

Desarrollando Habilidades Motrices Básicas a través del Juego y la Recreación

Educación Física | Recreación | para estudiantes de primaria (6-11 años) | 4 semanas

Descripción del Curso

Este curso está diseñado para estudiantes de primaria de 6 a 11 años con el propósito de estimular y fortalecer las habilidades motrices básicas mediante actividades lúdicas y recreativas. A través de dinámicas de juego, los niños desarrollarán su coordinación, equilibrio, fuerza y agilidad, fomentando además su participación activa y la toma de decisiones en un ambiente divertido y seguro.

El curso se enfoca en un aprendizaje práctico y vivencial, donde los estudiantes experimentarán diversas actividades diseñadas para potenciar sus capacidades motrices fundamentales. Se promueve el trabajo en equipo, la socialización y el respeto por las reglas, contribuyendo también a su desarrollo integral.

Al finalizar el curso, los estudiantes habrán mejorado notablemente sus habilidades motrices básicas y adquirido confianza para aplicarlas en diferentes contextos recreativos, facilitando así su bienestar físico y emocional.

Objetivos Generales

- Reconocer y practicar las habilidades motrices básicas a través de juegos y actividades recreativas.
- Desarrollar la coordinación y el equilibrio mediante ejercicios lúdicos adaptados a su edad.
- Fomentar la participación activa y la toma de decisiones durante las actividades motrices.
- Promover el trabajo colaborativo y el respeto de normas en un contexto recreativo.
- Evaluar su propio desempeño motriz para identificar áreas de mejora.

Competencias

- Coordinar movimientos básicos como correr, saltar y lanzar con mayor precisión y control.
- Mejorar el equilibrio y la estabilidad corporal en actividades recreativas.
- Participar activamente en juegos lúdicos respetando reglas y tomando decisiones.
- Demostrar habilidad para trabajar en equipo y comunicarse durante actividades motoras.
- Aplicar estrategias simples para resolver problemas motrices en situaciones recreativas.

Requerimientos

- Conocimientos básicos de desplazamiento y coordinación motriz adquiridos en etapas anteriores.
- Ropa cómoda y calzado adecuado para actividades físicas.

- Espacio amplio y seguro para realizar juegos y actividades recreativas.
- Materiales sencillos como pelotas, conos, cuerdas y aros.
- Actitud abierta para el juego y la participación activa.

Unidades del Curso

Unidad 1: Introducción a las Habilidades Motrices Básicas

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar las principales habilidades motrices básicas (caminar, correr, saltar, lanzar) mediante la observación de ejemplos en juegos sencillos.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de ejecutar desplazamientos básicos (caminar, correr y saltar) en actividades lúdicas con coordinación y control adecuado.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de participar activamente en juegos grupales que involucren habilidades motrices, respetando las normas establecidas y colaborando con sus compañeros.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de describir la importancia de las habilidades motrices básicas para su desarrollo físico y social a partir de ejemplos simples y experiencias de juego.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de autoevaluar su desempeño en las actividades motrices realizadas, identificando áreas en las que puede mejorar con apoyo del docente.

Contenidos Temáticos

1. Concepto y Clasificación de las Habilidades Motrices Básicas

- Definición de habilidades motrices básicas: explicación sencilla y ejemplos visuales.
- Principales habilidades motrices: caminar, correr, saltar y lanzar.
- Clasificación de habilidades motrices: locomotrices, manipulativas y de estabilidad.

2. Importancia de las Habilidades Motrices Básicas en el Desarrollo Infantil

- Relación entre habilidades motrices y desarrollo físico: coordinación, fuerza y equilibrio.
- Impacto en el desarrollo social: cooperación, respeto y trabajo en equipo a través del juego.
- Ejemplos cotidianos y en juegos que ilustran la importancia de estas habilidades.

3. Ejecución de Desplazamientos Básicos con Coordinación y Control

- Técnicas básicas para caminar correctamente.
- Ejercicios para mejorar la carrera: postura y ritmo.
- Fundamentos para saltar con control y equilibrio.
- Actividades lúdicas para practicar estas habilidades.

