la línea de meta. El alumno se acostará boca abajo y deberá desplazarse al otro extremo sin utilizar las manos, las cuales mantendrá totalmente pegadas a los costados, en cada una sostendrá una pelotita de papel que depositará en un círculo dibujado con gis, de igual manera no podrá alzarlos y mover sus brazos.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C). Balón viajero: Los jugadores se sitúan en círculos separados entre sí y mirando hacia el interior, mientras que un jugador estará situado en el exterior y será el corredor. Los jugadores del círculo se pasan la pelota entre sí, mientras que el corredor intenta tocar la pelota o al jugador que la tiene. Como regla principal, los pases deben de ser consecutivos sin saltarse a ningún jugador, se puede cambiar la dirección de los pases. Si a un jugador que se le cae la pelota, se convierte en corredor.

A compartir (en casa):

1.- Ruta adecuada: Con los integrantes de la casa forman 2 equipos, en cada uno eligen quien dirige y quién sigue las indicaciones. En el área de juego se colocarán los objetos que representan las minas que van a obstruir el área de juego. En un extremo se colocan el o los 2 equipos y en el otro extremo las bolitas de papel (o pelotas pequeñas) El integrante de cada equipo que realizará el recorrido llevará los ojos vendados, a la cuenta de 3 comienza a desplazarse por el campo minado, siguiendo las indicaciones de su compañero, al llegar al otro extremo toma una bola de papel e intenta llevarla hasta el otro lado.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Los juegos divertidos

Materiales: Pelotas, gises, botellas de plástico, tapas de garrafón.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.-Boliche: Se juega de dos o más participantes. Se colocan diez botellas de plástico numeradas y rellenas con agua. Los jugadores determinan la distancia para lanzar la pelota y tratar de derribar las botellas. Por turnos lanzan la pelota y al derribar las botellas deberán sumar los números correspondientes para obtener su puntuación. Gana el jugador que primero acumule 100 puntos.

Reglas: Deben lanzar detrás de la línea marcada. Si la pelota rebota y derriba las botellas los puntos no cuentan.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Juego el canguro: Organizados por tercias, dos jugadores se colocan de frente y a una distancia aproximada de 10 metros entre ellos, al centro se coloca el tercer jugador, quien deberá saltar la pelota cuando los otros dos jugadores realicen pases entre sí rodando la pelota. Si la pelota toca al jugador del centro, cambia posición con el jugador que la lanzó.

A compartir (en casa):

1.- Tiro al blanco: Se dibujará con los gises diversos círculos de diversos tamaños colocándole diversas numeraciones a ganar, puedes ser del 5 al 10 o del 10 al 100. Determinarán a qué distancia tienen que lanzar, se lanzarán las tapas de garrafón y anotarán en una hoja las cantidades que vayan obteniendo para al final después de 10 lanzamientos ver quien obtuvo la mayor cantidad de puntos. Reglas: lanzar atrás de la línea marcada, si la tapa está tocando 2 espacios con valor diferente se toma en cuenta el número menor para el registro de puntos.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Cuerdas locas

Materiales: Cuerda larga y gises.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- El Reloj: Dos jugadores toman la cuerda por los extremos, mientras que los demás hacen una fila. El juego consiste en que los niños tomen la cuerda y la eleven de manera circular, para que los demás empiecen a saltar uno por uno, en donde el primero entrará al círculo con cuidado y saldrá sin dar un solo salto, pues le corresponde el número 0, el que le sigue dará un salto y así sucesivamente hasta llegar al 12 y brincar con el número de saltos de manera descendente. Quien se equivoque en los saltos, toma el lugar del niño o niña que está elevando la cuerda.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Las frutas: Se traza un círculo grande en el suelo y se divide en radios para formar espacios pequeños parecidos a rebanadas, en cada una estará situado un jugador, el cual elige el nombre de una fruta y lo anota en su área. El juego empieza cuando un compañero dice “mi fruta favorita es... (y menciona una fruta)”. En ese momento todas las frutas que no fueron mencionadas corren y la fruta en mención tiene que decir “alto” para que todos se detengan, debe de elegir una fruta para llegar a ella con el numero de pasos que él o ella determine, si logra llegar de manera exacta obtiene un punto. La vinculación con matemáticas es que resuelve sumas o restas con números naturales.

A compartir (en casa):

1.- Los retos: los integrantes de la familia busquen diversas formas de saltar la cuerda.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Retos y más retos

Materiales: Costales y palos de escoba.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Reconoce sus habilidades motrices en juegos que practican o practicaban en su comunidad, estado o región, para participar en distintas manifestaciones de la motricidad.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Carrera de costales: Se organiza al grupo en equipos de 4 personas, el alumno de adelante entra en el costal tomándolo de los extremos y empieza a brincar para atravesar la cancha de ida y vuelta, al regreso entrega el costal al compañero que sigue. Gana el equipo que termine primero.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C)

¿Cuántas puedes?: Por parejas decidirán como transportar la pelota utilizando solamente los bastones para tocarla, después se retarán haber quien golpea más la pelota con el bastón sin que caiga al piso los conteos se darán por sucesiones. Esta actividad se vincula con matemáticas ya que estarán haciendo conteo por sucesiones, de dos en dos o de tres en tres.

A compartir (en casa):

1.- ¿Cuántas puedes?: Es la misma actividad pero con los integrantes de la familia.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Los juegos de antes son diamantes

Materiales: Aros, ligas, trompos y canicas.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Reconoce sus habilidades motrices en juegos que practican o practicaban en su comunidad, estado o región, para participar en distintas manifestaciones de la motricidad.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1. Los juguetes de mis papas: Los alumnos tendrán la posibilidad de llevar un juguete o material con el que jugaban los papas y explicar de manera práctica cómo se utilizaba, así como describir las reglas del juego.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Artículos legendarios: En esta actividad le pediremos a los alumnos que busquen en artículos de divulgación, cómo eran los juegos del pasado y que materiales se utilizaban para jugarlos, se les pedirá hacer una breve exposición y que propongan una forma de adaptarlos a la actualidad. Esta actividad se vincula con español porque los alumnos identifican características y función de artículos de divulgación científica.

A compartir (en casa):

1.- La Gallinita Ciega: Los participantes sortean para ver quien comienza, éste tendrá que taparse los ojos con alguna prenda o pañuelo y dar algunas vueltas mientras que los demás cantan: “Gallinita ciega que se te ha perdido una aguja y un dedal date la vuelta y lo encontrarás”.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Juegos tradicionales

Materiales: Gises, bolas de papel, lata, palo y cuerda.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Reconoce sus habilidades motrices en juegos que practican o practicaban en su comunidad, estado o región, para participar en distintas manifestaciones de la motricidad.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Las escondidas: En un área determinada, la mayoría del grupo se esconde, mientras uno de los niños (o niña) debe buscarlos. Cada uno de los que están escondidos tendrá la oportunidad de correr a tocar una base y gritar 1, 2,3 por mí, antes de que lo encuentren, y así estará a salvo (no le tocará ser el siguiente en buscar). Si el buscador encuentra a alguien, o lo alcanza a ver cuándo va corriendo rumbo a la base, también grita: 1, 2,3 por (el nombre del niño o niña). El primero en ser encontrado será quien busque en la próxima ronda del juego.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Mamaleche o Avión: Los alumnos (por equipos) elaborarán cada uno una pieza del avión con su gis hasta terminar la figura y compartirán por medio del diálogo las distintas maneras que conocen de jugarlo hasta acordar la manera y reglas en que lo jugará cada equipo.

A compartir (en casa):

1.- Valero: Con el apoyo de algún familiar los alumnos armarán un balero con un palo, cuerda y una lata e investigarán formas de jugarlo compartiéndolo después con el grupo.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Así jugamos

Materiales: Rueda de alambre cubierta de tela (arihueta), palo o vara, cinta adhesiva y 2 cartulinas.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Reconoce sus habilidades motrices en juegos que practican o practicaban en su comunidad, estado o región, para participar en distintas manifestaciones de la motricidad.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Carrera de arihueta: Cada participante deberá portar su vara y un aro, se acuerda una salida y una meta de llagada, el aro será levantado y lanzado con la vara, ganará quien logre cruzar la meta primero. Cabe mencionar que esta carrera es para el género femenino, pero lo realizarán sin distinción de género para que experimenten con las actividades autóctonas de nuestro estado (Chihuahua).

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Buscar medias naranjas: Integrados en equipos de 4 a 6 participantes, tomarán una mitad ($1/2$) de las 10 frutas y la colocarán al final de la cancha en el menor tiempo posible a través de relevos completará las 10. Variantes: realizarla con cuartos u octavos. Vinculación con matemáticas: Resuelve problemas de reparto cuyo resultado sea una fracción de la forma $m/2n$.

A compartir (en casa):

1.- Los listones: En este juego se elige a un niño o niña que será el comprador y uno que será el vendedor. Los demás son los listones. Cada listón escoge un color procurando que sea uno difícil de adivinar. El comprador y el vendedor repiten este diálogo (siendo el comprador el número uno y el vendedor el dos): ¡Toc toc! -2.- ¿Quién es? -1.-La vieja Inés -2.- ¿Que quería? -1.-Un listón -2.- ¿De qué color? (Aquí el comprador menciona el color que se le ocurra) -2.- ¡No hay! (en caso de que no haya listones de ese color) entonces el comprador debe mencionar otro hasta que haya -2.- ¡Si hay! (si en realidad existe el color) -1.- ¿cuánto cuesta? Diez pesos.

Evaluación: El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia:

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

¿De madera?

Materiales: Bola de madera o esponja, balones de basquetbol, gises, tablero, cartulina, dados y fichas.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Reconoce sus habilidades motrices en juegos que practican o practicaban en su comunidad, estado o región, para participar en distintas manifestaciones de la motricidad.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Carrera de bola: Tradicionalmente llevado a cabo por las personas del género masculino, se determina un lugar de inicio y otro de llegada, cada integrante pondrá su bola en el piso y posteriormente colocará el pie entre el piso y la bola, lanzándola únicamente con el pie hasta llegar a la meta, el que llega primero es el ganador de la carrera.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Carrera de números: Formados en equipos de 4 a 6 integrantes resolverán con un gis y después mentalmente multiplicaciones de dos dígitos, el equipo que escriba el resultado correctamente tiene la oportunidad de encestar primero, hasta que logre encestar alguien se regresan a sus lugares, los equipos que logren encestar 5 canastas serán los vencedores de la carrera.

A compartir (en casa):

1.- Chilillo o no te enojas". - Para comenzar, todas las canicas deben estar en su base correspondiente, según el color que tengan. Se juega con al menos dos jugadores, cada jugador debe definir el color con el que quiere jugar y contar con 5 canicas en su base para poder comenzar. Solo deben estar en el tablero las canicas que corresponden a cada jugador. Si hay algún espacio libre, esas canicas no se ponen. También se necesita un dado, el cual es lanzado por cada jugador y quien obtenga el número más alto comienza la partida lanzando nuevamente el dado, para mover la primer canica debe sacar un 1 o un 6 (si saca un 6, puede hacer otro lanzamiento, si saca 1, su turno ha terminado). Puede sacar todas las canicas que quiera siempre y cuando tenga 1 o 6, de lo contrario debe mover alguna que esté en el tablero. Se debe recorrer todo el tablero con cada una de las canicas para poder llevarla hasta la meta. Cuando se tiene una canica cerca de la meta, debe sacar el número exacto para poder llevarla hasta el centro, de lo contrario pierde el turno. Si un contrincante come una de las canicas de otro, este deberá regresarla al inicio. (También puede seguir las instrucciones a través del siguiente enlace:

<https://www.youtube.com/watch?v=w07tQoTDodI>

<https://www.youtube.com/watch?v=XFkNceIYdC0>

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Observaciones: Realizar adecuaciones según el espacio y materiales a fin de desarrollar las actividades, y realizarlas bajo supervisión de padres de familia o hermanos mayores.

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Juego, exploro y aprendo

Materiales: Hojas de papel, calcetas, globos y pañuelos.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Carrera de globos: Por equipos o individualmente, los alumnos transportan los globos de un lugar a otro con diferentes partes del cuerpo mostrando sus habilidades motrices. Se puede hacer competencia.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): La ruta de los mensajes: El juego consiste en encontrar el objeto escondido siguiendo las instrucciones sucesivas de los mensajes que se han escondido en la escuela. La organización del grupo puede hacerse por equipos de 5, los alumnos elaboran 10 mensajes en los que darán las pistas consecutivas para encontrar el objeto escondido. Gana el equipo que a través de los mensajes encuentre primero el objeto. Se vincula con la materia de español al permitir que los alumnos identifiquen los elementos y el orden de presentación en la escritura de un texto narrativo.

A compartir (en casa):

1.- Tiro al blanco: Con la participación de padres o hermanos se colocan objetos colgados a una distancia, puede ser utilizando tendederos y pinzas para la ropa. Deberán lanzar bolas de papel o de calcetines para derribarlos. Gana el que derribe más pronto los objetos.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Salto y más saltos

Materiales: Conos, cuerdas, hojas papel, lápiz y aros.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- El docente indica diferentes desplazamientos a través de conos, zigzag de reversa, corriendo alrededor, saltando.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Los saltos continuos. Por turnos, equipos de 5 alumnos realizan desplazamientos rápidos con cambios de dirección para mejorar el control de todo el cuerpo, pueden ser saltos en aros, conos y cuerdas, después de cierto tiempo o recorrido, ellos mismo retan a los siguientes 5 compañeros a desarrollar un recorrido todavía más retador, y así sucesivamente cada equipo va ideando la manera de retar al siguiente. Se vincula con la materia de español al permitir que los alumnos empleen el orden cronológico al narrar.

A compartir (en casa):

1.- Los alumnos realizan 3 dibujos de las actividades que más les gustan de la clase de educación física y explican el por qué e intentan describir sus beneficios.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Malabarista

Materiales: Cuerdas, globos y lecturas.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Misión Imposible: Por turnos y de manera individual, intentar cubrir un recorrido saltando la cuerda y a la vez conduciendo un globo manteniéndolo en el aire al golpearlo con distintas partes del cuerpo.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Leo y no me desconcentro: Intentar realizar un recorrido ya sea de obstáculos sencillos o manteniéndose en una línea (como equilibrista), mientras se lee una historia, el reto es intentar realizar ambas actividades de manera fluida y coordinada. La vinculación se da con la materia de español al permitir a los alumnos emplear el orden cronológico al narrar.

