

¡Pasa y Atrapa! Juegos Divertidos de Pase y Recepción

Educación Física | Deporte | Aprendizaje Basado en Retos

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que los estudiantes de cuarto grado de primaria aprendan y disfruten los juegos de pase y recepción, habilidades fundamentales en muchos deportes y actividades físicas cotidianas. A través de retos prácticos y colaborativos, los estudiantes desarrollarán coordinación, trabajo en equipo y precisión al pasar y recibir objetos, principalmente pelotas. Estas habilidades no solo mejoran su desempeño en la educación física, sino que también fomentan la cooperación y la comunicación. Además, al aprender a controlar y pasar objetos con diferentes técnicas, los niños mejoran su motricidad fina y gruesa, lo cual es útil en su vida diaria, ya sea en juegos recreativos, deportes o actividades manuales. El plan utiliza la metodología de Aprendizaje Basado en Retos para que los estudiantes enfrenten problemas reales que requieren soluciones creativas, poniendo en práctica lo aprendido de una forma activa y motivadora.

Objetivos de Aprendizaje

- Desarrollar la habilidad de pasar y recibir una pelota con precisión utilizando diferentes tipos de pases.
- Colaborar en equipo para resolver retos relacionados con el pase y la recepción en juegos deportivos.
- Analizar y aplicar técnicas adecuadas para mejorar la coordinación y el control durante los juegos de pase y recepción.
- Crear estrategias grupales para superar desafíos que involucren el uso de pases y recepciones.
- Reflexionar sobre la importancia del trabajo en equipo y la comunicación en actividades físicas.

Recursos Necesarios

- Pelotas suaves (pelotas de espuma o plástico) - 6 unidades
- Conos para delimitar espacios - 10 unidades
- Chalecos para identificar equipos - 2 juegos de 5 chalecos
- Pizarrón o cartulina con marcador para anotar reglas y puntajes
- Silbato para señalización del docente
- Tarjetas con retos escritos para equipos (preparadas previamente)
- Cronómetro o reloj digital
- Espacio amplio al aire libre o gimnasio con demarcaciones

Requisitos Previos

- Haber participado en sesiones previas de educación física donde se practiquen movimientos básicos con pelotas.
- Conocimiento básico del trabajo en equipo y respeto a turnos.
- Habilidades motoras básicas como correr, atrapar y lanzar objetos.
- Capacidad para escuchar instrucciones y seguir reglas sencillas.

Actividades

Sesión 1: Descubriendo el Pase y la Recepción

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Docente: "Hoy vamos a aprender a pasar y recibir la pelota de diferentes maneras para jugar mejor con nuestros compañeros. Esto nos ayudará a divertirnos y a trabajar en equipo."

Estudiantes: Escuchan y se preparan para participar.

Activación de conocimientos previos:

Docente: "¿Quién recuerda alguna vez que haya pasado o recibido una pelota? ¿Cómo lo hicieron? Vamos a formar parejas para compartir esas experiencias brevemente."

Estudiantes: En parejas comentan sus experiencias por 3 minutos.

Motivación y enganche:

Docente: "¿Sabían que cuando los jugadores de fútbol o baloncesto hacen pases rápidos y precisos, pueden ganar partidos? Hoy ustedes serán jugadores expertos que deben resolver retos usando pases."

Contextualización:

Docente: "En la vida, pasar y recibir cosas no solo es para jugar, también nos ayuda a compartir, a comunicarnos y a trabajar juntos. Por eso, hoy lo vamos a practicar mucho."

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 100 minutos

Presentación del contenido:

Docente: "Vamos a aprender tres tipos de pase: pase con las manos (como en balonmano), pase con los pies (como en fútbol) y pase de pecho (como en baloncesto). ¡Vamos a practicar cada uno y luego resolveremos retos!"

Actividad 1: Práctica de pases básicos

- **Objetivo:** Desarrollar habilidad para pasar y recibir con diferentes técnicas.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** "Formaremos parejas. Primero pasaremos la pelota con las manos de un lado a otro 10 veces, luego haremos pases de pecho 10 veces, y finalmente intentaremos pases con los pies 10 veces. Recuerden esperar la pelota con atención y usar las dos manos cuando sea pase con las manos."
 - **Estudiantes:** Practican en parejas siguiendo las instrucciones.
- **Organización:** Parejas
- **Producto:** Ejecución de 10 pases y recepciones con cada técnica.
- **Tiempo:** 30 minutos
- **Rol del docente:** Observar técnica, corregir postura, motivar y hacer preguntas: "¿Cómo pueden controlar mejor la pelota? ¿Qué pasa si no miran a su compañero?"