4. Participación en Juegos Grupales con Habilidades Motrices

- Normas básicas para la participación en juegos grupales.
- Juegos sencillos que integran caminar, correr, saltar y lanzar.
- Fomento de la colaboración y el respeto entre compañeros durante el juego.

5. Reflexión y Autoevaluación sobre el Desempeño Motriz

- Importancia de la autoevaluación para el aprendizaje y mejora continua.
- Criterios simples para que el estudiante identifique sus fortalezas y áreas de mejora.
- Guía para que el docente apoye a los estudiantes en su autoevaluación.

Actividades

Actividad 1: "Identificando Habilidades Motrices en el Juego"

Objetivo: Identificar las principales habilidades motrices básicas mediante la observación de ejemplos en juegos sencillos.

Descripción:

- El docente presenta videos o imágenes de niños jugando juegos que incluyen caminar, correr, saltar y lanzar.
- Los estudiantes observan atentamente y luego, en grupo, discuten qué habilidades motrices pueden identificar.
- Cada grupo comparte con el resto de la clase las habilidades detectadas y ejemplos concretos.

Organización: Grupos pequeños (4-5 estudiantes)

Producto esperado: Listado de habilidades motrices identificadas con ejemplos de juegos.

Duración estimada: 40 minutos

Actividad 2: "Circuito de Desplazamientos"

Objetivo: Ejecutar desplazamientos básicos en actividades lúdicas con coordinación y control adecuado.

Descripción:

- Se monta un circuito en el patio o gimnasio con estaciones para caminar en línea recta, correr entre conos, saltar sobre aros y lanzar una pelota a un objetivo.
- Los estudiantes recorren el circuito individualmente, siguiendo las instrucciones para cada estación.
- El docente observa y brinda retroalimentación sobre la coordinación y control en cada desplazamiento.

Organización: Individual, con rotación por estaciones.

Producto esperado: Ejecución controlada de habilidades motrices en el circuito.

Duración estimada: 50 minutos

Actividad 3: "Juego en Equipo: La Carrera por Relevos"

Objetivo: Participar activamente en juegos grupales que involucren habilidades motrices, respetando normas y colaborando.

Descripción:

- Se forman equipos iguales en número.
- Se explica el juego de relevos, donde cada participante debe correr hasta un punto, saltar un obstáculo y lanzar una pelota a un compañero.
- Los equipos compiten de manera amistosa, respetando las reglas y animando a sus compañeros.
- Al final, el grupo reflexiona sobre la importancia del respeto y la colaboración en el juego.

Organización: Grupos (5-6 estudiantes por equipo)

Producto esperado: Participación activa y respetuosa en el juego grupal.

Duración estimada: 45 minutos

Actividad 4: "Mi Diario de Movimientos"

Objetivo: Describir la importancia de las habilidades motrices y autoevaluar el desempeño en actividades motrices.

Descripción:

- Cada estudiante recibe un cuaderno o hoja donde registra lo que aprendió sobre caminar, correr, saltar y lanzar.
- Escribe o dibuja sus sensaciones y qué habilidades cree que realiza bien y cuáles necesita mejorar.
- El docente guía preguntas para la reflexión individual y ofrece apoyo para la autoevaluación.
- Los estudiantes comparten voluntariamente sus reflexiones con el grupo.

Organización: Individual

Producto esperado: Diario con registros y autoevaluación personal.

Duración estimada: 30 minutos

Evaluación

Evaluación Diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos sobre habilidades motrices básicas y reconocimiento de estas en juegos.

Cómo se evalúa: Mediante una dinámica de observación y preguntas iniciales donde los estudiantes identifican movimientos en imágenes o videos.

Instrumento sugerido: Lista de cotejo simple para registrar respuestas y observaciones.

Evaluación Formativa

Qué se evalúa: Ejecución de desplazamientos, participación en juegos grupales y aplicación de normas.

Cómo se evalúa: Observación directa durante las actividades, retroalimentación oral y registro anecdótico del docente.

Instrumento sugerido: Rúbrica de desempeño con criterios de coordinación, control, respeto y colaboración.