A compartir (en casa):

1.- En familia golpear 5 globos sin que caigan al piso en diversas posiciones.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Usando mis sentidos

Materiales: Cuaderno, pluma, lápiz, cuadernos

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Juego El semáforo: Inician desde un extremo de la cancha o área de juego, todos los alumnos parados sobre la línea de salida, un niño, niña o el mismo profesor da las indicaciones de color: verde es correr, amarillo es caminar y rojo alto. Se puede agregar grado de dificultad estableciendo un tiempo máximo para cubrir la distancia, tratar de evitar ser el último o última en llegar, o eliminando al participante que sea observado por el que da las órdenes.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Redactar un juego y aplicarlo al grupo: Organizados en equipos, la consigna es que dentro de cada uno inventen su propia modalidad de juego ya sea tipo juego de mesa, deporte con reglas modificadas o retos motrices. En plenaria se acuerda de manera general el formato del juego, y cada equipo elaborará su material y reglamento. Posterior a este proceso, presentan el juego ante el grupo para que todos puedan realizarlo. La vinculación con la materia de español se refleja al permitir que los alumnos identifiquen el uso de oraciones impersonales en los reglamentos y las empleen al redactar las reglas.

A compartir (en casa):

1.-Te sales del lugar: Participa toda la familia, situados todos en una habitación, le piden a uno de los miembros que salga del lugar, mientras que todos los demás cambian el orden de los objetos. Cuando la persona que salió regresa, deberá identificar las diferencias y los objetos que fueron cambiados.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

El gato y el Rey

Materiales: Conos, pelotas de tenis, aros y objetos que se encuentren en casa.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

-¿Qué vamos a aprender hoy?

-¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?

-Introducción al tema.

-Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- El Gato: El grupo se divide en dos, adelante de ellos estará formado un trazo en el suelo similar al juego de mesa de “el gato”, puedes ser con 9 o más aros, el objetivo es el mismo que en dicho juego: que el primer equipo que logre formar una línea vertical, horizontal o en diagonal será el ganador. En el centro de cada aro estarán colocados los conos que tendrán un número del 1 al 9 pintado debajo de ellos. Desde la línea de partida saldrán corriendo los primeros participantes con una pelota de tenis en la mano, se colocan detrás de la línea de lanzamiento (a un metro del gato), para lanzar su pelota y tratar de derribar el cono, tienen una oportunidad, si lo logran, toman el cono y se regresan a la línea de partida, así sucesivamente hasta que un equipo logre el objetivo del juego. Variante: Puedes desplazarse saltando hacia el gato, pueden patear la pelota, golpearla simulando que su mano es una raqueta.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): El número mayor: Con los números dibujados en los conos que lograron derribar, deberán formar el número más alto posible, y el equipo que logre este cometido, tendrá un punto extra. La vinculación con el pensamiento matemático reside en la lectura de números hasta de cuatro cifras.

A compartir (en casa):

1.- El rey pide: En esta actividad podrán participar todos los miembros de la familia, uno será el rey y el otro será el mago, el rey pedirá que el mago forme un número en un determinado tiempo, por ejemplo 2345, y el mago deberá formarlo con los objetos que tenga en su casa, puede ser ropa, juguetes, peluches, etc., una vez logrado se cambian los roles para que participen todos los miembros de la familia.

Evaluación:

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste? Escribe un número de menos de 4, 3 y 2 cifras. Escribe el número o los números que lograste formar en el juego del rey pide.

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Que no te toque la bomba

Materiales: Conos, pelotas de vinil, balones de voleibol o basquetbol y gis.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Cuidado con la bomba: Se divide al grupo en dos equipos, cada jugador deberá tener una pelota de vinil, en el círculo central de la cancha estará un balón más pesado (de basquetbol o de voleibol). A la indicación del profesor, los alumnos deberán lanzar la pelota de vinil tratando de impactar el balón del centro. El objetivo del juego es que el balón de basquetbol toque a un integrante del equipo contrario, al lograrlo, su equipo obtendrá un punto y se reinicia el juego.

Reglas del juego: No está permitido tocar la pelota con ninguna parte del cuerpo, para poder mover la bomba se debe lanzar la pelota.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): El multiplicador: Cada alumno llevará el conteo de las veces que logra impactar pelota de basquetbol, y cuando se logre el objetivo del juego, el profesor de manera aleatoria plantea a algún alumno o alumna una multiplicación de la siguiente manera: por ejemplo, si el alumno realizo 3 golpes, el profesor pregunta ¿Cuánto es 3×2 ? En consenso los alumnos podrán modificar o implementar reglas al juego, por ejemplo, en lugar de lanzar o patear.

A compartir (en casa):

1.- Piedra, papel o tijera: En esta actividad podrán participar todos los miembros de la familia, jugando 1 vs 1. El ganador de la ronda podrá preguntar alguna multiplicación de la tabla del 3, en familia deben modificar las reglas del juego y agregar consignas, por ejemplo, el que no responda correctamente deberá realizar alguna tarea doméstica.

Evaluación:

¿Qué reglas incorporaron al juego? Escribe el número las multiplicaciones que lograste responder en el juego de piedra papel o tijera. En el juego de piedra papel o tijera se deberán poner retos que sean adecuados a la edad del niño y con supervisión de un adulto.

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Saltando al pasado

Materiales: Marcadores, pizarrón, cuaderno, lápices y hojas de máquina.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Reconoce sus habilidades motrices en juegos que practican o practicaban en su comunidad, estado o región, para participar en distintas manifestaciones de la motricidad.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Burro 16: Consiste en narrar en orden cronológico del 1 al 16 una consigna que todos deberán realizar. El que no logre realizarla deberá tomar el lugar del participante que se queda en el centro (burro) ese jugador adopta una posición de flexión para que todos lo puedan saltar. La primera ronda dice: 1.- Lo que quiera uno, 2.-Patadita de costado, 3.- Botellita de jerez, 4.- Aquí te saco 5.- Desde aquí te brinco, 6.- De aquí otra vez, 7.- Aquí te dejo mi bonete, 8.- Eres como pinocho 9.- Copita de nieve, 10.- Otra vez, 11.- Caballito de bronce, 12.- Tu abuelita tose, 13.- El rabo te crece, 14.- La viejita cose, 15.- El diablo te trinche, 16.- Todos a correr.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Don Divisor: El jugador que no logra realizar la consigna, deberá tomar la posición del jugador que está en el centro (burro) pero tendrá la oportunidad de resolver una división (en un pizarrón) y si la resuelve correctamente podrá ser excluido del puesto y seguir jugando saltando el obstáculo. En esta actividad todos verán como resuelve la división y eso ayuda para que entre todos evalúen si esta correcta o incorrecta.

A compartir (en casa):

1.- Recordando: En esta actividad toda la familia puede participar, y será poniendo en práctica la misma actividad del burro 16 y es que este juego se puede realizar en casa, o en la escuela, ya que, al ser un juego tradicional, muchos padres jugaron en su infancia.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

El libreton

Materiales: Balones de básquet o volibol, pelotas de tenis, cono grande y chico, libro e imágenes.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Reconoce sus habilidades motrices en juegos que practican o practicaban en su comunidad, estado o región, para participar en distintas manifestaciones de la motricidad.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- El Libreton: Para realizarla se requiere cualquier tipo de libros de texto, los cuales se colocarán en la cancha, dispuestos en una fila, se saltarán con dos pies, con un pie, de frente, de manera lateral etc. Después, los libros serán trasladados en la cabeza: caminando por la línea de la cancha manteniendo el equilibrio, a quien se le caiga se le hace una pregunta sobre la información que se dio al introducir el tema, y además deberán mostrar en el libro, la parte donde hay un título, un subtítulo, una imagen, el índice etc. Otra actividad será en parejas, quienes lanzarán entre sí pases con las pelotas de tenis, utilizando el libro como raqueta, quien no le pegue a tiempo a la pelota, nuevamente se le hacen preguntas acerca de la información que se dio al introducir el tema. Y de igual modo debe de mostrar donde hay un título, un subtítulo, una imagen, el índice etc.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Se realizarán estimaciones de peso con varios objetos, preguntando ¿qué pesa más, un cono grande o uno chico? ¿Un balón de fútbol o una pelota de tenis? ¿Un alumno de estatura mayor o menor? Etc.

A compartir (en casa):

1.- Adivina ¿quién?: Consiste en tener diferentes imágenes repetidas, se juega en parejas, quienes estarán de frente para no ver las imágenes que tiene el contrincante. Se inicia preguntando un rasgo específico: ¿De qué color es? ¿De qué tamaño? Y de acuerdo a las respuestas se van descartando y quedando imágenes, hasta descubrir de qué imagen se trata. El ganador propone un reto de actividad física al otro participante, por ejemplo, hacer 20 saltos, o 10 abdominales, o 10 sentadillas.

Evaluación:

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Torneo mete bolos

Materiales: Botellas con semillas, taparoscas, marcadores, hojas y pelotas.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Reconoce sus habilidades motrices en juegos que practican o practicaban en su comunidad, estado o región, para participar en distintas manifestaciones de la motricidad.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Boliche Numérico: Se forman equipos de "x" número de participantes, cada equipo tendrá 10 botellas de plástico rellenas de semillas y en la tapa tendrá escrito algún símbolo de operación matemática ("+2, -5, +6, etc"). Cada alumno por turno lanzara una pelota hacia las botellas y sumara cuantos derribo, elegirá una de esas botellas que derribo y abrirá la botella para saber la operación matemática que tendrá que realizar, el resultado será el número de puntos que tendrá. Con el apoyo del docente, cada equipo tendrá que dibujar un diagrama parecido al que hacen para el mundial de futbol y tendrán que utilizarlo para llevar el seguimiento de quien ira ganando en su equipo y quienes llegaran a la final para ver quién es el campeón de mete bolos.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Los alumnos recolectaran por toda la cancha objetos de diferentes formas y tamaños según la indicación del docente en un tiempo determinado y se colocaran en un aro que estará ubicado en su espacio de trabajo. Se les dará oportunidad a los alumnos que expresen la cantidad de objetos recolectados en su aro separándolos según sus características que ellos nos expresaran, como su tamaño, peso, colores, etc. y como se sintieron al realizar la actividad.

A compartir (en casa):

1.- El “Boliche Numérico”, donde se harán equipos de “x” número de participantes, se podrán utilizar 10 muñecos, botellas, u otros objetos que no puedan romperse para ser utilizados como bolos, se harán papelitos con operaciones matemáticas (“+2, -5, +6, etc”). Cada participante por turno lanzara una pelota hacia los objetos y sumara cuantos derribo, elegirá un papelito de los que haya hecho y realizara la operación matemática utilizando el numero de objetos que derribo para completarla, el resultado será el número de puntos que tendrá. El ganador avanzara en la tabla que realizaran en una hoja de papel.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Observaciones: Se variara la cantidad de objetos para utilizar como bolos, el tiempo para la resolución de la operación matemática que le haya tocado.

Se realizaran adecuaciones pertinentes para atender a los alumnos que requieran apoyo y promover permanentemente la inclusión.

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Aprovechando lo que hay en casa

Materiales: Bote de yogurt (litro), taparoscas, cajas de medicinas y cronometro.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Se Organiza el material respetando la sana distancia:

Se coloca el bote de yogurt (grande 1lt) en un espacio libre de obstáculos.

Se utilizan 5 taparoscas, para la realización del juego.

Los alumnos se colocan una taparosca en la cabeza y se desplaza rápidamente en distintas formas y maneras; y se dirigen hacia el bote e intentan encestar en el bote sin ayuda de las manos.

Este mismo ejercicio se realizara con las 5 taparoscas utilizando diferentes partes de su cuerpo.

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C):** Con la actividad anterior, pida que escriban el total anotaciones que encestaron y asigne una puntuación de acuerdo al color de las taparoscas.

A compartir (en casa):

1.- En familia: Se colocaran 5 diferentes obstáculos, ahora competirás con tu familiar, cargando sobre tu cabeza un caja de medicina sobre tu cabeza transportándola de un lugar a otro, pasando por los obstáculos sin tirar la caja de cartón, procurando hacer el menor tiempo posible.

Dicha actividad se realizará cargando la caja de medicina en con diferentes partes del cuerpo, y sumando los tiempos que se harán, en tres o más recorridos según consideren, ganando quien realice en menos tiempo la actividad.

Nota: Los tiempo se registran en su cuaderno, para al final realizar la operación correspondiente y sacar el total de cada quien y determinar quién es el ganador.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Los hoyitos

Materiales: Pelota de vinil, esponja y de hojas de papel.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Reconoce sus habilidades motrices en juegos que práctica o practicaban en su comunidad, estado o región, para participar en distintas manifestaciones de la motricidad.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- En equipos de 5 personas como máximo respetando la sana distancia, 4 se colocan en una fila con las piernas abiertas y el quinto está parado frente a ellos a una distancia de 3 metros, el cual deberá pasar la pelota por entre las piernas de sus compañeros, cuando la pelota pasa por entre las piernas de uno de sus compañeros todos deberán correr a un punto marcado no menor a una distancia de 10 metros, el cual deberán de tocar y volver a la línea de inicio hasta que el compañero que le paso la pelota toque el punto marcado, el cual el podrá lanzar y quemar a los demás jugadores, si no toca a ningún compañero se le otorga un huevito y si quema a un compañero el huevito es para el que fue quemado.

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C):** Continuando con la actividad anterior se puede establecer para que el huevito sea eliminado, será necesario que el alumno que fue acreedor al huevito realice una operación básica de multiplicación o división propuesta por sus mismos compañeros, si la resuelve correctamente el huevito será eliminado.

A compartir (en casa):

1.-En compañía de un integrante de la familia y con una pelota, colocados frente a frente y a una distancia no menor a tres metros, se lanzaran la pelota golpeándola con un solo golpe con la palma, con el puño, con la frente, con el pie (izquierdo y derecho), con el codo, con el hombro, con la rodilla, con los glúteos. Se le pide por parte del familiar que proponga diferentes formas de realizar el ejercicio. Con varios integrantes de la familia y con una pelota jugaran a la “**trae**”, el alumno empezara con la pelota y lanzara tratando de tocar a otro integrante de su familia, y así sucesivamente hasta que se termine el tiempo de juego. Pierde quien se quede con la pelota.