Actividad 2: Reto del pase rápido

- **Objetivo:** Colaborar para pasar la pelota rápidamente sin que caiga al suelo.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** "Ahora formaremos grupos de 4. El reto es pasar la pelota rápido entre todos sin que se caiga. Si la pelota toca el suelo, empiezan de nuevo. Tienen 10 minutos para lograrlo y luego intentaremos superar ese tiempo."
 - **Estudiantes:** Organizan estrategia y practican pases rápidos en grupos.
- **Organización:** Grupos de 4
- **Producto:** Tiempo registrado para completar pases sin que la pelota caiga.
- **Tiempo:** 30 minutos
- **Rol del docente:** Cronometrar, observar comunicación, hacer preguntas: "¿Cómo se están ayudando? ¿Qué pasa si alguien no está listo para recibir?"

Actividad 3: Juego de persecución con pase

- **Objetivo:** Aplicar pases y recepciones en un juego dinámico y en movimiento.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** "Dividiremos la clase en dos equipos. El equipo con la pelota debe pasarla entre sus jugadores mientras el otro equipo intenta interceptarla. Si la pelota es interceptada, cambian los roles. El equipo que mantenga la pelota más tiempo gana."
 - **Estudiantes:** Juegan siguiendo las reglas, aplicando pases y recepciones.
- **Organización:** Dos equipos
- **Producto:** Registro de tiempos de posesión y observación de técnica en juego real.
- **Tiempo:** 40 minutos

- **Rol del docente:** Supervisar seguridad, corregir técnicas, motivar juego limpio y preguntar: "¿Cómo coordinan los pases? ¿Qué les ayuda a pasar rápido y con precisión?"

Diferenciación:

- **Para estudiantes que terminan antes:** Proponer que inventen un nuevo tipo de pase o recepción y lo muestren al grupo.
- **Para estudiantes que necesitan más apoyo:** Trabajar con un asistente o en parejas con mayor experiencia para recibir apoyo individualizado, usar pelotas más suaves y de tamaño adecuado para facilitar el control.

Transición:

Docente: "Ahora que practicamos los pases y vimos cómo aplicarlos, en la siguiente sesión resolveremos un reto más grande donde pondremos en práctica todo lo aprendido para ganar como equipo."

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis:

Docente: "Vamos a compartir en grupo tres cosas que aprendimos hoy sobre pasar y recibir la pelota."

Estudiantes: Expresan verbalmente o en voz alta sus tres aprendizajes.

Reflexión metacognitiva:

- "¿Cuál fue el pase que más te gustó practicar y por qué?"
- "¿Qué aprendiste sobre trabajar con tus compañeros para pasar la pelota?"
- "¿Qué te gustaría mejorar para la próxima sesión?"

Retroalimentación:

Docente: Proporciona retroalimentación grupal positiva y constructiva: "He visto que mejoran mucho en la coordinación y el trabajo en equipo. Recuerden que con práctica seguirán mejorando sus pases y recepciones."

Transferencia:

Docente: "En casa o en el recreo, pueden practicar pasar la pelota con amigos o familiares, usando lo que aprendimos hoy."

Tarea o reto:

Docente: "Piensen en un juego o actividad donde puedan usar pases y recepciones y preparen una pequeña explicación para compartir en la próxima sesión."

Sesión 2: Superando Retos con Pase y Recepción en Equipo

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Docente: "Hoy vamos a poner a prueba todo lo que aprendimos haciendo retos divertidos en equipo para usar pases y recepciones y así ganar juntos."

Estudiantes: Se preparan para participar activamente.

Activación de conocimientos previos:

Docente: "¿Quién recuerda los tipos de pase que practicamos? ¿Qué fue lo que más les gustó hacer?"

Estudiantes: Responden y comparten brevemente.

Motivación y enganche:

Docente: "Les tengo un reto especial: deberán crear la mejor estrategia para pasar y recibir la pelota y ganar el juego final. ¿Están listos?"

Contextualización:

Docente: "Estas habilidades les servirán para sus deportes favoritos y para jugar con sus amigos de forma divertida y segura."

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 100 minutos

Presentación del contenido:

Docente: "Cada grupo recibirá un reto diferente que deberán planear, practicar y presentar. Estos retos usan los pases y recepciones que ya conocen, pero deben ser creativos para superarlos."