Evaluación Sumativa

Qué se evalúa: Identificación de habilidades motrices, participación activa, comprensión de la importancia y autoevaluación.

Cómo se evalúa: Revisión del diario de movimientos y una actividad final donde el estudiante explica o demuestra las habilidades motrices aprendidas.

Instrumento sugerido: Lista de cotejo para autoevaluación y presentación oral o práctica.

Unidad 2: Desarrollo de la Coordinación y el Equilibrio

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar y describir diferentes actividades lúdicas que mejoran la coordinación ojo-mano utilizando materiales recreativos.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de ejecutar ejercicios básicos de equilibrio estático y dinámico en actividades grupales, manteniendo la postura adecuada durante al menos 10 segundos.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de participar activamente en juegos cooperativos que fomenten la coordinación y el equilibrio, respetando las normas establecidas.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de evaluar su propio desempeño en actividades motrices relacionadas con la coordinación y el equilibrio, identificando al menos dos áreas de mejora.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a la Coordinación y el Equilibrio

- Definición y importancia de la coordinación ojo-mano y el equilibrio en la motricidad básica.
- Relación entre coordinación, equilibrio y actividades lúdicas.

2. Actividades Lúdicas para Mejorar la Coordinación Ojo-Mano

- Descripción de juegos y ejercicios con materiales recreativos (pelotas, aros, cuerdas).
- Técnicas básicas para mejorar la coordinación ojo-mano en niños.

3. Ejercicios de Equilibrio Estático y Dinámico

- Conceptos de equilibrio estático (mantener postura) y dinámico (movimiento controlado).
- Ejercicios prácticos para mantener el equilibrio durante al menos 10 segundos.
- Posturas adecuadas para mejorar la estabilidad corporal.

4. Juegos Cooperativos para Fomentar Coordinación y Equilibrio

- Normas y valores en el juego cooperativo.
- Dinámicas grupales que promueven la colaboración y el desarrollo motriz.

5. Autoevaluación del Desempeño Motriz

- Herramientas para que el estudiante identifique sus fortalezas y áreas de mejora.
- Guía para evaluar la coordinación y el equilibrio en actividades prácticas.

Actividades

Actividad 1: "Atrapa y Describe"

Objetivo: Identificar y describir actividades que mejoran la coordinación ojo-mano.

Descripción paso a paso:

- Organizar a los estudiantes en círculo.
- Utilizando una pelota blanda, se lanzan la pelota entre ellos mientras nombran una actividad lúdica que implique coordinación ojo-mano.
- Cada estudiante, al recibir la pelota, debe describir brevemente cómo se juega la actividad y qué materiales se usan.
- El docente apoya con ejemplos y corrige si es necesario.

Organización: Grupo.

Producto esperado: Listado oral y escrito de actividades lúdicas con descripción.

Duración estimada: 30 minutos.

Actividad 2: "Desafío de Equilibrio Estático"

Objetivo: Ejecutar ejercicios básicos de equilibrio estático manteniendo la postura adecuada durante 10 segundos.

Descripción paso a paso:

- El docente explica y demuestra posturas básicas para equilibrio estático (por ejemplo, pararse en un pie, postura del árbol).
- Los estudiantes practican individualmente, intentando mantener cada postura durante 10 segundos.
- Se realizan rondas, aumentando la dificultad con ojos cerrados o sobre superficies blandas.
- Se registran los tiempos logrados y se da retroalimentación.

Organización: Individual.

Producto esperado: Registro de tiempos y observación de posturas.

Duración estimada: 40 minutos.

Actividad 3: "Carrera Cooperativa con Obstáculos"

Objetivo: Participar en juegos cooperativos que fomenten coordinación y equilibrio respetando normas.

Descripción paso a paso:

- Formar equipos de 4 a 5 estudiantes.

- Preparar un circuito con obstáculos que requieran equilibrio (caminos con cuerdas, aros para saltar) y coordinación (pasar pelotas de mano en mano).
- Cada equipo debe completar el circuito ayudándose entre sí, siguiendo reglas claras para fomentar la cooperación y seguridad.
- Al terminar, se realiza una reflexión grupal sobre la experiencia y el trabajo en equipo.