Evaluación:

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Carrera de canguros

Materiales: Pelota de esponja o de papel, cinta adhesiva y canasta.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- El grupo se coloca en un extremo de la cancha, donde será la salida, los alumnos se colocan la pelota de esponja entre diferentes partes del cuerpo y realizan desplazamientos al otro extremo como caminando, saltando, corriendo, etc., sin que se les caiga al suelo, si se les cae la pelota deberán volver a colocarla y seguir desplazándose. Variantes: desplazarse saltando hacia atrás, saltando de lado, de puntitas, etc.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C):

El grupo se divide en equipos de tres, equipos en forma de relevos se transporta la pelota agregando un lanzamiento a la canasta de basquetbol y regresando corriendo con la pelota en la mano. Si la pelota cae dentro del aro tendrá un valor de 13 puntos, si la pelota toca el aro y no cae dentro del mismo tendrá un valor de 8 y si solamente toca el tablero tendrá un valor de 4 puntos, gana el equipo que complete primero 100 puntos (se toma en cuenta el mayor logro del lanzamiento).

A compartir (en casa):

1.- En compañía de su familia se desplazan y trasladan objetos a diferentes lugares del hogar: comedor, sala, recamaras, patio, estancia, porche etc.; los alumnos se colocan la pelota de esponja en diferentes partes de su cuerpo y realizan un trayecto hasta el otro lugar del hogar (caminando, saltando, corriendo, sin que se les caiga al suelo, en ese caso si se les cae deberán volver a colocarla antes de seguir desplazándose).

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Globos locos

Materiales: Globos, toalla y matamoscas.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Reconoce sus habilidades motrices en juegos que practica o practicaban en su comunidad, estado o región, para participar en distintas manifestaciones de la motricidad.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- El alumno juega libremente con un globo: Golpear el globo con la mano; con la cabeza; con el pie (Las acciones se alterna izquierda y derecha, así como caminando, corriendo, saltando, etc).

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C):** Entre todo el grupo trataran de golpear los globos con matamoscas o raquetas sin que se les caiga, podrán golpear los globos de otros compañeros; Por parejas, tendrán el reto de golpear el globo y tratar de que no se les caiga (el que llegue a un determinado número de golpes gana).

A compartir (en casa):

1.- El alumno juega libremente con un globo, se siguen las indicaciones de algún adulto en casa; Cada integrante de la familia con un matamoscas y con un globo se establece el siguiente reto. Toda la familia con una toalla: lanzar y atrapar los globos con la toalla; contando cuantos globos caen y cuantos se quedan en la toalla.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Hojas locas

Materiales: Hojas: con la narración de un cuento puede ser escrito o con imágenes y hojas en blanco (de cuaderno o de maquina).

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Reconoce sus habilidades motrices en juegos que práctica o practicaban en su comunidad, estado o región, para participar en distintas manifestaciones de la motricidad.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Pasando el río: Se forman equipos pequeños, cada alumno sobre una hoja, irán pasando la hoja hacia al frente de uno en uno hasta llegar adelante y avanzaran sin pisar el suelo (río) si pisan se regresaran desde el inicio.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Ordenando mis habilidades: Se esparcen hojas con imágenes en el centro de la cancha; en equipos formados en fila (hojas en el piso) avanzaran sobre las hojas y traerán una imagen o párrafo, regresaran de la misma forma al inicio y la acomodaran en secuencia. Variantes: Se desplazan como las arañas sin tocar las hojas, toman otra hoja y la acomodaran, saltando, zigzag, etc, así sucesivamente hasta acomodar las imágenes o texto en orden. Gana el equipo que haya terminado de ordenar correctamente su cuento.

A compartir (en casa):

1.- Encestando y ordenando: El alumno y 2 integrantes de su familia ordenan las partes de la historia de don Benito Juárez. Se ubican en un extremo de la mesa o área de la casa. Se tendrán pelotas de papel con la misma cantidad de piezas del párrafo o imágenes del cuento para cada participante, y en el otro extremo una caja que servirá para encestarlas; en el centro de la mesa o del espacio de juego estará un cuento o historia para cada participante, a la señal lanzaran una pelota a la caja y cada vez que enceste tendrá derecho de tomar una hoja de la historia tratando de ordenarlas. Gana el que termine primero y haya ordenado correctamente la historia.

Evaluación:

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Usando una estrategia

Materiales: 9 vasos de plástico, una mesa, 9 bolitas de papel reciclado y 4 botellas de plástico.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Reconoce sus habilidades motrices en juegos que práctica o practicaban en su comunidad, estado o región, para participar en distintas manifestaciones de la motricidad.

Introducción:

-¿Qué vamos a aprender hoy?

-¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?

-Introducción al tema.

-Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Pelotas eléctricas: Todo el grupo se dispersa en la cancha, se eligen 5 alumnos, donde se les entrega una pelota de vinil a cada uno, estos últimos intentaran tocar a sus compañeros con la pelota. El resto de los compañeros serán tocados y quedaran en posición estático, hasta que otro de sus compañeros que no haya sido tocado, pase por debajo de sus piernas y volver a integrarse al juego.

A compartir (en casa):

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): La vinculación se da en la casa.

Bolitas saltarinas: Para realizar este juego se necesitan 10 vasos de plástico colocados en una mesa y 10 bolitas de papel, el niño tratara de meter las bolitas de cada papel en cada uno de los vasos. El alumno tendrá reporte escrito con un puntaje total de 100pts y por cada tiro deberá de restar 10 si falla y 10 si logra meter la pelotita en el vaso. Cuando termine comparara sus resultados con el maestro y competirá con un miembro de la familia.

Tiro libre: Se utilizaran 10 botellitas de plástico y una bandeja de plástico, las botellas se deben colocar paradas en círculo y separadas unas de otras; y al centro la bandeja en el espacio establecido. El objetivo es patear la botella y tratar que caiga dentro de la bandeja y con un familiar se compite en quien logra poner más botellas en la bandeja.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Haber quine gana

Materiales: Música, pelota de esponja o de papel y botella de plástico cortada a la mitad.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Haber quien gana 2: Se colocan 3 botes en los puntos cardinales norte, este y oeste, el alumno se coloca en la posición del sur, a la orden del maestro correrá a depositar las pelotas en donde se le vaya indicando.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): El alumno podrá identificar los puntos cardinales con marcas en el piso junto a los botes, también llevará el conteo de cuántas pelotas introduce en cada punto cardinal.

A compartir (en casa):

1.- Realizar la misma actividad (2) con pero ahora retando a algún acompañante o miembro de la familia, hacerlo lo más rápido posible.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Seré quien gana

Materiales: Música, pelota o costalito.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Con música caminando por la cancha moviendo cada parte del cuerpo, después trotar por un minuto y después relajarse, inhalar, exhalar, parados. El alumno tomará una pelota o calcetín o costalito, caminando, el alumno comenzará a lanzar y atrapar a diferentes alturas, después lo hará trotando y después corriendo.

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C):** Poner diferentes obstáculos lanzando y cachando distribuidos en la cancha al ritmo de la música, pasar por los obstáculos y volver a realizar la actividad. Cada alumno llevará el conteo personal de sus atrapadas.

A compartir (en casa):

1.- Realizar la actividad (2) con algún miembro de la familia.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Hokey

Materiales: Pelota, portería y palo o escoba.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Hockey: Es necesario que se creen dos equipos. Generalmente cada grupo está compuesto de cinco personas que se desplazan en el campo y un portero. La idea de este juego es colocar la pelota elaborada de plástico en la portería del equipo contrario a través de un bastón.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Ensalada de números: Se formarán dos equipos se colocarán sentados de frente los equipos pero separados a cada niño se le dirá un número, el profesor dirá un operación donde se utilice la división y el resultado que les salga será el niño que se levante y dará una vuelta corriendo a todo su equipo.

A compartir (en casa):

1.- Dibuja un círculo en el suelo, selecciona una botella u otro objeto y colócalo fuera del círculo a la distancia que tú decidas. Aléjate 5 pasos, lanza la pelota de trapo intentando mover el objeto hasta que lo metas al círculo. Utiliza alternadamente los brazos para lanzar. Ahora aléjate lo más que puedas del objeto y con toda tu fuerza lanza la pelota para intentar meterla al círculo.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

“Mis habilidades”

Materiales: Pelota de tenis o una pelota de mayor peso, pelota de esponja y pelota de papel

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Lanzaremos y atraparemos con una sola mano (la que indique la maestra) cada una de las pelotas 10 veces seguidas primero lanzaremos pelota de tenis (o la pelota con mayor peso), luego la bolita de papel y al final la pelota de esponja.

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C):** Hacer malabares primero con 2 pelotas iniciar con la de mayor peso e integrar la de menor peso, al final integrar las 3 pelotas y realizar la actividad de pasar las 3 pelotas a la vez.

Responde las siguientes preguntas

- ¿Lograste atrapar las 3 pelotas con facilidad?
- ¿Qué pasó cuando lanzaste la pelota más pesada y enseguida la pelota de papel?
- ¿Por qué crees que pasó eso? ¿Qué tuviste que hacer para atraparlas bien?

A compartir (en casa):

1.- Realiza la misma actividad (2) en casa, solo ajusta las distancias de acuerdo al espacio que tengas para trabajar. Puedes usar un limón o naranja, una bolita de calcetín y la pelota de papel.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Minuto para ganar

Materiales: Pelota, conos

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

-¿Qué vamos a aprender hoy?

-¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?

-Introducción al tema.

-Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Fila de vasos: Haz una fila con conos separados a 20 cm. uno de otro y conduce pelota de vinil con un pie, después el otro por entre los conos de ida y de vuelta en menos de 1 minuto.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C):

Escribe en tu cuaderno una actividad que tu puedas realizar con tus compañeros tipos rally.

A compartir (en casa):

1.- En familia, haz una fila con conos separados a 20 cm. uno de otro y conduce pelota de vinil con un pie, después el otro por entre los conos de ida y de vuelta en menos de 1 minuto.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

¿Cómo se llaman?

Materiales: Hojas de papel, cronometro y conos.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.-De manera individual deberá de salir corriendo a la señal y esquivar distintos obstáculos al llegar deberá de dar 3 saltos con las piernas juntas en un lugar determinado (rally). (Variantes con diferentes obstáculos)

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C): ¿Cómo se llaman?:** Se colocarán dos hojas una dirá una cantidad en número de cifras de 4 números y la otra hoja tendrá el nombre de esa cifra, se realizarán dos equipos deberán de salir corriendo a la señal y unir el número con su cantidad el equipo que termine primero en identificar y unir el número con el nombre por escrito es el que va a ganar.

A compartir (en casa):

1.- Con su familia deberá de correr y esquivar varios objetos que se encuentre en el piso. (Rally), gana quien realice el recorrido en el menor tiempo posible.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Explorando mis habilidades

Materiales: Conos, pelota, libro y objetos de casa.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Derribando los conos: Se forman dos equipos los cuales se colocan uno de cada lado de la cancha. En la mitad se colocan conos y desde una distancia señalada de acuerdo al espacio disponible se deberá patear la pelota intentando derribar los conos. Se contarán los conos derribados y se comparará con los resultados obtenidos durante todo el juego al realizar la actividad varias veces para ver si se mejora el desempeño. Variante: preguntar a los alumnos de que otra forma podemos hacer el ejercicio.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): En 2 equipos acomodado en filas, cada equipo tendrá el libro de poemas y será colocado al extremo opuesto de la cancha, el profesor gritará una suma o una resta, y los alumnos que tengan su turno tendrán que llegar al libro (realizando distintas acciones como: correr, saltar, bailar, gatear, reptar, u otra propuesta generada por los alumnos (as)) y buscar el número de la página que corresponda al resultado y leerán un fragmento que les llame la atención, ganará quien respete las reglas y realice todas las actividades.

A compartir (en casa):

1.- Reúne diferentes objetos fáciles de saltar, pero que no sean peligrosos; los distribuirá en un espacio amplio. El propósito es atravesar el lugar saltando todos los objetos y desplazándose de diferentes maneras: brincando con dos pies, con un pie, alternando, en cuatros puntos de apoyo, gateando, reptando, imitando animales o recreando situaciones de la vida cotidiana como: durante la lluvia, jugando algún deporte o realizando algún oficio.

Evaluación:

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Atrapa en el aire

Materiales: Pelota, portería y palo o escoba.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

-¿Qué vamos a aprender hoy?

-¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?

-Introducción al tema.

-Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Atrapa en el aire: El alumno que lanza la pelota tendrá los ojos vendados, el alumno que atrapa será quien con su voz indique hacia donde tendrá que hacer el lanzamiento para poder atrapar la pelota y también será quien llevará el conteo; se realizarán los lanzamientos a distintas distancias y de distintas maneras tales como: rodando, botando, lanzar sin que toque el suelo, con una mano, con dos y otras propuestas por los estudiantes. Para regresar la pelota, el alumno que tiene los ojos vendados se arrodillará y colocará sus manos en el suelo y quien recibió la pelota se la lanzará rodando para que la pueda atrapar.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Por parejas, o tercias lanzarán dos o tres dados y multiplicará lo que muestre la cara del dado que quede hacia arriba, por Ejemplo: 2×3 , $3 \times 6 \times 6$, etc. y realizarán los pases que indique el resultado por ejemplo: 6, 108, etc., el que atrapa la pelota dice el número sucesivo (contar) y lanza la pelota a su compañero(a).

A compartir (en casa):

1.- En familia realizar actividades de lanzar/atrapar con diferentes objetos como; peluches, pelotas, cojines, calcetines viejos, etc., la actividad se cierra lanzando cada objeto utilizado hacia un blanco como el cesto de la ropa sucia, el sillón, la silla, o cualquier lugar determinado por los participantes y que sea seguro para jugar.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Diversión con retos

Materiales: Aros, conos, pelotas de tenis, bastones, fichas con letras y gises.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

-¿Qué vamos a aprender hoy?

Que el alumn@ fortalezca su base motriz, empleando dos o más habilidades en diversas situaciones de juego, a través de la combinación de habilidades de locomoción, estabilidad y manipulación.

-¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?

Se menciona el aprendizaje acorde al vocabulario empleado por los alumnos (Explicado).

-Introducción al tema.

Las situaciones de aprendizaje deben estar integradas con elementos lúdicos, pues el juego es la forma más natural de aprender. En definitiva, es la primera actividad creadora del niño: la imaginación que nace y se desarrolla en el juego y viene a desembocar en la creatividad.

