



Prácticum

EDUCACIÓN FÍSICA

**RED DE COLEGIOS
SEMPER ALTIUS**

Créditos

Oficina Central
Red de Colegio Semper Altius

Elena Bustillos Cornejo
Directora Nacional

Mónica García de Luca
Directora Académica de Investigación
y Gestión Académica

Claudia Gabriela Sosa Díaz
Gerente Académica Sección Preescolar

María Cristina Gómez García
Consultora Académica Preescolar

Luz María Torres Morales
Consultora Académica Preescolar

Colaboradores

Alejandro Alberto López Niño
Experto en contenido

Annia Favela Topete
Asesor técnico-pedagógico

Jessica Molina Villavicencio
Diseño de material



EDUCACIÓN FÍSICA

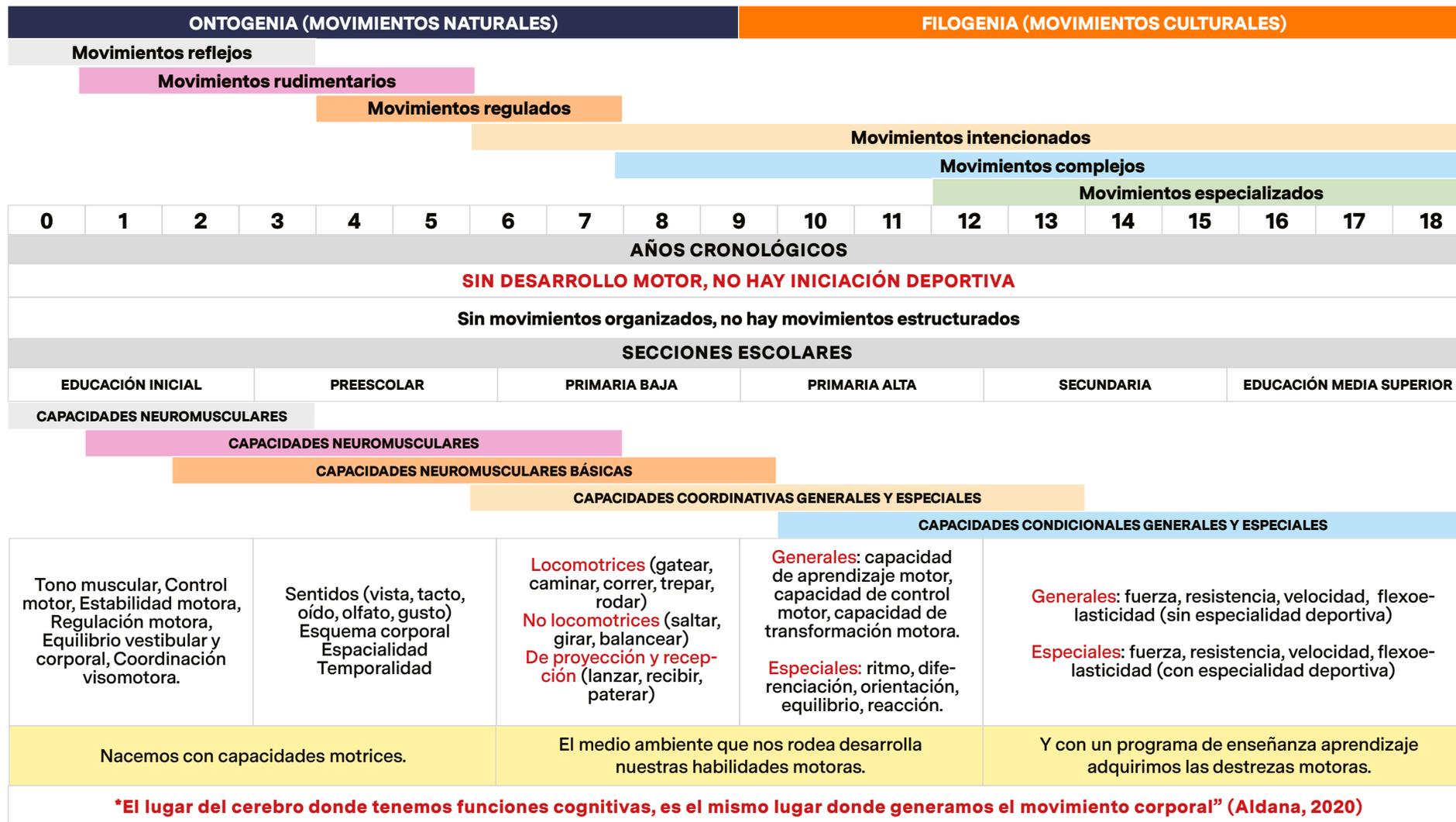
EDUCACIÓN FÍSICA



El prácticum de Educación Física (EF) es una guía didáctica para el docente frente a grupo, que contempla a la Educación Física como una asignatura curricular con contenidos transversales, que abona al perfil de egreso de los alumnos de la Red de Colegios Semper Altius (RCSA); es la formación motriz a lo largo de los 16 años que se observa desde el Modelo Pedagógico de la Red; a su vez, es la directriz de la evolución de los dominios educativos de los aprendizajes motrices esperados y los respectivos indicadores de desempeño de la dimensión corporal. El prácticum constituye una forma de mediación didáctica del docente para integrar actividades motrices, cognitivas, afectivas, sociales y sensoriales que estimulan las experiencias de los alumnos, sus acciones y conductas motrices expresadas mediante formas naturales e intencionadas de movimiento; es decir, favorece las experiencias motrices de los preescolares, sus gustos, aficiones, necesidades de movimiento e interacción con otros y en diversos ambientes.

El desarrollo motor en lo seres humanos es considerado como una sucesión continua de diferentes manifestaciones motrices, que López (2018) llama “Continuum de las capacidades motoras”. Todos nacemos con capacidades, el medio ambiente natural desarrolla las habilidades y el medio ambiente social desarrolla las destrezas. El desarrollo motriz se inicia a través de los movimientos reflejos y rudimentarios que generalmente son desorganizados, convirtiéndose posteriormente, en movimientos regulados e intencionados, consolidándose en el dominio de movimientos complejos y especializados, que se muestran de forma organizada en diversas tareas de alta exigencia.

Lo anterior se puede apreciar a través del siguiente gráfico:



Fuente: Enfoque Disciplinar de Educación Física de la RCSA (2022; 56), Modificado por López (2023)