Organización: Grupos pequeños.

Producto esperado: Participación activa y cumplimiento de normas en el juego.

Duración estimada: 50 minutos.

Actividad 4: "Mi Diario de Movimiento"

Objetivo: Evaluar el propio desempeño identificando dos áreas de mejora en coordinación y equilibrio.

Descripción paso a paso:

- Se entrega a cada estudiante un formato sencillo para anotar sus actividades realizadas, sensaciones y dificultades encontradas en las prácticas de coordinación y equilibrio.
- El docente guía una sesión de reflexión donde los estudiantes comparten sus experiencias y autoevalúan sus habilidades.
- Se les orienta para identificar al menos dos aspectos a mejorar y plantear metas simples para próximas actividades.

Organización: Individual.

Producto esperado: Diario escrito con autoevaluación y planes de mejora.

Duración estimada: 30 minutos.

Evaluación

Evaluación Diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos sobre actividades lúdicas que desarrollan coordinación ojo-mano y equilibrio.

Cómo se evalúa: Mediante preguntas orales y diálogo en grupo para identificar experiencias previas.

Instrumento sugerido: Lista de cotejo informal durante la ronda de presentación "Atrapa y Describe".

Evaluación Formativa

Qué se evalúa: Progreso en la ejecución de ejercicios de equilibrio y participación en juegos cooperativos.

Cómo se evalúa: Observación directa del docente durante las actividades, retroalimentación continua y registros de tiempos y desempeño.

Instrumento sugerido: Rúbrica simple que valore postura, tiempo de mantenimiento del equilibrio, cooperación y respeto de normas.

Evaluación Sumativa

Qué se evalúa: Capacidad de identificación, ejecución y autoevaluación de habilidades motrices relacionadas con coordinación y equilibrio.

Cómo se evalúa: Revisión del "Diario de Movimiento" de cada estudiante y desempeño final en el juego cooperativo.

Instrumento sugerido: Rúbrica de autoevaluación complementada con evaluación del docente sobre desempeño en actividades prácticas.

Unidad 3: Fortalecimiento de la Agilidad y la Fuerza a través del Juego

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de realizar juegos que impliquen movimientos ágiles, demostrando coordinación y rapidez en la ejecución de las actividades.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de ejecutar ejercicios sencillos que fortalezcan la fuerza muscular, manteniendo la postura correcta durante la actividad física.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de aplicar estrategias básicas para mejorar su desempeño en juegos de agilidad y fuerza, tomando decisiones adecuadas durante las actividades.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de participar activamente en juegos colaborativos, respetando las reglas y promoviendo el trabajo en equipo.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de evaluar su propia ejecución motriz en juegos y ejercicios, identificando aspectos que puede mejorar para fortalecer su agilidad y fuerza.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a la Agilidad y la Fuerza en el Juego

- Concepto de agilidad: definición, importancia y ejemplos en juegos.
- Concepto de fuerza muscular: qué es y cómo se manifiesta en actividades físicas.
- Relación entre juego, agilidad y fuerza para el desarrollo motriz.

2. Juegos para el Desarrollo de la Agilidad

- Movimientos básicos que promueven la agilidad: correr, saltar, cambiar de dirección.
- Juegos de persecución y evasión para mejorar la rapidez y coordinación.
- Ejercicios de reacción y velocidad en respuesta a estímulos simples.

3. Ejercicios para el Fortalecimiento de la Fuerza Muscular

- Ejercicios de fuerza adaptados para niños: sentadillas, saltos, planchas y flexiones modificadas.
- Importancia de la postura correcta durante los ejercicios para evitar lesiones.
- Rutinas cortas y lúdicas que integran fuerza y diversión.

4. Estrategias Básicas para Mejorar el Desempeño en Juegos de Agilidad y Fuerza

- Identificación de oportunidades para tomar decisiones rápidas en el juego.
- Uso de tácticas simples para colaborar y competir de manera efectiva.
- Adaptación de movimientos y ritmo para optimizar el rendimiento físico.