-Dar a conocer las reglas de participación.

Por la situación que estamos viviendo es importante trabajar con una cantidad no máxima de 15 alumnos, los cuales tendrán que traer cubre bocas en todo momento, mantener una sana distancia con los compañeros y el profesor, por ningún motivo manipular el material de algún compañero.

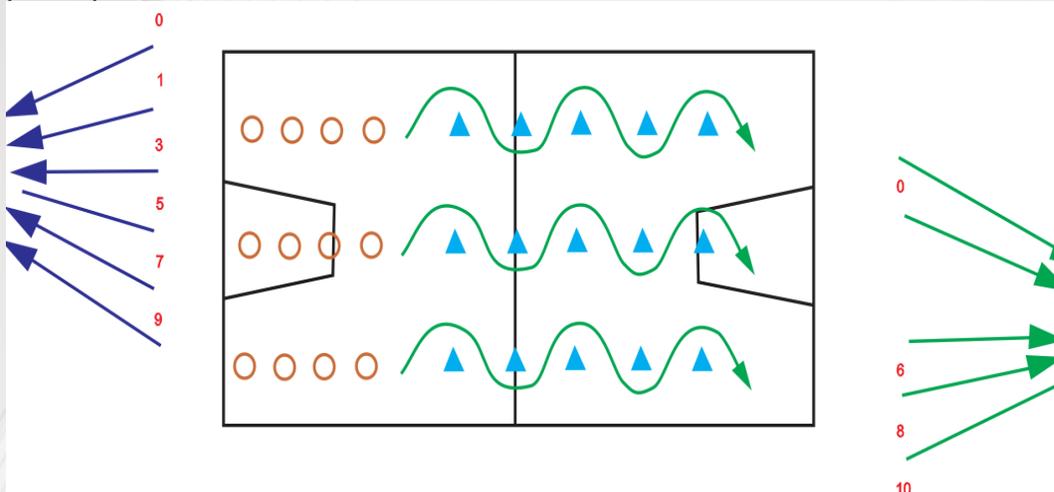
A divertirnos (en la escuela):

1.- Colocamos 3 o 4 filas de 4 alumnos máximo (ellos eligen como acomodarse) todos con su debida distancia **café** y colocamos 5 o 6 conos 1metro separados uno de otro **azul**.

Le entregamos una pelota un bastón y un aro a cada alumno y les pedimos que coloquen el aro en el suelo y la pelota dentro del aro.

Al silbatazo los que están enfrente tendrán que avanzar empujando el aro con el bastón entre los conos haciendo zig-zag **verde** sin que la pelota se salga del aro esto lo hacemos de ida y vuelta, si la pelota sale del aro mientras lo empujamos con el bastón, vamos por ella, la acomodamos de nuevo y seguimos hasta que terminemos.

Podemos variar la actividad al avanzar (en línea recta, dando vuelta completa a cada cono con mano izquierda, derecha etc.) o también cambiamos la actividad como competencia en relevos gana la fila que 1ro cruce la totalidad de participantes.



2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Dependiendo de la cantidad de alumnos, se forman 2 o 3 equipos. El profesor menciona en voz alta una palabra y los 2 equipos inician a formar la inicial de la misma realizando posturas de pie o en el suelo; en mayúscula si es nombre propio o de ciudad y en minúscula si es un objeto, si está bien escrita ahí se termina y el equipo que lo logro tiene un punto y pasamos a la siguiente palabra, si está mal escrita tendrán que corregirla. Al final de las palabras gana el equipo que consiguió más puntos. Podemos variar la actividad poniéndolos en fila y pasan de uno en uno al otro lado de la cancha con un gis, escriben una letra y regresan, como relevo y van formando la palabra.

A compartir (en casa):

1.- Basta del reptil ciego: Recortamos cuadritos de hojas de papel o cartulina y le escribimos las letras de abecedario (fichas con letras) y las colocamos en un área despejada boca abajo. Cada participante de la familia tendrá una hoja de papel que diga nombre, cosa, color, país fruta o verdura y un lápiz a cada participante de la familia. Se selecciona a un participante del juego, se le vendan los ojos y a la señal reptará intentando encontrar una de las letras cuando la encuentre, se destapa los ojos y corre a su lugar, observa la letra que encontró, la grita e inician el juego del "Basta" escribiendo y llenando las categorías de sus hojas. Cuando terminen esa letra se elimina, se le vendan los ojos a otro participante y repiten el proceso. Al final suman los puntos que obtuvo cada uno en el basta y gana el que tenga más puntos.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Lobo y ovejas

Materiales: Pelota, portería y palo o escoba.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertimos (en la escuela):

1.- El Pastor, el lobo y las ovejas: Se colocan, en una orilla de la cancha las “ovejas” y en la otra el “pastor” y en el medio el “lobo”. Se numera a cada oveja y cuando el pastor la llama por su número, la oveja intentará cruzar hacia el área segura. El pastor debe evitar que el lobo las capture, permaneciendo entre éste y las ovejas con los brazos extendidos, pero sin llegar a tocarlo. El lobo no puede tocar al pastor, pero si logra tocar una oveja, se cambian los roles: la oveja pasa a ser lobo, el lobo a pastor y el pastor a oveja. Cada vez deberá de aumentar el número de ovejas que cruzan. El pastor y las ovejas deberán idear la forma de cruzar poniéndose de acuerdo.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C):

Relatar un cuento motor (sencillo de tarea) en clase explicarlo y jugarlo con sus compañeros.

A compartir (en casa):

1.- Doble problema: Se colocan dos vasos a una distancia de 50 cm, sobre una mesa, y el reto consiste en soltar dos pelotas al mismo tiempo realizando el bote para que puedan encestarse en los vasos. Es necesario que se mantenga la distancia y las pelotas sean de plástico (ping pong) para el bote, en el caso que no cuenten podrían hacerla con pelotas de papel y sería directo el lanzamiento sin bote.

Variante lanzar a diferentes alturas. Si no se tiene pelotas que botan se puede cambiar los vasos por cuadros pintados en la mesa y lanzar bolitas de papel al mismo tiempo evitando que choquen.

Evaluación: Realizar un escrito en tu cuaderno redactando, ¿Como realizaste los lanzamientos a los vasos y que cambios en la posición del tiro debimos hacer para mejorarlo?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Todos somos uno

Materiales: Conos, aros, pañuelos, costalitos, vasos desechables pelota pequeñas o pelotas de calcetines.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

-¿Qué vamos a aprender hoy?

-¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?

-Introducción al tema.

-Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- En la línea media de la cancha hay dos cazadores que sólo pueden desplazarse horizontalmente.

El resto de los jugadores se sitúan en una orilla de la cancha mientras que en la otra se colocan varios implementos (pelotas, aros, etc.) como niños participen.

Los jugadores deben intentar rescatar un elemento del tesoro y regresar a su lugar evitando ser tocados, o bien distraer a un cazador para que uno de sus compañeros vaya a por el tesoro.

Aquel jugador que es tocado por un cazador queda eliminado. El juego termina cuando todo el tesoro ha sido rescatado, o todos los niños han sido cazados.

Hay que ponerse de acuerdo para crear una estrategia para recuperar el tesoro.

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C): Lanzamiento de aros:** los alumnos en una fila larga lanzaran un aro lo más lejos posible, la cancha estará dividida en 4 (cada división tendrá un valor 10-20-30-40), el alumno que logre lanzar más lejos obtendrá el mayor puntaje, cada alumno sumara sus puntos en 5 intentos, el alumno que obtenga mayor puntos gana.

A compartir (en casa):

1.- **Derribando la torre:** Se coloca a una distancia considerable 2-3 mts según el área disponible en casa, y se construye una torre o pirámide con vasos desechables, y tratan de derribarlos con ayuda de algunos monos de peluche, cambiamos de lugar y cambiamos la manera de lanzar.

Evaluación:

Por medio de un escrito redactar cronológicamente como fue la determinación y selección de las estrategias empleadas por su equipo en el juego del tesoro.

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Tú también puedes

Materiales: Aro, cuerda, pelota y cuaderno.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Quien dura más tiempo girando el hula hula con la mano, con la cabeza, con la cintura.

Quien dura más tiempo saltando la cuerda, con los dos pies, con un pie con el otro pie.

Quien puede lanzar y atrapar la pelota, sentado, hincado, acostado.

Quien puede desplazarse caminando, corriendo, saltando, gateando y en cuadrúpeda.

Quien puede mantener su equilibrio parado en un pie y en el otro pie.

Avanzando con un cuaderno en la cabeza.

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C): Las figuras:** el maestro describirá distintos objetos, figuras o animales y los alumnos dibujaran en su cuaderno el objeto descrito.

A compartir (en casa):

1.- Por parejas, cada participante propone tareas que ambos deben intentar cumplir: saltar un obstáculo o distancia acordada; cargar un objeto por determinado tiempo (10 segundos); equilibrar un objeto en alguna parte del cuerpo; adoptar una postura, lanzar y atrapar un objeto determinado número de veces, adoptar una postura corporal por cierto tiempo, imitar un paso de baile.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Rebote

Materiales: Bote y pelota de plástico.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Te reto a...: Entre los alumnos pondrán a prueba sus habilidades y las de sus compañeros. Un alumno podrá retar a algún compañero para que realice una actividad con alto grado de dificultad Ej. Lanzar la pelota hacia arriba dar una vuelta y atraparla con el bote. Para esto el alumno que reta tendrá que explicarla verbalmente y realizarla como ejemplo para que el alumno retado la realice posteriormente.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): El alumno se coloca frente a la pared (dibujar distintos puntos con valor) con la pelota en la mano dominante y el bote en la mano contraria, lanzara la pelota a la pared para que esta rebote en ella, realice un bote en el piso y pueda atraparla con el bote, cada alumno contara el puntaje de cada rebote dependiendo del puntaje del circulo, ganara el alumno que tenga más puntos.

A compartir (en casa):

1.- Volitoalla: Con la funda de una almohada (o toalla), una pelota pequeña (Calcetines hechos bola o un limón) y la ayuda de papá o mamá. Extender la funda colocar la pelota en medio y lanzarla hacia arriba para después atraparla con la misma funda.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Hockey

Materiales: Gis, piedras pequeñas, pelota pequeña y pañuelo.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- El Avión o mamaleché: Se puede jugar de manera individual, pero para mayor diversión se recomienda que sean dos o más los integrantes del juego. Se coge una tiza blanca y en las losas del suelo se dibujan cuadrados y se numeran del uno al diez. Después cada niño debe coger una bolita o una piedrecita “tirito” e ir tirando a cada número intentando que la piedra entre dentro de ese cuadrado, el primero en hacerlo brinca los cuadros con un solo pie, sin pisar los que tienen “tirito” porque de no hacerlo pierde su turno y le toca al siguiente. Gana el primero en llegar al diez.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Matatena: consigue piedritas del mismo tamaño y también una pelotita. Pon las piedritas en el piso. Por turno, cada jugador bota la pelotita tratando de recoger las piedritas y también la pelota, antes de que vuelva a botar en el piso. La pelota debe producir un bote aproximado de 30 centímetros de altura, a fin de que en ese lapso de tiempo los jugadores tenga tiempo de ir recogiendo las piedritas, que generalmente no son más de 10 piezas. La matatena se juega sobre una superficie lisa y plana, puede ser una mesa o el piso. De 1 en 1, de 2 en 2, de 3 en 3, de 4 en 4, de 5 en 5 y todas de un bote

A compartir (en casa):

1.- En casa preguntar a papas o abuelos un juego tradicional que conozcan y que sea sencillo de jugar para realizar en casa. En una hoja poner el nombre del juego y su explicación.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Vamos a jugar

Materiales: Pelota de tenis o basquetbol, aros y fichas de colores.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

-¿Qué vamos a aprender hoy?

Que el alumno fortalezca su base motriz, empleando dos o más habilidades en diversas situaciones de juego, a través de la combinación de habilidades de locomoción, estabilidad, manipulación y la combinación de dos o tres habilidades.

-¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?

Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

-Introducción al tema.

Las situaciones de aprendizaje deben estar integradas con elementos lúdicos, pues el juego es la forma más natural de aprender. En definitiva, es la primera actividad creadora del niño: la imaginación que nace y se desarrolla en el juego y viene a desembocar en la creatividad.

-Dar a conocer las reglas de participación.

Por la situación que estamos viviendo es importante trabajar con una cantidad no máxima de 15 alumnos, los cuales tendrán que traer cubre bocas en todo momento, mantener una sana distancia con los compañeros y el profesor, por ningún motivo manipular el material de algún compañero.

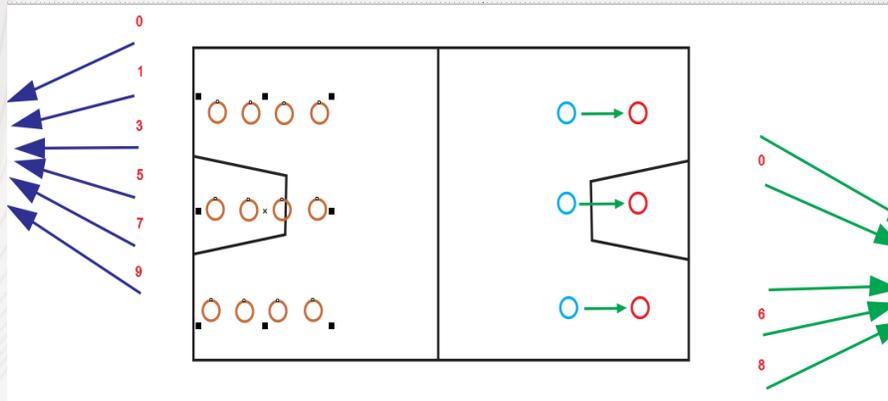
A divertirnos (en la escuela):

1.- Colocamos 3 o 4 filas de 4 alumnos máximo todos con su debida distancia **café**. Le entregamos una pelota a cada alumno y le pedimos a los alumnos que tomen un aro, el que ellos gusten.

Al silbatazo los que están enfrente tendrán que avanzar al aro **azul** botando la pelota al llegar se paran dentro y lanzaran rodando la pelota de forma lenta para que la misma quede dentro del aro **rojo**, si la pelota queda dentro del aro **rojo** la

toman regresan botando y se forman atrás, si no la pelota no queda dentro del aro vamos por ella y lo intentamos de nuevo, cuando regresen todos silbamos de nuevo para que salgan los que salgan los siguientes.

