

# EDUCACIÓN FÍSICA



““INCENTIVAMOS EL TRABAJO COLABORATIVO ENTRE TODOS LOS MIEMBROS DE LA FAMILIA Y COMUNIDAD”

<b>ACTIVIDAD 1</b>	"LOS JUEGOS DIVERTIDOS EN EQUIPO "		
<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE</b>	"Nos divertimos reconociendo los espacios para jugar sin hacernos daño"		
<b>PROPÓSITO</b>	"En esta actividad los estudiantes Cooperamos con los juegos para divertirnos de manera saludable y elabora una lista de juegos para practicar con sus compañeros en equipo.		
<b>CRITERIO DE EVALUACIÓN</b>	Regula su esfuerzo al participar en actividades lúdicas que realiza.		
<b>ÁREA:</b>	EDUCACIÓN FÍSICA	<b>Grado</b>	Primero
		<b>Fecha:</b>	02AL 06/04/2022

## ACCIÓN 1 - MOTIVACIÓN

Saludo:

**DINÁMICA:** "CABEZA HOMBROS RODILLA Y PIES"

Responde:

¿Qué tipo de juegos cooperativos conoces?

¿Te diviertes con los juegos?

TITULO - PROPÓSITO

## ACCIÓN 2 - ACTIVACIÓN CORPORAL



Ahora viene el calentamiento: deben saber que La Activación corporal, es importante porque te ayudará a ser más flexible, más rápido y a que el entrenamiento resulte más eficiente, El calentamiento también nos ayuda a evitar dolores musculares y lesiones. Y muy importante tener una botella de agua, para hidratarnos.

Realizar movimientos articulares, pequeños saltos, trotes, etc. y estiramientos en general.

## ACCIÓN 3 Juego." El trencito"

### REGLAS:

- No empujar.
- No jalarse el polo o cabello.
- No salir el área de juego.



### EL TRENCITO:

El juego consiste en lo siguiente:

Señalamos un punto de inicio y otro de fin del recorrido (meta).

Las/los participantes formarán dos columnas de 7 (varia en la cantidad de estudiantes) en el punto de inicio y colocarán la pelota en el final del recorrido.

Formar un tren con todos los participantes y las pelotitas. Para ello, el primer participante saldrá desde el punto de inicio hacia donde están las pelotas, cogerá una y retornará. Al llegar, colocará la pelota en una sesta del integrante inicial de la columna y, a la vez, la sujetará de la espalda. En esa condición, ambos irán nuevamente a recoger otra pelotita, evitando dejar caer. Mientras lo hacen, mantendrán ambas manos en los hombros de la compañera o el compañero que está ubicado delante de ellos. Todo el equipo deberá realizar esta dinámica. Recuerden que cada participante simulará ser un vagón del tren.

### VARIANTE:

La misma situación, pero esta vez solo tomarán el hombro del compañero con una mano y la otra mano sujetara el pie derecho e irán saltando con un pie sin soltarse del tren, hasta terminar de trasladar las pelotitas.

## Autoevaluación

Instrumento de Evaluación	Ficha de Cotejo		
Criterios de Evaluación	Lo logré	Lo estoy intentando	Necesito apoyo
Regula su esfuerzo al participar en actividades lúdicas que realiza.			
Participa cooperativamente en los juegos.			