5. Participación Activa y Trabajo en Equipo

- Importancia de respetar reglas y roles durante las actividades.
- Fomento de la comunicación y cooperación entre compañeros.
- Prácticas para resolver conflictos y promover un ambiente positivo.

6. Autoevaluación y Reflexión sobre la Ejecución Motriz

- Herramientas simples para que el estudiante observe y valore su desempeño.
- Identificación de fortalezas y áreas de mejora en agilidad y fuerza.
- Metas personales para continuar desarrollando habilidades motrices.

Actividades

Juego "El Rincón del Rápido"

Objetivo: Desarrollar la agilidad, coordinación y rapidez en la ejecución de movimientos.

Descripción:

- Se delimita un espacio con varios "rincones" o estaciones.
- El docente da órdenes rápidas para que los niños corran, salten o cambien de dirección hacia diferentes rincones.
- Se añaden señales visuales o sonoras para que los niños reaccionen inmediatamente.
- Se aumenta progresivamente la velocidad y complejidad de las órdenes.

Organización: Grupos pequeños (4-5 estudiantes)

Producto esperado: Ejecución ágil y coordinada de movimientos, demostrando rapidez en la respuesta.

Duración: 20 minutos

Ejercicios "Fortaleza en Movimiento"

Objetivo: Ejecutar ejercicios sencillos que fortalezcan la fuerza muscular manteniendo la postura correcta.

Descripción:

- Calentamiento con movimientos suaves y estiramientos.
- Demostración y práctica de sentadillas, planchas modificadas y saltos controlados.
- Atención especial a la postura, con corrección individualizada por parte del docente.
- Se realiza una rutina breve de 3 ejercicios repetidos en 2 series.

Organización: Individual, con supervisión constante del docente.

Producto esperado: Ejecución correcta y segura de ejercicios que fortalecen la fuerza muscular.

Duración: 25 minutos

Juego "Estrategias en Acción"

Objetivo: Aplicar estrategias básicas para mejorar desempeño en juegos de agilidad y fuerza, tomando decisiones adecuadas.

Descripción:

- Se forman equipos para jugar un juego de relevos con obstáculos que requieren agilidad y fuerza.
- Cada equipo debe planificar el orden de sus jugadores y cómo superar los obstáculos.
- Durante el juego, los equipos pueden ajustar sus estrategias para mejorar tiempos y cooperación.
- Se promueve la reflexión rápida y la comunicación entre compañeros.

Organización: Grupos (4-6 estudiantes)

Producto esperado: Participación activa con aplicación de estrategias simples y trabajo en equipo efectivo.

Duración: 30 minutos

Actividad "Mi Diario de Movimiento"

Objetivo: Evaluar la propia ejecución motriz en juegos y ejercicios, identificando aspectos de mejora.

Descripción:

- Al finalizar las actividades, cada estudiante recibe una hoja para registrar cómo se sintió y qué logró.
- Se promueven preguntas guiadas: ¿En qué fui rápido? ¿Dónde perdí el equilibrio? ¿Qué puedo hacer mejor?
- El docente revisa y conversa con cada niño sobre sus respuestas para fomentar la reflexión y metas personales.

Organización: Individual

Producto esperado: Registro escrito o ilustrado con autoevaluación y propuestas de mejora.

Duración: 15 minutos

Evaluación

Evaluación Diagnóstica

Qué se evalúa: Nivel inicial de agilidad, fuerza y habilidades motrices básicas.

Cómo se evalúa: Observación directa durante un juego simple de persecución y un ejercicio de fuerza básico (sentadillas).

Instrumento sugerido: Lista de cotejo con criterios de coordinación, rapidez, postura y ejecución.

Evaluación Formativa

Qué se evalúa: Progreso en la ejecución de movimientos ágiles, fuerza muscular y aplicación de estrategias.

Cómo se evalúa: Observación continua durante actividades prácticas; retroalimentación grupal e individual; revisión del "Diario de Movimiento".

Instrumento sugerido: Rúbrica que incluye aspectos motrices, participación, respeto a reglas y autoevaluación.