Podemos variar la actividad al avanzar (lanzando y atrapando la pelota, rodándola con mano izquierda o derecha etc.) o también cambiamos la actividad como competencia en relevos gana la fila que logre 1º meter todas las pelotas en su aro.



2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Dependiendo de la cantidad de alumnos, se colocan la misma cantidad de aros en la mitad de la cancha siguiendo la línea de basquetbol y se le otorga un número a cada aro, se le entrega una pelota de basquetbol a cada uno de los alumnos y se les pide que entren a uno de los aros de manera libre.

Se les indica que unos números corren a la canasta del lado izquierdo **azul** y que números a la canasta del lado derecho **verde** para que no se amontonen.

También les mencionamos que trabajaremos las operaciones básicas como suma, resta, etc. en esta actividad.

Al silbatazo saldrán botando la pelota hacia la canasta que les toca y la lanzamos hacia la canasta, cuando uno de los alumnos enceste, puede regresar a tomar uno de los aros (si trabajamos la suma) toma el más alto que es el 10 el que sigue el 9 y así sucesivamente, cuando todos terminen a cada alumno le asignamos la cantidad de puntos que tiene el aro en el que está parado, cuando sepa cuantos puntos gana, silbamos de nuevo para que repitan el mismo proceso echen canasta y regresen al aro con más puntos, le preguntamos al alumno que está en el aro que vale 10 ¿cuántos puntos tienes? (contesta 7pts los puntos de la canasta anterior) mas 10 que ganaste en esta y el tendrá que hacer la suma en su mente, seguimos con el aro de 9, 8, 7 etc. hasta terminar con todos.

Para terminar la actividad podemos poner por tiempo o hasta que un alumno llegue a una cantidad, también podemos mezclar con resta y los alumnos tendrán que tomar el aro con menos valor en ves del más alto.

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Lobo, ¿Qué hora es?

Materiales: Cuerda

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Se reúne a los niños en una línea del extremo de la cancha, se elige a un niño quien será el lobo y se le pide que se coloque al otro extremo de la cancha.

El señor lobo se voltea de forma que no pueda ver a los otros niños.

Los niños en la fila cantan todos juntos: = “¿señor lobo, que hora es?”

El señor lobo se voltea y responde por ejemplo las 4 en punto.

Los niños deben avanzar el número de pasos que dijo el señor lobo y repetir la pregunta, esperando la respuesta y así sucesivamente.

En cualquier momento el lobo puede contestar “Es hora de comer” y en ese instante corren para no ser atrapados por el lobo.

2.- (**Actividad de vinculación P.M. y L.C**): En grupos pequeños realizaran el juego del reloj, en donde los alumnos al momento de ir saltando tendrán que ir contando sus saltos que logren para después realizar una sumativa y comparar con otros equipos y así ver qué equipo realiza más saltos en total.

A compartir (en casa):

1.- **Juego del lobo:** Con ayuda de algún integrante de la familia, uno será el lobo y se coloca en un lugar distante.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Taparoscas

Materiales: 10 taparoscas, un bote de yogurt, cajas o botes.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Tapa roscas al bote: colocamos el bote de yogurth en un espacio libre de obstáculos, colocamos una tapa rosca en la cabeza, iremos caminando hacia el bote e intentaremos meter la tapa rosca al bote sin ayuda de las manos. (para actividad en la escuela, tomar la sana distancia y se puede trabajar por equipos).

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C):

Cada alumno llevará el conteo personal de cada tapa roscas al lanzar de una distancia de 2 m, que ha de introducir en el bote de yogurt, además en voz alta mencionará su conteo y también lo puede registrar con un gis en algún espacio del piso.

A compartir (en casa):

1.- Realizar las actividades anteriores en casa en lugares que tenga disponibles. (En caso de no contar con gis, se podrá registrar el conteo en alguna hoja pegada en la pared.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Retos

Materiales: Conos, pelotitas de papel y cesto.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Barrera Humana: Los alumnos se colocan en círculo alrededor de un aro u otro material mientras que un alumno se coloca fuera de este, a la señal del profesor el alumno que está afuera intenta tomar el implemento que se encuentra dentro del círculo de alumnos, los alumnos del círculo sin soltarse de las manos protegen el implemento.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Tiro al blanco: el alumno elabora 10 pelotitas de papel y las lanzara hacia un cesto, caja o bote, cada bolita encestanda cuenta 7 puntos, al final el alumno contara los puntos que hizo multiplicando por 7 cada bolita encestanda, comparar resultados con sus compañeros.

A compartir (en casa):

1.- Cuido el agua: Tomar el tiempo que dura el alumno en bañarse, cada día realizar el reto para ahorrar agua rompiendo el record, siempre y cuando el baño sea adecuado.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Juegos valiosos

Materiales: Cuerda, gis y piedras.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- El reloj: Cada persona por turnos realiza los saltos correspondientes a un número de las manecillas del reloj (1,2,3,4...12). Ejemplo: El primer jugador salta 1 vez y sale de la cuerda, el siguiente participante entra, salta 2 veces y sale, y así consecutivamente. El turno cambia cuando, un participante termina sus saltos, un participante pisa la cuerda. En este caso el jugador que sigue realiza el número que no se realizó.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): El avión: El primer jugador se para frente la casilla 1, avienta su piedra dentro de ella y brinca sobre un pie para caer en la casilla 2 y luego a la 3. Siempre sobre el mismo pie y sin pisar raya. Cuando llega a las casillas 4 y 5 puede apoyar un pie en cada una de ellas. Luego sigue en un pie a la 6 y salta a las 7 y 8, nuevamente apoyando un pie en cada una. Pisa con un pie en la 9 y cae con los dos en la 10. Gira de un salto y hace lo mismo pero ahora de regreso. Los compañeros en ocasiones preguntan una operación matemática con el número donde se encuentra colocado el alumno que esta saltando.

A compartir (en casa):

1.- Las escondidas: Se escoge a un integrante de la familia que busca a los demás y un punto de referencia en la casa como lugar de inicio.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

“Soy el más hábil del mundo”

Materiales: Botellas o conos y cinta de medir

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

-¿Qué vamos a aprender hoy? Uso de distintas formas de medición

-¿Cuál es el aprendizaje a trabajar? Resuelve problemas que impliquen cálculo mental o escrito de los productos de dos dígitos.

-**Introducción al tema.** Diferentes formas de medición (pasos o metros)

-**Dar a conocer las reglas de participación.** Propuestas por un equipo de alumnos

A divertirnos (en la escuela):

1.- Carrera de animalitos: Se establece un recorrido en el área disponible, (Cancha o patio) que esté libre de obstáculos y cada integrante del grupo que participe en el juego deberá indicar qué animal será para participar en la carrera. De acuerdo al animal que escojan es la forma en que se desplazan. Debe elegir mínimo 3 animales para hacer 3 recorridos. De acuerdo al número de integrantes se colocarán conos o botellas a una distancia de 3 mts. Aproximadamente uno del otro, o lo que el espacio permita para formar el campo de juego, si son 2 integrantes, línea recta, si son tres formando un triángulo, si son 4 cuadrado, etc. Ahora combina los desplazamientos (línea recta, triángulo y cuadrado); Ponerse de acuerdo para dar la salida.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Contar con pasos la distancia a recorrer y después con una cinta métrica y anotar en un cuaderno la distancia recorrida en pasos contra la distancia con cinta métrica y describe con una oración corta la forma en cómo desarrollaste el recorrido.

A compartir (en casa):

1.- En casa se invitara a familiares o hermanos a participar en la actividad y se utiliza botellas o vasos para delimitar el espacio de juego y realizar una cinta métrica de papel para medir la distancia.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Estaciones divertidas

Materiales: Botellas de plástico, pelotas de calcetines, una cubeta o bote, costalitos, vasos desechables y globos.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Estación 1. Pasar saltando las botellas sin tocarlas.

Estación 2. encestar las 5 pelotas en la cubeta sin usar las manos (lanzar sentado, tomando la pelota con los pies)

Estación 3. Realizar 10 saltos de cuerda sin equivocarse.

Estación 4. Derribar las 6 botellas con las pelotas, lanzando la pelota a 3 mts de distancia.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): La batalla de los globos: Cada uno tiene 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.

A compartir (en casa):

1.- El barquero: Se coloca alguien en medio de dos mesas separadas entre sí a próximamente 1 metro, con varios vasos desechables sobre las mesas, a la señal debe empezar a levantar cada vaso con una sola mano de acuerdo a su perfil, deberá lograrlo en el menor tiempo posible, ya sea un minuto o 2 minutos dependiendo el nivel de habilidad del alumno.

Intercambio de vasos: El reto consiste en 20 vasos por mesa o sustituir por objetos, a la señal deberá ir intercambiando uno por uno de mesa a mesa usando una mano

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Corcholatas voladoras

Materiales: Costalito, bote de plástico, aro, bastón, bola de papel, corcholatas, botellas cortadas a la mitad y pelotas de esponja.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Robo del tesoro: Los alumnos parados dentro de un aro y sobre un costalito a la señal deberán de salir a robar un costalito de alguno de sus compañeros y regresar a dejarlo dentro de su aro, gana quien acumule más costalitos en su aro. No se permite transportar más de 1 costalito.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Pases de plástico: Se colocan frente a frente dos alumnos con una pelota de esponja y un envase (botella cortada a la mitad). Lanzan la pelota y la atrapan con el envase; en desplazamiento (en carrera, realizando saltos, trotando en el sitio, etc.). Contar quien cacha mas.

A compartir (en casa):

1.- Formas jugadas: el alumno debe transportar por todo el espacio la pelota golpeándola con el palo, debe lanzarla hacia arriba y batearla lo más lejos posible, debe colocar botellas de plástico a una distancia razonable y tratar de derribarlas con la pelota golpeándola con el palo, hacer dominadas golpeando la pelota con el palo,

Evaluación:

¿Qué otra actividad puedes realizar con el material?

Anota las acciones que realizaste en tu cuaderno.

Al final el alumno debe describir de manera breve en su cuaderno la forma en la que coordinó su cuerpo y movimientos para llevar a cabo las acciones motrices.

Nivel: Primaria

Grado: 4°

“Recolectando pelotas”

Materiales: Pelotas de plástico, aros, pañuelos, taparrosas y un bote de yogurt 1lt.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Se esparcirá pelotas de plástico de colores por toda la cancha (también pueden ser pañuelos, fichas, etc), y los alumnos tendrán que agruparse por equipos del mismo número de participantes, los cuales estarán formados detrás de un aro en el cual depositan las pelotas que van a ir a recoger. Ganará el equipo que recolecte más pelotas.

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C):** Se realizará la misma actividad anterior, solo que el maestro dirá una resta de dos dígitos, la cual el alumno tendrá que resolver mentalmente y saldrá corriendo por el material y poner en el aro la cantidad correcta del resultado de la resta. (Ej. El maestro dice $22 - 20 = 2$, y el alumno irá por 2 pelotas y las pondrá en el aro, gana el que llegue primero).

A compartir (en casa):

1.- Se colocará un bote de yogurt de 1 litro en un lugar determinado y a una distancia de 5 metros una línea en donde pondrán 5 taparrosas las cuales tendrá que llevar de una en una tratando de hacer el menor tiempo posible, hacerlo 3 veces y después invitar a un integrante de su familia y ver quien lo hace en menos tiempo.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Las canicas

Materiales: Pelota, portería y palo o escoba.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Reconoce sus habilidades motrices en juegos que práctica o practicaban en su comunidad, estado o región, para participar en distintas manifestaciones de la motricidad.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Canicas: Se coloca el grupo en equipos según el número de personas, se traza en la tierra un círculo grande, en el cual, en el centro se realiza un hoyo. Los alumnos deben lanzar la canica para meterla en el hoyo, colocados en el piso, fuera del círculo, hasta lograr meter sus 10 canicas cada uno.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Escribe un juego que tú conozcas y ponlo en práctica con tus compañeros.

A compartir (en casa):

1.- Platica con tus papás o abuelos, de cómo ellos jugaban a las canicas cuando eran niños. Escribe en tu cuaderno lo relatado por tu familia.

Juega a las canicas según el juego que te platico tu familia que realizaban antes.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Sumando y restando

Materiales: Balones, bocina y aros.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Se divide al grupo en 2 equipos dos equipos y uno atrapara al otro con los aros, quien vaya siendo atrapado se colocara en el centro de la cancha y un compañero que no haya sido atrapado puede salvar a los que están en el centro.

2.- (**Actividad de vinculación P.M. y L.C**): Se divide el grupo en 2 equipos y cada alumno tendrá un número asignado, cuando el profesor diga una suma o resta y si el resultado da 5 correrán los dos alumnos que tengan ese número a agarrar la pelota de basquetbol y lanzara hacia la canasta el alumno que enceste primero ganará un punto y el equipo que perdió deberá bailar según la canción que se ponga.

A compartir (en casa):

1.- Realizar la siguiente actividad del video: [Tutorial Speed Stacks: El ciclo Jugadas Básicas - YouTube](#)

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Identificar emociones

Materiales: Tarjetas y hojas de papel.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Caras y gestos: Dividir el grupo en 2 equipos uno frente al otro y cada equipo tendrá el rol de realizar los gestos o emociones, se tomarán 5 tarjetas con diferentes gestos o emociones como enojo, feliz, triste, alegría, asombro, miedo. Por rondas cada equipo expresara esas emociones, el equipo contrario evitará reírse si alguno de los integrantes se ríe pierde esa ronda, al finalizar cada ronda se identificara en conjunto qué gesto o emoción se realizó. Gana el equipo que haga 5 puntos identificando las emociones.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Usa palabras y frases adjetivas y adverbiales para describir personas, lugares y acciones.

A compartir (en casa):

1.- Hacer un memorama con las emociones y cada vez que encuentre el par expresar esa emoción, un familiar tendrá que identificar tal emoción.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Director de orquesta

Materiales:

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- A cada equipo se le proporcionará el mismo material didáctico o bien se puede anticipar a los alumnos para que lleven de casa materiales a utilizar.

Se les dará un tiempo predeterminado para que organicen con los materiales una actividad, al finalizar este tiempo, cada equipo deberá explicar la actividad que han diseñado y los demás equipos deberán de realizar. El objetivo de las actividades es permitirles a los equipos realizar propuestas motrices y lúdicas.