La relevancia de este gráfico es destacar que en la educación inicial y preescolar se debe favorecer las capacidades perceptivo-motrices así como las capacidades motrices básicas, las cuales son el centro de los aprendizajes de este prácticum. En ese sentido, se espera que los alumnos:

- Coordinen sus movimientos de forma global al ejecutar acciones motrices óculo manuales y óculo pedales, posibilitando un mejor equilibrio y mayor confianza de sus acciones motrices, por medio de actividades dinámicas y estáticas con empleo o no de material didáctico.
- Identifiquen las partes de su cuerpo para experimentar y vivenciar diferentes movimientos corporal generales y/o segmentarios, que los movilizan hábilmente en diferentes direcciones, iniciando el desarrollo de las habilidades y destrezas motoras como una orientación de su corporeidad, percibiendo acciones temporales y espaciales por medio de acciones locomotrices, no locomotrices y de proyección y recepción.
- Regulen su respiración en relación con cada acción motriz lúdica estática y dinámica.
- Aprecien diferentes longitudes, intervalos y velocidades mientras se desplaza o se mantiene inmóvil.
- Ejecuten tareas locomotrices y no locomotrices de forma fina y gruesa utilizando o no recursos didácticos.
- Ejecuten movimientos, de forma ágil, en diferentes direcciones, espacios y momentos, reconociendo el entorno y a las personas que le rodean.
- Experimenten actividades individuales y cooperativas por medio de acciones locomotrices, no locomotrices, y de proyección y recepción.
- Experimenten de forma esencial y consciente el contacto con el medio que le rodea, donde se forma una idea de sí mismo, originando la posibilidad de modificar los comportamientos motrices y convertirlos a través de las experiencias en conductas motoras consecuentes y reguladas.
- Repitan movimientos corporales para su adaptación al proceso de aprendizaje motor.
- Regulen los movimientos corporales aprendidos que adaptan al entorno para mejorar su aprendizaje motor.
- Practiquen movimientos donde su capacidad de aprendizaje y control motor lo manifiestan por medio de actividades físicas individuales y colectivas, en pequeños grupos, que cimientan su desarrollo integral.
- Practiquen el juego libre para explorar sus movimientos corporales y el entorno en que se encuentra.
- Desarrollen el juego motor dirigido y estructurado con respeto de las disposiciones regulatorias para mejorar la convivencia y el inicio de las relaciones socioemocionales que garanticen la proyección que tiene de su persona con el mundo diverso y cultural que le rodea.