Evaluación Sumativa

Qué se evalúa: Capacidad para realizar juegos con movimientos ágiles, ejecutar ejercicios de fuerza con postura correcta, aplicar estrategias y reflexionar sobre su desempeño.

Cómo se evalúa: Organización de un circuito final que combine juegos de agilidad y fuerza con observación directa; entrega y discusión del "Diario de Movimiento" final.

Instrumento sugerido: Lista de cotejo y rúbrica integradas para valorar ejecución motriz, trabajo en equipo y reflexión.

Unidad 4: Integración de Habilidades Motrices en Juegos Cooperativos

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de aplicar habilidades motrices básicas en juegos cooperativos, respetando las reglas establecidas en cada actividad.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de colaborar con sus compañeros para tomar decisiones grupales durante juegos, demostrando trabajo en equipo y comunicación efectiva.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar y corregir su desempeño motriz durante actividades cooperativas, utilizando retroalimentación de sus pares y del docente.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de demostrar respeto y responsabilidad hacia las normas del juego y hacia sus compañeros durante actividades recreativas en grupo.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a los Juegos Cooperativos y Habilidades Motrices

- **Concepto de juegos cooperativos:** Definición y características principales, importancia para el desarrollo social y motriz.
- **Revisión de habilidades motrices básicas:** Repaso de habilidades como correr, saltar, lanzar, atrapar y equilibrar.
- **Relación entre habilidades motrices y trabajo en equipo:** Cómo las habilidades físicas contribuyen a la cooperación y la comunicación en grupo.

2. Aplicación de Habilidades Motrices en Juegos Cooperativos

- **Juegos básicos para la integración motriz:** Descripción de juegos simples que requieren cooperación y uso de habilidades motrices.
- **Respeto y cumplimiento de reglas:** Importancia de seguir reglas para garantizar la participación equitativa y el juego limpio.

- **Desarrollo de la coordinación grupal:** Actividades para fomentar la sincronización y coordinación entre compañeros.

3. Toma de Decisiones y Comunicación en Juegos Cooperativos

- **Estrategias para la toma de decisiones en grupo:** Cómo dialogar, negociar y llegar a acuerdos durante el juego.
- **Comunicación efectiva durante el juego:** Uso de señales verbales y no verbales para coordinar acciones.
- **Resolución de conflictos y respeto mutuo:** Manejo de desacuerdos y promoción de un ambiente positivo.

4. Autoevaluación y Retroalimentación en Actividades Motrices Cooperativas

- **Identificación de fortalezas y áreas de mejora:** Cómo observar y reconocer el propio desempeño motriz y el de los compañeros.
- **Uso de retroalimentación constructiva:** Dar y recibir comentarios respetuosos para mejorar habilidades.
- **Implementación de ajustes motrices:** Aplicar correcciones para mejorar la ejecución en juegos cooperativos.

5. Responsabilidad y Respeto en el Juego en Grupo

- **Normas básicas de convivencia en actividades físicas:** Respeto hacia las reglas, compañeros y espacios.
- **Importancia de la responsabilidad personal y grupal:** Cumplir roles y cuidar el bienestar del grupo.
- **Fomento de la empatía y la inclusión:** Aceptar diferencias y apoyar a todos los miembros del equipo.

Actividades

Actividad 1: "Carrera en Relevos Cooperativa"

Objetivo: Aplicar habilidades motrices básicas en un juego cooperativo respetando las reglas.

Descripción paso a paso:

- Dividir a los estudiantes en equipos de 4-5 participantes.
- Explicar las reglas de la carrera en relevos: cada integrante debe correr una distancia determinada y pasar un objeto al siguiente compañero.
- Realizar un calentamiento previo para preparar las habilidades motrices.
- Los equipos compiten, asegurándose de respetar el orden y las reglas establecidas.
- Al finalizar, discutir en grupo sobre la importancia del trabajo en equipo y el respeto por las reglas.

Organización: Grupos

Producto esperado: Participación activa y cumplimiento de las reglas durante la carrera.

Duración estimada: 40 minutos

Actividad 2: "El Mapa Cooperativo"

Objetivo: Colaborar en la toma de decisiones grupales y comunicación efectiva durante el juego.