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C):** Identifica el uso de oraciones impersonales en los reglamentos (deportivos) y las emplea al redactar reglas. Crear un juego con sus propias reglas.

A compartir (en casa):

1.- Realizar un circuito con diferentes obstáculos con material que hay en casa como sillas, palos de escoba, botes de plástico, sillones. Elabore en conjunto un reglamento del circuito.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia.

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Brincando obstaculos

Materiales: Calcetines, costalitos, botellas de plástico y material disponibles.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- El alumno lanzará un costalito lo más lejos que pueda e irá por él desplazándose de diferentes maneras como saltando, corriendo, hacia atrás, de lado etc.

Reúne diferentes objetos fáciles de saltar, pero que no sean peligrosos; distribuyen en un espacio amplio. El propósito es atravesar el lugar saltando todos los obstáculos y desplazándose de diferentes maneras; por ejemplo, brincando con un pie o avanzando en cuclillas. Cada objeto que vaya saltando deberá describirlo por ejemplo la caja es café y con forma de cubo o cuadrada.

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C):** Usa adjetivos y adverbios para describir personas y acciones de tu familia. Ejemplo: Yo me llamo Alvaro, tengo 25 años, soy alto y delgado, tengo pelo corto y ojos verdes; Tengo piel clara y peso unos 70 kilogramos y además me gusta hacer ejercicio.

A compartir (en casa):

1.- Jugar al tiro al blanco con pelotas hechas con calcetines y botellas de plástico, deberá tumbar las botellas con el calcetín a cierta distancia.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

“Desafiando enigmas”

Materiales: Tarjetas con encomiendas, palabras o símbolos.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

-**¿Qué vamos a aprender hoy?** Que nuestro cuerpo posea distintas habilidades que pueden ser aplicadas en distintas situaciones y que también tienen limitantes para realizar otras acciones en la vida cotidiana.

-**Introducción al tema.**

-**Dar a conocer las reglas de participación.**

A divertirnos (en la escuela):

1.- Enigma: el docente y la docente esconderá por toda la escuela diferentes tarjetas con distintas encomiendas a realizar, cada encomienda tendrá actividades físicas a realizar (Salta con un compañero con pies juntos tomados de la mano, imita a un bailarín profesional, etc.) cada logro tendrá que realizarlo frente al profesor, si se realiza correctamente, el profesor le dará una pieza de una sucesión aritmética que tendrá que ir formando mediante la realización de las actividades, al finalizar la actividad se integrarán todas las pistas y el alumno realizará cada pista encontrada para formar la rutina de ejercicios.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): En las tarjetas a esconder se les colocaron números o símbolos que el alumno tendrá que identificar y formar la sucesión para lograr encontrar el resultado del enigma al final.

A compartir (en casa):

1.- Enigma: un integrante de la familia esconderá por toda la casa diferentes tarjetas con palabras a formar, para ir a buscar cada tarjeta el jugador le dirá de qué forma se desplazará a buscar cada tarjeta, cada vez que encuentre una tarjeta tendrá que cambiar de patrón básico de movimiento, al encontrar todas las tarjetas tendrá que formar el mensaje para corroborar que si esta correcto.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Observaciones: Se variara la cantidad de tarjetas que se utilizaran, el tiempo de búsqueda o recolección, las actividades o formas a realizar en cada tarjeta.

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Avión y dados divertidos

Materiales: Gis, piedra plana, bola de papel mojado o un objeto que puedas aventar y que no rebote mucho, dados, cuaderno y lápiz.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

-¿Qué vamos a aprender hoy?

Combinen dos o tres habilidades que requieran del control de sí para resolver tareas individuales y colectivas.

-¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?

Ajustar acciones conforme a diversas reglas como: locomoción-manipulación, manipulación-estabilidad o estabilidad- locomoción.

-Introducción al tema.

-Dar a conocer las reglas de participación.

Expliquen qué acciones realizaron y las relacionen con situaciones de su vida diaria (significado e intencionalidad). Respondan en qué tareas tienen que combinar sus habilidades motrices con las de sus compañeros, qué efecto tiene tomar decisiones en el juego, en qué acciones de la vida diaria combinan sus habilidades motrices, entre otras.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Avioncito Matemático: Se dibujaran 10 cuadros en el piso y en cada uno de ellos el alumno escribirá una tabla de multiplicar que más se le dificulte. En total tendrás 10 cuadros con 10 diferentes multiplicaciones. Cada participante, al iniciar su turno, lanza su piedra detrás del primer cuadro, El objetivo es pasar por cada uno de los cuadros, ida y vuelta, sin salirse del esquema y sin pisar las líneas, omitiendo la casilla en la que se encuentra la piedra. El jugador debe llegar hasta el “cielo” y cuando va de regreso a la “tierra” deberá decir el resultado de la multiplicación que le toco y recoger la piedra de la casilla sin perder el equilibrio. Al terminar deberá escribir en su cuaderno el procedimiento y el resultado de la multiplicación que le toco. Los niños se pueden ir turnando para que cuando todos hayan pasado por todos los cuadros de multiplicaciones ahora sea otro jugador el que anote las nuevas multiplicaciones.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Resuelve problemas que implican multiplicar mediante diversos procedimientos. Se vincula directamente con el juego “avioncito matemático” a través de la resolución de operaciones de multiplicación.

A compartir (en casa):

1.- Dados divertidos: Lanza los 2 dados al mismo tiempo y realiza el ejercicio que corresponde a la suma de los dos dados.

| Suma | Actividad a realizar |
|------|---|
| 2 | Dos saltos sobre 1 pie |
| 3 | Tres giros en tu lugar |
| 4 | Rodar en el suelo 4 veces |
| 5 | Lanzar y atrapar 5 veces un objeto |
| 6 | Combina dos retos |
| 7 | Inventa un baile de 6 segundos |
| 8 | Ocho saltos lo más alto que puedan |
| 9 | Inventa un saludo utilizando diferentes partes del cuerpo |
| 10 | Diez saltos, abre y cierra piernas y brazos |
| 11 | Corre en tu lugar 11 segundos |
| 12 | Combina dos retos |

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Los números

Materiales: Balones de basquetbol, bote y pelota (calcetines).

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Se divide al grupo en 2 equipos con la misma cantidad de integrantes, a cada integrante de cada equipo se les asigna un número y se colocan a un costado de la cancha un equipo frente al otro, se colocan 2 balones entre ellos.

La actividad comienza cuando el profesor grita un número y los niños a los cuales se les asignó ese mismo número corren a tomar un balón y botando llegar a canasta y tirar al aro, el primero que logre encestar obtiene un punto para su equipo.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Se divide al grupo en 2 equipos con la misma cantidad de integrantes, a cada integrante de cada equipo se les asigna un número y se colocan a un costado de la cancha un equipo frente al otro, se colocan 2 balones entre ellos.

La actividad comienza cuando el profesor grita una operación matemática ya sea sumas, resta, multiplicación. Tendrán que realizar la operación y obtener el resultado, los niños a los cuales se les asignó ese mismo número corren a tomar un balón y botando llegar a canasta y tirar al aro, el primero que logre encestar obtiene un punto para su equipo.

A compartir (en casa):

1.- Utilizaremos un cesto de ropa, una cubeta o algo que tengan a la mano para encestar, y para lanzar se utilizaran calcetines o cualquier cosa que tengan a la mano que no les genere un peligro, con ayuda de algún integrante de la familia, el niño tiene 5 intentos para lanzar y el número de los encestes logrados los multiplicará por un número que la persona que le esté ayudando le proporcionará, por ejemplo., si logra encestar 4, y se le indica X5 el niño realizara la operación $4 \times 5 = 20$. Realizarlo en varias ocasiones y cada vez que realice la operación correctamente obtendrá un punto, se pueden invertir los papeles después de varios intentos.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Saltos y saltos

Materiales: Cuerdas, música, tarjetas

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

-**¿Qué vamos a aprender hoy?** Experimenten la combinación de habilidades de locomoción, estabilidad y manipulación.

-**Dar a conocer las reglas de participación.**

-Seguir las reglas para trabajar en clase (protocolo de salud y/o reglas de convivencia)

-Cada alumno realizara su trabajo de forma individual.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Salto inicial: saltar la cuerda el mayor número de veces posible

Salto loco: inventar distintos tipos de saltos (girando, con un pie, etc.)

Salto con ritmo: saltar cantando una canción.

Saltar como el reloj: ir saltando con la hora del reloj 1 hora un salto, 2 horas 2 salto y así sucesivamente.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Organizar al grupo en equipos y entregarles a cada uno 5 tarjetas, en las tarjetas tiene escrita las palabras ocho, cuatro, tres, cientos y mil. Dar la consigna con las tarjetas que les entreguen van a formar 10 nombres de números 5 tarjetas por ejemplo puede escribir número 4003. Escriban en su cuaderno todos los nombres de números que encuentren tienen que escribirlo también con cifras y las ordena de menor a mayor.

A compartir (en casa):

1.- Realizar la misma actividad 1 en casa y haciendo una competencia en familia de mayor número de saltos.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

El cuento

Materiales: De acuerdo a lo que el docente o familia tenga disponible.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C: Cuento motor “cheto el niño del circo”. Se coloca material didáctico desparramado por la cancha. Comenzamos platicándole a los niños que Cheto es un niño que vive en el circo y comenzamos a imaginar que todos somos Cheto y realizamos las actividades que va realizando, un día Cheto se levantó por la mañana (todos nos levantamos y estiramos con cara de sueño), después se fue al baño y se lavó la cara, así se le quito el sueño. Muy alegre comenzó a vestirse (todos simulamos ponernos las prendas de vestir. Seguimos platicando y les mencionamos que de pronto se encontró un aro y todos toman un aro de la cancha y comienzan a realizar movimientos con él y a partir de este momento el cuento lo van completando los niños con sus aportaciones, tratando de utilizar todo el material que se pueda y su imaginación.

A compartir (en casa):

1.- Escribir en un cuaderno el cuento que se realizo. En casa tomando en cuenta las cosas que tienen los niños en su hogar realizaran un escrito de un cuento motor partiendo del ejemplo de cheto el niño del circo, después lo desarrollaran junto con los integrantes de la familia que lo acompañen. Cuento motor “cheto el niño del circo”.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

La casa del balón

Materiales: Balones.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Sobre un terreno dividido en tres partes, los equipos se sitúan en las partes extremas dejando libre la zona central llamada, zona libre. Todos los alumnos de cada equipo disponen de una pelota. En el centro de la zona libre se colocan una serie de balones más pesados que los que utilizarán los alumnos/as para lanzar. A la señal los alumnos/as indiscriminadamente lanzan su pelota contra los balones pesados que hay situados en el centro con la intención de llevarlos a la zona contraria y así poder ganar. A cada pelota que cruce hacia el lado contrario se le asigna una puntuación.

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C):** Resuelve problemas que impliquen cálculo mental o escrito de productos de dos dígitos.
<https://www.educaciontrespuntocero.com/recursos/juegos-de-tablas-de-multiplicar/#Multiplica-con-las-estrellas>

A compartir (en casa):

1.- [TORO FUERTE - YOGA EN EDUCACIÓN FÍSICA - YOGA PARA NIÑOS / AS - YouTube](#)

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

El transportador

Materiales: Conos, botellas, cuaderno y lápiz.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Colocaremos 4 conos uno frente a otro con una distancia aproximada de 1 metro, el alumno o alumna deberá colocarse un cono en la cabeza mientras se desplaza de diferentes maneras entre los conos, una vez realizado esto llega el turno de que el alumno proponga donde colocar el cono así como el trayecto y forma de desplazamiento.

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C):** El alumno o alumna realizará por escrito una argumentación sobre su punto de vista de la actividad y la leerá al grupo.

A compartir (en casa):

1.- Jugar en familia carreras entre los conos o bien usar botellas, de diferentes formas, saltando, girando y otras formas que se propongan.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Campo minado

Materiales: Aros y tarjetas con operaciones matemáticas.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Se colocan dos filas de aros de forma paralela, en uno de los aros se coloca una tarjeta con una "x" y en el otro aro se coloca una tarjeta con una carita feliz, las tarjetas se colocan boca abajo para que no se vean. Al inicio de las filas de aros se colocan los alumnos formados. El objetivo es ir avanzando y lograr llegar al otro extremo de la fila de aros. Si te colocas en un aro y te sale una carita feliz puedes avanzar al siguiente nivel, si te sale una "x" pierdes y sales de la fila.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Se colocan dos filas de aros de forma paralela, en uno de los aros se coloca una tarjeta con una "x" con una operación matemática y en el otro aro se coloca una tarjeta con una carita feliz. Al inicio de las filas de aros se colocan los alumnos formados. El objetivo es ir avanzando y lograr llegar al otro extremo de la fila de aros. Si te colocas en un aro y te sale una carita feliz puedes avanzar al siguiente nivel, si te sale una "x" tienes la oportunidad de seguir avanzando si resuelves correctamente la operación matemática, si fallas sales de la fila.

A compartir (en casa):

1.- Con ayuda de algún integrante de la familia se realizan 12 tarjetas, en 6 de ellas se coloca una "x" y en el resto una carita feliz. Se colocan en el piso de dos en dos, de modo que de un lado quede la x y del otro la carita feliz, alternados. Un integrante acomoda las tarjetas y el otro tiene que ir avanzando tratando de llegar al otro extremo. El objetivo es llegar al final de donde están las tarjetas con el mayor número posible de caritas felices. Cuando uno complete el recorrido se cambian de funciones y al final gana el que en su recorrido logró mayor número de caritas.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

“Las frutas”

Materiales: Aros y sillas.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Se colocan 4 aros formando un cuadrado y en el centro del cuadrado se coloca otro aro, se divide a los integrantes del grupo en 4 equipos y se integran en cada aro y se les asigna el nombre de una fruta. Se asigna a un niño que sea el comprador de frutas y se coloca en el aro del centro. El comprador de frutas dice “quiero una canasta de alguna fruta (manzana, durazno, sandía etc). Si algún equipo es la fruta que el comprador pidió, todos los equipos tendrán que cambiarse de aro tan rápido como puedan para que el comprador no les gane su lugar. El último en llegar a su aro toma el lugar del comprador.

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C):** Conoce las características y la función de los reglamentos y es capaz de redactar y dar a conocer un reglamento. Redactar en su cuaderno las modificaciones que pueden realizar al juego de frutas.