Las frecuencias y el tiempo destinado para el desarrollo de este prácticum son:

Grado	Bambolino 2	Bambolino 3	Kinder 1	Kinder 2	Kinder 3
Frecuencias semanales		2	2	2	2
Tiempo por frecuencia		30 minutos	30 minutos	30 minutos	30 minutos



En este prácticum encontrarás los siguientes ámbitos y estándares:

ÁMBITOS	ESTÁNDARES
ORIENTACIÓN DE LA CORPOREIDAD	A1.E1. Reconoce las partes de su cuerpo y la de los demás, favoreciendo la construcción de su esquema corporal, a través de actividades lúdicas y de movimiento que impliquen solución a tareas motrices, mostrando entusiasmo y perseverancia.
	A1.E2. Ejecuta diferentes movimientos corporales en distintas direcciones, favoreciendo sus habilidades espaciales, mostrando curiosidad y receptividad.
	A1.E3. Experimenta por medio de acciones motrices, la noción temporal con respecto al orden, sucesión y simultaneidad, favoreciendo su esquema corporal, competencia motriz y adaptación al medio, mostrando constancia y seguridad.
	 Estándares asociados con los ámbitos Procesos tónico-posturales (A1.S1.E1 al A1.S7.E7), Organización espacio temporal (A2.S1.E1 al A2.S3.E3.) e Integración corporal (A3.S1.E1 al A3.S2.E2) del prácticum de Psicomotricidad.
CAPACIDADES MOTRICES BÁSICAS	A2.E1. Ejercita sus capacidades motrices básicas, por medio de acciones locomotrices, no locomotrices, de proyección y recepción, favoreciendo su desarrollo motriz, reproduciéndolas con mayor seguridad y confianza.
	 Estándar asociado con el ámbito Procesos tónico-posturales (A1.S1.E1 al A1.S7.E7) del prácticum de Psicomotricidad.
JUEGO INTENCIONADO	A2.E1. Ejercita sus habilidades motrices, por medio de juegos individuales y colectivos, que favorecen sus capacidades cognitivas, motrices, sensoriales y afectivas, mostrando destreza y seguridad.

PREGUNTAS DIDÁCTICAS



¿QUÉ VA A APRENDER EL ALUMNO?

A conocer su cuerpo y sus posibilidades, lo cual favorece la construcción de su esquema corporal que impulse una mejor adaptación, así como la mejora de sus habilidades y destrezas perceptivo-motrices, locomotoras, no locomotoras, de proyección y de recepción.

A su vez el alumno desarrollará el gusto por la actividad física a través del juego que, además de ser una necesidad en la vida, es un medio capaz de desencadenar el gusto por la actividad física, generando la convivencia con sus compañeros y los deseos de seguir su aprendizaje motriz dentro y fuera de la escuela.

¿PARA QUÉ LO VA A APRENDER?

Para intervenir de forma puntual, según sus posibilidades de movimiento, para lograr una formación cognitivo motriz; teniendo y aceptando su realidad e identidad corporal como elemento central de su acción educativa, dentro de “learning spaces & environments” y su entorno familiar, donde es un ser vivo, que se mueve constantemente, interactuando con las personas que le rodean, donde la corporeidad juega un papel definitivo, como base de la consciencia de su ser.

Para impulsar el desarrollo motriz de forma oportuna, según las posibilidades de movimiento de cada alumno, su realidad e identidad corporal. El alumno en esta etapa inicial y preescolar es un ser vivo, que se mueve constantemente e interactúa consigo mismo y con otras personas que le rodean; en este sentido, los aprendizajes esperados de Educación Física incidirán en la formación cognitivo motriz de la persona con la finalidad de potenciar la corporeidad y, por ende, la consciencia de su ser.

¿CÓMO LO VA A APRENDER?

A través de intervenciones didácticas que integren actividades motrices, cognitivas, afectivas, sociales y sensoriales que estimulen de forma ordenada y sistemática el movimiento que el alumno posee de forma natural; es importante que el docente proponga experiencias motrices con base en los gustos, intereses, aficiones o necesidades de movimiento de los alumnos para impulsar, en un primer momento, el conocimiento y reconocimiento de su cuerpo y entorno para luego convivir e interactuar con otros en diversos ambientes.



¿CON QUÉ LO VA A APRENDER?