Descripción paso a paso:

- Dividir a los estudiantes en grupos de 5 personas.
- Presentar un "mapa" dibujado en el suelo (puede ser con cuerdas o tiza) con diferentes estaciones o retos motrices.
- Los equipos deben decidir juntos el orden para completar las estaciones, considerando las habilidades de cada uno.
- Cada estación implica una habilidad motriz específica (saltar, arrastrarse, lanzar a un blanco).
- Fomentar que los estudiantes se comuniquen para apoyar y animar durante la actividad.
- Al terminar, realizar una reflexión grupal sobre cómo tomaron las decisiones y cómo se comunicaron.

Organización: Grupos

Producto esperado: Plan de recorrido cooperativo y ejecución de las estaciones con comunicación efectiva.

Duración estimada: 60 minutos

Actividad 3: "Rueda de Retroalimentación Motriz"

Objetivo: Identificar y corregir el desempeño motriz utilizando retroalimentación de pares y docente.

Descripción paso a paso:

- Realizar un juego cooperativo previamente conocido (por ejemplo, "La Telaraña" o "El Paracaídas").
- Al finalizar, formar un círculo donde cada estudiante da un comentario positivo y una sugerencia para mejorar a un compañero.
- El docente guía el proceso, asegurando que la retroalimentación sea respetuosa y constructiva.
- Luego, se invita a los estudiantes a hacer una autoevaluación breve sobre su desempeño.
- Finalmente, se propone una nueva ronda del juego aplicando las correcciones sugeridas.

Organización: Grupos y plenaria

Producto esperado: Mejoras evidentes en la ejecución motriz y habilidades sociales durante la segunda ronda.

Duración estimada: 50 minutos

Actividad 4: "Juego de las Normas y Respeto"

Objetivo: Demostrar respeto y responsabilidad hacia las normas del juego y compañeros durante actividades recreativas.

Descripción paso a paso:

- Explicar un juego sencillo con reglas claras, por ejemplo, "El juego del semáforo" o "El gato y el ratón".
- Antes de iniciar, discutir con los estudiantes la importancia de respetar las reglas y a los compañeros.
- Durante el juego, el docente observa y refuerza comportamientos positivos y corrige faltas de respeto o incumplimiento de normas.
- Al finalizar, realizar una ronda de comentarios sobre cómo se sintieron respetados y cómo colaboraron para mantener el juego justo.

Organización: Grupo completo

Producto esperado: Participación respetuosa y responsable en el juego.

Duración estimada: 30 minutos

Evaluación

Evaluación Diagnóstica

Qué se evalúa: Nivel inicial de habilidades motrices básicas, conocimiento de reglas y disposición para trabajar en equipo.

Cómo se evalúa: Observación directa durante un juego cooperativo sencillo y breve entrevista grupal sobre reglas y trabajo en equipo.

Instrumento sugerido: Lista de cotejo para habilidades motrices y preguntas guía para la entrevista.

Evaluación Formativa

Qué se evalúa: Aplicación de habilidades motrices en juegos cooperativos, comunicación y toma de decisiones, respeto por las reglas y compañeros, y capacidad de auto y heteroevaluación.

Cómo se evalúa: Observación continua durante las actividades, registro anecdótico de participación y desempeño, y revisión de las reflexiones y feedback en las actividades de retroalimentación.

Instrumento sugerido: Diario de clase del docente, listas de observación con indicadores de trabajo en equipo, respeto y ejecución motriz.

Evaluación Sumativa

Qué se evalúa: Capacidad integral del estudiante para aplicar habilidades motrices en juegos cooperativos, colaborar en la toma de decisiones, autogestionar su desempeño con retroalimentación y respetar normas y compañeros.

Cómo se evalúa: Ejecución de un juego cooperativo final donde se observan todos los aspectos mencionados, acompañado de una breve autoevaluación escrita o verbal y una evaluación grupal guiada por el docente.

Instrumento sugerido: Rúbrica que incluya criterios motrices, sociales y actitudinales, formato de autoevaluación y registro de evaluación grupal.