A compartir (en casa):

1.- Se les asigna el nombre de una fruta a los integrantes de la familia o vecinos, amigos que se encuentren en ese momento, y se colocan en un círculo separados entre ellos, al centro se coloca el comprador de frutas. El comprador de frutas dice “quiero una canasta de alguna fruta (manzana, durazno, sandía etc.). Si algún integrante es la fruta que el comprador pidió, todos tendrán que cambiarse de silla tan rápido como puedan para que el comprador no les gane su lugar. El último en llegar a su silla toma el lugar del comprador. El alumno tendrá que explicar el reglamento de juego a sus familiares.

Evaluación:

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Saltos informativos

Materiales: Hojas de folletos o periódico, música, cinta adhesiva (opcional), calendario y moneda.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

-**¿Qué vamos a aprender hoy?** Como nuestro cuerpo se mueve de diferentes maneras y se pueden utilizar diferentes objetos para realizar las distintas actividades y juegos.

-**¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?** Patrones básicos de movimiento
-Introducción al tema.

-**Dar a conocer las reglas de participación.**

A divertirnos (en la escuela):

1.- Se formarán equipos de 6 o 7 integrantes, cada integrante con dos hojas de periódico cada uno, cada equipo en cooperación distribuirán las hojas de folletos o periódico por el área de trabajo, formando una operación matemática con ellas sobre el suelo, en este caso (multiplicación) y con el espacio suficiente entre una y otra para ir saltando sobre ellas, al sonar la música se desplaza moviendo las partes de sus cuerpo que cada alumno elija, cada uno saltara individualmente sobre ellas, las recogerá y leerá lo que viene escrito en cada una de las hojas y las dejara en su lugar, y así sucesivamente hasta terminar el recorrido establecido por cada equipo, al final cada equipo en cooperación mencionan lo que entendieron sobre la lectura en todo su recorrido.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Se le dará oportunidad a los alumnos que expresen la información que observaron en la lectura en su recorrido, así como la multiplicación que plasmaron en el suelo con las hojas de los folletos, y si su resultado fue el correcto etc.

¿Cómo se sintieron al realizar la actividad?

A compartir (en casa):

1.- En medio de la mesa se coloca el calendario por lo menos a tres pasos de distancia de la mesa, el alumno lanzará en varias ocasiones una moneda sobre el calendario, conquistando el número del día sobre el que se detiene la moneda y con esos números realizará una o varias multiplicaciones. Desde este momento en adelante, será considerado nulo cualquier lanzamiento que deje una moneda sobre ese número y día. A medida que avanza el juego, es más difícil realizar un lanzamiento válido, pues cada vez hay más números y días ocupados. Variante: Cada vez que el alumno realice un lanzamiento sobre una casilla que ya está ocupada, deberá realizar saltos de tijera, joggies o sentadillas según el número de la casilla.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Observación: Si por alguna razón del clima, (hace viento se utilizara masking tape para pegar las hojas al piso para evitar que salgan volando)

Se realizarán adecuaciones pertinentes para atender a los alumnos que requieran apoyo y promover permanentemente la inclusión en todo momento.

Nivel: Primaria

Grado: 4°

“Par o impar”

Materiales: Internet, cuaderno, lápiz y pluma.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Calles y callejones: se pondrán los alumnos en filas con los brazos abiertos a los lados formando un callejón, a la señal del profesor giran hacia un lado y formarán calles, un alumno tendrá que atrapar a otro el cual solo podrán pasar por los espacios que se forman.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C):

Utiliza el algoritmo convencional para resolver sumas o restas con números naturales. <https://la.ixl.com/matematicas/4-grado/estimar-sumas-de-numeros-naturales?promo=promo20>

Cada alumno por parejas estará frente a frente en fila separados a 2 metros de distancia, una hilera será la de los jugadores pares y la otra de los impares. El profesor gritara una suma o resta en voz alta, si el resultado es par, los jugadores que hemos denominado pares intentan atrapar (tocándose por la espalda) a los impares antes de que estos lleguen al otro lado, si el número es impar, los impares intentarán atrapar a los pares. El alumno podrá apoyarse de un cuaderno y una pluma o lápiz para poder realizar las operaciones.

A compartir (en casa):

1.- Ver el siguiente video [RAYUELA AFRICANA - YouTube](#) y realizar las actividades.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

“Cumpliendo me divierto”

Materiales: Balones, conos, bocina y música.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Al ritmo de una canción los alumnos se moverán haciendo ejercicios de ABC como elevar rodillas, talones, puntas y cuando la canción se detenga se quedarán estáticos guardando el equilibrio y cuando reinicie la canción continuarán con los ejercicios. Pasa el balón: en equipos de 4 o 5 jugadores situados en un extremo del campo de juego deberán colocar el balón lo más rápido posible al otro lado de la cancha, el balón no debe tocar el suelo antes de ser colocado, el poseedor del balón no podrá dar más de 3 pasos, no está permitido devolver el balón al que la acaba de pasar. Gana el equipo que coloque primero el balón en el otro lado.

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C):** Conocer las características y la función de los reglamentos deportivos.

A compartir (en casa):

1.- En casa hacer la actividad de los pases pero sustituir la pelota por una hecha con calcetines y se juega contra reloj o también quien haga 10 puntos.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Con reglas juego mejor

Materiales: Conos, pelotas, palos, hojas de papel, objetos de diferente color, botellas

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Establece acuerdos con sus compañeros al identificar y aceptar las reglas de juego, para favorecer la participación, la interacción motriz y el diálogo.

Introducción:

-¿Qué vamos a aprender hoy? Establecer reglas de juego

- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar? favorecer la participación, la interacción motriz y el diálogo.

-**Introducción al tema:** ¿Dónde se utilizan los reglamentos?

-**Dar a conocer las reglas de participación.**

A divertirnos (en la escuela):

1.- Los pilares. Coloca los 5 conos de plástico en fila a una distancia de 1 metro entre ellas, al final de la fila, coloca un vaso desechable puesto de lado para insertar la pelota, toma un palo de escoba o bastón y desplaza la pelota alrededor de los conos manteniendo el control y una vez terminada la vuelta pégale a la pelota para insertar al hoyo del vaso, si no lo logras repite la secuencia, hasta que lo logres, el primero que lo logre de todos los compañeros levanta la mano. Así sabremos los primeros lugares.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C). Las fracciones Material necesario: un objeto de color amarillo y un objeto de color verde (se pueden usar los colores que tengan disponibles; 10 hojas de papel con las siguientes fracciones: (1, 1/4, 2/4, 3/4, 4/4) una fracción por cada hoja, al final tendrás cinco pares de hojas con las mismas fracciones.

Antes de iniciar: debes elegir el espacio donde jugarás y colocar tu material de la siguiente manera:



Se debe de dividir en equipos de 3, donde 2 jugadores serán los jugadores y el otro será el moderador. Para comenzar se deben de parar sobre el número “1” mirando hacia los objetos que dividen la zona de tu compañero y tu zona. El moderador debe ir nombrando las fracciones a las cuales los jugadores se deben mover, en voz alta, por ejemplo: si dice, “un cuarto”: ambos jugadores deben mover se hacia la fracción $1/4$; si dice, “tres cuartos”: ambos jugadores se mueven a la fracción $3/4$; en el momento en que se mencione “verde” ambos jugadores deben tratar de levantar primero el objeto del color mencionado, el que lo logre primero, gana la partida. Y el moderador pasa a ser jugador y el que perdió será moderador.

A compartir (en casa):

1.- Las botellas. Coloca las 5 botellas de plástico chicas en fila a una distancia de 1 metro entre ellas, al final de la fila, coloca un vaso desechable puesto de lado para insertar la pelota, toma el palo de escoba y desplaza la pelota alrededor de las botellas manteniendo el control y una vez terminada la vuelta pégale a la pelota para insertar al hoyo del vaso, si no lo logras repite la secuencia.

Evaluación:

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

El periódico

Materiales: Periódico

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan.

Introducción:

- **¿Qué vamos a aprender hoy?** Desplazamiento y manejo de diferentes objetos
- **¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?** Explorar sus habilidades motrices
- **Introducción al tema.** ¿Dónde utilizas tus habilidades motrices en tu vida diaria?
- **Dar a conocer las reglas de participación.**

A divertirnos (en la escuela):

1.- Lectura andante

Todos los alumnos comienzan a la señal del profesor a caminar leyendo el periódico en voz alta sin chocarse con los compañeros. A la señal dejar las hojas de periódico por el suelo y levantar otra y continuar leyendo.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Comentando las noticias. Leer los principales anuncios publicitarios y comentar su contenido con los compañeros.

A compartir (en casa):

1.- Noticias: Comentar una noticia relevante de tu comunidad con tu familia.

Evaluación:

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Me divierto y gano

Materiales: Pelotas

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan.

Introducción:

- **¿Qué vamos a aprender hoy?** Desplazamientos
- **¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?** Habilidades motrices
- **Introducción al tema.** ¿Cómo nos adaptamos en nuestra vida?
- **Dar a conocer las reglas de participación.**

A divertirnos (en la escuela):

1.- Congelados. Se les indica a los alumnos que uno de los niños tendrá un balón y el será el congelador. El resto del grupo deberá huir del niño que es portador de la pelota. El niño que tiene el balón deberá seguir y tocar con la pelota a alguno de sus compañeros, de conseguirlo, el niño que fue tocado quedará congelado. Si alguien se encuentra congelado podrá ser rescatado con la ayuda de sus compañeros al pasar por debajo de sus piernas.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C). Contando pasos. Medir cuántos pasos dio para poder tocar y congelar a su compañero

A compartir (en casa):

1.- La Roña. Jugar a la roña con la familia, tocar a su familiar con la mano en la espalda, sin empujarlo para evitar accidentes. El que fue tocado trae la roña y la pega a otro.

Evaluación:

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Muevo mi cuerpo

Materiales: Pelotas de plástico o de papel

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan.

Introducción:

- **¿Qué vamos a aprender hoy?** Desplazamientos
- **¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?** Habilidades motrices
- **Introducción al tema.** ¿Cómo nos adaptamos en nuestra vida?
- **Dar a conocer las reglas de participación.**

A divertirnos (en la escuela):

1.- Malabaristas peloteros: Cada alumno con una pelota pensará las siguientes indagaciones y después responderá con acciones motrices: ¿Quién puede arrastrar la pelota? ¿Con qué otra parte del cuerpo podemos hacerlo? ¿Quién puede transportar la pelota en su cuerpo sin que se caiga al piso? ¿Podrán arrastrarla con una mano? ¿Podrán ahora hacerlo con la otra?

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Midiendo la distancia. Medir las diferentes distancias a las que llegaron con la pelotita y sacar la diferencia con sus compañeros

A compartir (en casa):

1.- Las palmas: *Con alguno familiar proponerle este reto.*

Se trata de lanzar al aire la pelota y dar palmadas antes de recibirla. ¿Quién logrará el mayor número de palmadas mientras la pelota está en pleno vuelo? Variantes: Cada jugador inventa una secuencia de palmadas a diferentes alturas (sobre la cabeza, a la altura de la cintura, por detrás de la espalda y la muestra a su pareja o en pequeños grupos para que éstos la reproduzcan.

Evaluación:

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Aprendo cuando me muevo.

Materiales: Aros, cuerdas, conos, zancos, costalitos, papel, gis, daos, pelotas, colchonetas

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan.

Introducción:

- **¿Qué vamos a aprender hoy?** Desarrollar el P.M., mediante un circuito motor reforzando la suma y resta.
- **¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?** Desarrollo de habilidades motrices y P.M.
- **Introducción al tema.** Preguntas previas al azar
- **Dar a conocer las reglas de participación.**

A divertirnos (en la escuela):

1.- Circuito motor: El profesor explicara que es un circuito motor y así mismo creara uno con el material disponible, para iniciar la actividad el profesor previamente, crea cartoncillos de sumas y restas de baja denominación, estos los ubicara al inicio del circuito y al final del mismo, otros cartoncillos con la respuesta. Los cartoncillos de suma y resta están numerados del 1 al 6, el alumno con el dado lo lanzara si cae el número 2, buscara el cartoncillo que está en el número dos, lo resolverá y pasara por el circuito y encontrará la respuesta al final del circuito.

Variante: el alumno crea el circuito, propone formas de realizarlo, así como las operaciones a resolver.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C). Calculando los puntos: Cada elemento del circuito tiene un valor, por ejemplo, el aro vale 2, el dado vale 5, el docente creara dos equipos y les dirá una operación matemática y cada equipo la realizara con los objetos según su valor, gana el que lo haga más rápido.

A compartir (en casa):

1.- Circuito motor en casa: Con todo el material disponible en casa, creara un circuito motor, puede ser apoyado por su familia en la construcción del mismo, se establecen reglas de cómo realizarlo, operaciones a resolver, así como retos a vencer. El alumno (a) explicara a la familia como realizo este trabajo en clase para dar una noción de que se trata y así llevarlo a cabo.

Evaluación:

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Me muevo y juego con los números

Materiales: Bocina, internet, audio.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Los alumnos se desplazarán por el área de trabajo, donde estarán distribuidos varios conos, con ayuda de un estímulo auditivo imitarán el movimiento de algún animal por ejemplo conejo (saltando), cuando el estímulo auditivo se detenga, los alumnos correrán rápidamente y buscarán un cono para colocarse en uno de ellos ¿Qué otro animal conoce para poder desplazarnos?

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C):** Escribe textos sencillos para describir personas, animales, plantas u objetos de su entorno. Recolecta datos y hace registros personales. Los alumnos se colocarán en algún cono que estarán distribuidos por el área de juego, con ayuda de un estímulo auditivo los alumnos se desplazarán por toda el área de juego primero caminando, cuando el estímulo auditivo se detenga, el profesor dirá un número 2, 3, 4 o 5 los alumnos correrán rápidamente y buscarán un cono para agruparse de acuerdo al número indicado por el profesor. ¿De qué otra manera podemos desplazarnos?