Actividad 1: Planeación del reto en equipo

- **Objetivo:** Crear estrategias grupales para resolver retos de pase y recepción.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** "Formarán grupos de 5. Cada grupo recibe una tarjeta con un reto, por ejemplo: pasar la pelota sin que toque el suelo 15 veces, o hacer un circuito con pases. Discutan y planeen cómo lograrlo."
 - **Estudiantes:** Se organizan, leen su reto y planean la estrategia.
- **Organización:** Grupos de 5
- **Producto:** Plan escrito o verbal de estrategia para el reto.
- **Tiempo:** 20 minutos
- **Rol del docente:** Facilitar ideas, hacer preguntas guía: "¿Cómo pueden ayudarse? ¿Qué tipo de pase usarán más?"

Actividad 2: Ejecución del reto en grupos

- **Objetivo:** Aplicar técnicas de pase y recepción para superar retos concretos.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** "Ahora pondrán en práctica su plan. Recuerden comunicarse y apoyarse. Cada grupo tiene 30 minutos para lograr su reto."
 - **Estudiantes:** Ejecutan el reto en el espacio asignado.
- **Organización:** Grupos de 5
- **Producto:** Demostración del reto superado o intento con mejoras.
- **Tiempo:** 30 minutos
- **Rol del docente:** Observar trabajo en equipo, técnica y comunicación. Intervenir para apoyar o motivar.

Actividad 3: Presentación y retroalimentación entre grupos

- **Objetivo:** Comunicar resultados y reflexionar sobre el aprendizaje en equipo.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** "Cada grupo explicará su reto, la estrategia que usaron y cómo les fue. Los demás grupos pueden hacer preguntas o sugerencias."
 - **Estudiantes:** Presentan y dialogan con compañeros.
- **Organización:** Plenaria
- **Producto:** Presentación oral y retroalimentación grupal.
- **Tiempo:** 30 minutos
- **Rol del docente:** Moderar el diálogo, destacar aprendizajes y buenas prácticas.

Diferenciación:

- **Para estudiantes adelantados:** Proponer que diseñen un nuevo reto para otro grupo o que expliquen la ciencia detrás del pase y la recepción (fuerza, ángulo, anticipación).
- **Para estudiantes con dificultades:** Asignar roles específicos dentro del grupo que se ajusten a sus habilidades (por ejemplo, ser el encargado de dar instrucciones o animar al grupo), y brindar apoyo directo durante la ejecución.

Transición:

Docente: "Después de estos retos, vamos a reflexionar y ver qué aprendimos juntos para ser cada vez mejores en los juegos de pase y recepción."

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis:

Docente: "Vamos a hacer un mapa mental colectivo en el pizarrón con las palabras o ideas más importantes que aprendimos hoy sobre pase y recepción."

Estudiantes: Proponen ideas y colaboran en el mapa mental.

Reflexión metacognitiva:

- "¿Qué estrategia de pase les funcionó mejor y por qué?"
- "¿Cómo ayudaron a su equipo a lograr el reto?"
- "¿Qué harían diferente la próxima vez para mejorar?"

Retroalimentación:

Docente: Da retroalimentación personalizada y grupal, reconociendo esfuerzo, colaboración y progreso técnico.

Transferencia:

Docente: "Recuerden que pueden usar estas habilidades en deportes, juegos y actividades diarias para divertirse y trabajar en equipo."

Tarea o reto:

Docente: "Intenten practicar un juego de pase con su familia o amigos y cuenten qué les gustó y qué aprendieron en la próxima clase."

Evaluación

Tipo de evaluación:

- **Diagnóstica:** Al inicio de la primera sesión mediante preguntas y activación de conocimientos previos.
- **Formativa:** Durante las actividades prácticas en ambas sesiones observando técnica, colaboración y aplicación de estrategias.
- **Sumativa:** En la segunda sesión durante la presentación de retos y reflexión final.

Criterios de evaluación:

- Ejecuta pases y recepciones con técnica adecuada (objetivo 1).
- Participa activamente y colabora en equipo para resolver retos (objetivo 2).
- Aplica estrategias para mejorar la coordinación durante juegos (objetivo 3).
- Comunica y justifica las estrategias usadas en grupo (objetivo 4).
- Reflexiona sobre el aprendizaje y el trabajo en equipo (objetivo 5).

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para observar ejecución técnica y participación.
- Rúbrica para evaluar la presentación y argumentación grupal.
- Registro anecdótico del docente sobre comunicación y trabajo en equipo.

- Autoevaluación guiada con preguntas de reflexión.

Evidencias de aprendizaje:

- Demostraciones prácticas de pases y recepciones en actividades.
- Planificación y ejecución de retos en equipo.
- Presentaciones orales y mapas mentales colaborativos.
- Respuestas a preguntas de reflexión y autoevaluación.