A compartir (en casa):

1.- El alumno elegirá 4 juguetes y 5 platos a los cuales les pondrá un valor a cada uno de ellos, por ejemplo 10, 45, 70, etc. el alumno se pondrá a una distancia aproximada de 1.5 metros a 2 metros, de los platos que estarán en el piso, se lanzará un juguete tratando de que este caiga dentro del plato, si es así se apuntará el número del plato para ir contando y llegar a la meta de 300 puntos, cada vez que tenga que ir por el juguete que enceste o no, tendrá que desplazarse de diferentes formas, por ejemplo, saltando con un pie, con pies juntos, etc.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

“Recolectores”

Materiales: Aros, tapa roscas de colores roja, blanca, naranja, azul y verde (deben ser 5 colores), música, globos.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Actividades recreativas: “Juego recolectores”

En todo el contorno de la cancha se pondrán los aros grandes y cada alumno se mete dentro de un aro, convirtiéndose este en su casita o cuartel.

Dentro de toda la cancha estarán distribuidas todas las tapas revueltas todos los colores. El maestro o los mismos alumnos pueden sugerir las actividades a realizar, por ejemplo:

- 1.- A la señal deben ir a recolectar solo tapitas azules y tienen un minuto para juntar el mayor número de tapas y meterlas a su cuartel. (Pueden usar ambas manos, pero no juntas). (Sugerir otros colores) y cada quien cuenta cuantas tapas logro juntar.
- 2.- A la señal deben ir a recolectar todas las tapas posibles de cualquier color y tienen un minuto para juntarlas y meterlas a su cuartel. Solo usar la mano derecha e izquierda. (Cada alumno cuenta las tapas que junto.
- 3.- Sugerencias de los alumnos.
- 4.- Hacer 5 equipos y cada equipo deberá llevar las tapas a un cuartel en común, igual diferentes opciones, de preferencia que sean todas las tapas que hay en la cancha y al final todo el equipo cuenta las tapas.

Nota. - entre cada actividad se deben devolver las tapas a la cancha antes de comenzar la otra actividad y la señal para comenzar cada actividad o competencia es cuando comience la música (para motivarlos más)

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Recolectores.

Las mismas actividades anteriores, pero se les dará la encomienda de sumas, restas, multiplicaciones o las mismas tablas de multiplicación. Ejemplo:

1.- Irán por el número de tapas de cualquier color del resultado de la siguiente operación: $100 - 80 = ?$ (nadie debe decir el resultado, solo deben de ir por las tapas de su resultado)

2.- Irán por el número de tapas de cualquier color del resultado de la siguiente operación: $9 \times 3 = ?$ (nadie debe decir el resultado, solo deben de ir por las tapas de su resultado)

3.- Así sucesivamente, se le pregunta al maestro de grupo en que operaciones se le puede apoyar de acuerdo a las necesidades del grupo.

A compartir (en casa):

1.- Realizar una actividad en donde se le pongan retos al niño en golpear un globo el número de veces que del resultado de las operaciones (sumas, restas, multiplicaciones, etc.

Evidencia: Grabar un pequeño video con tu trabajo y fotos tipo collage.

Ejemplo: El padre de familia le dice $5 \times 5 =$ y el niño deberá golpear el globo 25 veces sin que se caiga y así sucesivamente

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Coordinación

Materiales: Aros, rollo de papel, conos, cuerdas, bastones, hojas de papel

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: 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.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.-Reto "Circuito 6 Animalitos" El objetivo de esta sesión es que el alumno se mueva por determinada área superando un circuito, tomando la decisión de cual desplazamiento es mejor para superar la estación.

El circuito que se propone es el siguiente:

- 1.- Primero colocar algunos obstáculos para que el alumno los salte como canguro.
- 2.- Dibujar en el piso dos líneas para realizar movimientos laterales imitando a un cangrejo.
- 3.- Al terminar colocar una tabla larga o dibujar una línea horizontal para pasarla en equilibrio como si fueran un pato
- 4.- Buscar o formar un túnel para que el alumno repte como cocodrilo
- 5.- Poner hojas a distintas distancias para saltarlas como rana
- 6.- Ubicar algunos objetos que se tenga a la mano para librarlos en forma de zigzag en cuadrúpeda. https://www.youtube.com/watch?v=2JSE_WJM7Tc

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): El objetivo de la actividad es que el alumno identifique correctamente diferentes tipos de formas geométricas utilizando sus habilidades motrices, en esta actividad, se utilizarán conos de señalización para crear un geo plano grande 4x4, además de un rollo de papel higiénico. El reto consiste en formar las distintas figuras geométricas utilizando el papel higiénico. Los retos a superar son los siguientes: 1.- Traza una línea que unos 6 conos 2.- Dibuja un cuadrado 3.- Dibuja un rectángulo 4.- Dibuja un triángulo 5.- Dibuja un Barco 6.- Dibuja algo de tu propia creación (se creativo). 6 retos: Geoplano Motriz <https://www.youtube.com/watch?v=4PvbvPmKHGU>

A compartir (en casa):

1.- Realizar una actividad en la que el alumno ponga en práctica el juego tradicional de piedra, papel o tijeras en tres retos modificados. Para realizar los retos necesitaremos realizarlo en parejas. Los retos a superar son los siguientes:

1.- Piedra, Papel o Tijeras tradicional.

Juego tradicional en el que piedra le gana a tijeras, tijeras a papel y papel a tijeras.

2.- Cuidado con el Piedra, Papel o Tijera
Por pareja juegan al "piedra papel tijera", el que pierde se coloca una bandeja en la cabeza y el que gana trata de pegarle en la cabeza con un papel enrollado.

3.- Más veloz que Piedra, Papel o Tijera
Por pareja juegan al "piedra papel tijera", el que pierde es perseguido hasta la zona delimitada por el ganador, y si empatan se dan un fuerte abrazo.

3 Retos Piedra, Papel y Tijera Motriz: <https://www.youtube.com/watch?v=-4Pk2YmWSHk>

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Desplazamientos

Materiales: Tapas de colores, aros, caja, toalla, silla o mesa.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- El hormiguero: Realizar parejas, tercias o grupos, dependiendo del número de alumnos y el espacio disponible. Los alumnos colocarán su hormiguero (aro) alejado de los demás equipos. El profesor deberá distribuir las frutas (tapas de colores) por todo el espacio de manera que todos los equipos puedan tomarlas. A la señal del profesor, las hormigas deberán recolectar la fruta que se le indique relacionando la misma con el color de la tapa. (Ejemplo: A la cuenta de 3 deberán recolectar uvas, las hormigas deberán ir por tapas moradas para meterlas dentro de su hormiguero). Algunas consignas a utilizar: Las hormigas deberán ir a recolectar la fruta solicitada.

A) CAMINANDO B) CORRIENDO C) SALTANDO D) GATEANDO E) REPTANDO y de otras formas propuestas por ellos mismos mediante cuestionamientos directos.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Tapas mágicas: Al inicio de la actividad, se le asigna un valor a cada color de tapa. Ejemplo: Consignas que se pueden utilizar:

a) A la señal deberá salir todo el equipo y recolectar el resultado de la multiplicación 3×4 (El equipo deberá ir y tomar las tapas necesarias para que sumadas entre si den 12), después se revisara grupalmente para verificar que este correcto.

b) Misma consigna, pero utilizando SUMAS, RESTAS Y/O DIVISIONES:

| COLOR | VALOR |
|----------|-------|
| ROJO | 1 |
| AZUL | 2 |
| AMARILLO | 3 |
| VERDE | 4 |
| MORADO | 5 |

A compartir (en casa):

1.-Carreras divertidas: Alfombra mágica: sentado sobre una toalla con los brazos cruzados, los participantes deberán avanzar utilizando la fuerza de las piernas para impulsarse hacia adelante.

Carrera de Cocodrilos: Los participantes deberán pasar por debajo de una mesa o silla, arrastrándose pecho tierra, hasta llegar a la meta.
Carrera de burros: los participantes deberán gatear con una caja en la espalda de un lugar a otro sin tirar la carga.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Boliche matemático

Materiales: Conos, pelota

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Juego boliche: Se colocan 10 conos a una distancia de 3 mts, los cuales el alumno tendrá que derribar con un balón, después el alumno variará la manera de lanzar, la distancia, separación de conos y variantes que el alumno proponga. Esta actividad se llevará a cabo en equipos de dos integrantes.

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C): Derribar y ordenar:** Comparar y ordenar los números naturales de cuatro cifras, a partir de sus nombres o de su escritura con cifras. El juego consiste en realizar el mismo juego de boliche, pero se le pegará un papel debajo de cada cono con un número de cuatro cifras, el alumno al derribar un cono tendrá que irlos ordenando en un lugar previamente establecido de forma ascendente.

A compartir (en casa):

1.- Se realiza la misma actividad utilizando los materiales disponibles en casa (pueden ser botellas de plástico, cajas de leche, peluches, pelota de papel, etc.)

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Me desplazo

Materiales: aros, bolsas, vasos, calcetas.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos a las condiciones que se presentan.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Juego el gallito: Uno será el gallito inglés y cantara la forma que se desplazarán los demás y uno, dos, tres. Gallito inglés y cuando termine saltara y se dará la vuelta para ver a los demás que no se muevan de su lugar los cuales. Si ve a alguien que se movió lo manda lo más lejos de él. Una vez que se voltee para avanzar y cantar todos deben intentar tocarlo para ser el ganador.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Juego donde se aplica la geometría. Imitar recorridos de orientación, realizar un recorrido dibujado en un plano gráfico rodando un aro.

A compartir (en casa):

Juego 1.- Lanzar la bolsa al aire, ir a tocar una superficie y regresar para atrapar la bolsa antes de que caiga al suelo.

Juego 2.- Desplazándose lanzar y atrapar las dos bolsas al mismo tiempo.

Juego 3.- Armar una torre con los 3 vasos, separarse y a una distancia lanzar la pelota de calcetas hacia la torre para derribarla.

Juego 4. Inventar un juego con los materiales que utilizaste en la clase de hoy.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Mis juegos

Materiales: Hojas, objetos, cuerda.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos a las condiciones que se presentan.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- El alumno diseñará un circuito de 4 estaciones. Dos con desplazamientos y 2 utilizando un implemento de manera libre.

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C): Encuentra el tesoro.** Jugamos sobre una cuadrícula en el suelo de 10 x 10. La actividad es por parejas, cada niño tendrá una cuadrícula similar en formato papel. Coloreará una de esas cuadrículas. Ahí estará el tesoro. Dará instrucciones al otro compañero (3 casillas adelante, 2 a la izquierda) para que consiga encontrar el tesoro.

A compartir (en casa):

1.- Reto: Con una cuerda intentar realizar el mayor número de saltos avanzando, invita a los integrantes de tu familia a hacer el reto.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?

Serie de memoria

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Materiales: aro, cuerda, pelota, gis.

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos a las condiciones que se presentan.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Huellitas: Dibujaras tus huellas en la cancha, con gis, después pasaras por encima de estas de diferentes maneras, saltando con pies juntos o separados, girando etc.

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Series de memoria. Distribuiremos materiales diversos. Se organizarán por parejas, uno dará instrucciones y el otro las efectuará: “usa 1o la pelota, 2o el aro, 3o toca la portería”, “Salta 3o en el aro, 2o usa la cuerda y 1o camina por una línea...” con tantas variantes como se les ocurra.

A compartir (en casa):

1.- Jugar en familia a la papa caliente y al que le toque la papa realizara un reto físico de manipular un objeto.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Voladora

Materiales: toallas, pelotas chicas, cuerdas y cinta de aislar o maskintape

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: Aprendizaje Imprescindible Fundamental: 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.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- El cocodrilo dormilón: Se elige un el cual será el cocodrilo, fingiendo estar dormido, el resto del intentarán cruzar sin que el cocodrilo los atrape, para esto avanzan en silencio, el cocodrilo despertará y los atraparé, los atrapados se convierten en cocodrilo y se dispersaran a lo ancho de la cancha y gana el último en ser atrapado. Cada vez se va disminuyendo el espacio, caminando todos con un solo pie, (de cojito)

2.- (Actividad de vinculación P.M. y L.C): Una “voladora” (pelota amarrada con cinta adhesiva a un extremo de la cuerda) Un jugador se coloca en el centro del círculo formado por el resto de los alumnos. El del centro gira la cuerda de manera que esté en todo momento en contacto con el piso, los jugadores saltan para evitar que les toque por cada vez que salten la voladora deberán contar de 10 en 10 hasta llegar a 100.

A compartir (en casa):

1.- El juego consiste en que el niño deberá sentarse encima de la toalla mientras otro participante debe jalar la toalla con el fin de transportarlo por la casa, esto sin que el niño caiga o pierda el equilibrio. Comenzamos en la sala y vamos ampliando el espacio por otras habitaciones. Puede ser sobre un cartón, un tapete etc.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

- ¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?
- ¿Qué te gustó más de las actividades?
- ¿Qué se te dificultó más?

Nivel: Primaria

Grado: 4°

Sky

Materiales: botellas de refresco de 2-3 lts, cuerdas o paliacates, caja de plástico de refresco, pelota pequeña y funda de almohada

Aprendizaje Imprescindible Fundamental: 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.

Introducción:

- ¿Qué vamos a aprender hoy?
- ¿Cuál es el aprendizaje a trabajar?
- Introducción al tema.
- Dar a conocer las reglas de participación.

A divertirnos (en la escuela):

1.- Por parejas con dos botellas de refresco de plástico de 2 o 3 lts. y un paliacate o cuerda. Uno de los integrantes se coloca las botellas aplastadas en los pies como si fuesen patines, el compañero que tiene el paliacate o cuerda jala a su compañero por toda el área, primero en línea recta y después en zigzag. Lo intentamos con una caja de refresco, después lo realizamos empujando

2.- **(Actividad de vinculación P.M. y L.C):** Rebotar la pelota en la pared y atraparla con la funda.

En compañía de un familiar: Uno lanza la pelota intentando encestarla en la funda y el otro la atrapa.

Posteriormente intercambian, quien estaba lanzando ahora le toca atrapar la pelota con la funda.

Crear una actividad con la pelota y la funda y practicarla con algún familiar.

A compartir (en casa):

1.- Rebotar la pelota en la pared y atraparla con la funda.

En compañía de un familiar: Uno lanza la pelota intentando encestarla en la funda y el otro la atrapa. Posteriormente intercambian, quien estaba lanzando ahora le toca atrapar la pelota con la funda.

Crear una actividad con la pelota y la funda y practicarla con algún familiar.

Evaluación:

El maestro puede tomar las siguientes preguntas como sugerencia

¿Qué aprendiste con las actividades que realizaste?

¿Qué te gustó más de las actividades?

¿Qué se te dificultó más?