Con el uso de recursos y materiales que propicien un movimiento estructurado como conos, aros, pelotas o acciones motrices que sin uso de materiales concretos impacten en su locomoción como circuitos, siguiendo rutas establecidas en ambientes de aprendizaje como el patio, el salón de psicomotricidad, etc.

¿CÓMO SE EVALUARÁ SU APRENDIZAJE?

A través de una evaluación continua y permanente con un sentido formativo que permita valorar y mejorar sus desempeños motrices de forma integral desde el propio ritmo y trayecto de cada alumno, con apoyo de instrumentos de evaluación como rúbricas o formatos preestablecidos para valorar el desarrollo motriz según las pautas establecidas para el grado.

RECOMENDACIONES AL DOCENTE

De acuerdo con los estándares que se busca desarrollar en los alumnos, se recomienda que el docente tenga presente los siguientes puntos:

- ✓ Leer el Enfoque disciplinar de Educación física para estar en sintonía con la propuesta.
- ✓ Tener siempre listo el material antes de empezar la clase, asegurando que este sea suficiente para los alumnos.
- ✓ Enfocar la atención en todos los niños, monitoreando el progreso de acuerdo con las capacidades y nivel madurativo de los alumnos.
- ✓ Organizar a los alumnos en equipos con una intención clara, sea por desarrollo, intereses o por zona de desarrollo próximo.
- ✓ Considerar la edad a la que se dirige la actividad.
- ✓ Dar un tiempo de exploración cuando se introduce material nuevo para cuidar la atención posterior en la actividad.
- ✓ Cuidar, en la medida de lo posible, los horarios de la clase con respecto a la exposición de sol y los recreos programados.
- ✓ Promover espacios individuales y grupales para que los alumnos demuestren y reconozcan sus habilidades motoras dentro de los espacios deportivos o destinados para la actividad.
- ✓ Seleccionar los espacios para que los alumnos lo utilicen y realicen actividades que promuevan de manera significativa y eficaz el aprendizaje motriz atendiendo el pilar de “Learning Spaces & Environments”.
- ✓ Promover entre los alumnos el respeto, solidaridad, equidad, seguridad, colaboración y el juego limpio en todas las actividades.





DE EQUIPAMIENTO

A continuación, se muestran las recomendaciones de materiales que pueden emplear, estas opciones son sugeridas más no limitativas:

- Pelotas de plástico chicas, medianas y grandes para atrapar y lanzar.
- Aros medianos y pequeños (20, 25, 30, 35, 40 cm de diámetro).
- Conos de colores.
- Platos de plástico de diversos colores.
- Colchonetas.
- Balones de fútbol del número 3 y 4, en caso de que el peso de balón no se adapte a los niños, se sugiere utilizar balones de mini voleibol (el peso y tamaño apoyarán la coordinación óculo pedal).
- Balones de baby básquet, como alternativa de los balones de mini básquet.
- Cuerdas.
- Palos de escoba que pueden ser utilizados como estacas.
- Escaleras marinas.
- Costalitos de ½ kilogramo.

PARA EL ESPACIO

Es recomendable:

- Utilizar los espacios de aprendizaje como salones, canchas, alberca, patios, jardines y generar ambientes de aprendizaje propicios con la actividad, los integrantes del grupo, materiales y recursos didácticos, metodologías con características CAR, junto con el enfoque disciplinar de Educación Física.
- Considerar el espacio de aprendizaje y la atención de los alumnos, cuando coincida con el recreo de otros grupos durante el horario de la clase.
- Cuidar la exposición prolongada al sol, en la medida de lo posible y contar con líquidos disponibles para los niños. Se sugiere utilizar pasillos o corredores que están techados para actividades que implican seguimiento de instrucciones.

TABLA DE SABERES



ORIENTACIÓN DE LA CORPOREIDAD

CONCEPTUAL

- Partes del cuerpo.
- Izquierda-derecha
- Esquema corporal
- Movimientos simples y complejos
- Segmentos corporales
- Acciones motrices estáticas y dinámicas
- Nociones espaciales
- Nociones temporales (orden, sucesión y simultaneidad)

ACTITUDINAL

Se espera que el alumno:

- muestre entusiasmo por coordinar su cuerpo;
- aprecie su cuerpo y los diferentes movimientos que puede realizar;
- muestre curiosidad por explorar sus habilidades motrices, espaciales como temporales;
- muestre confianza en sus capacidades motoras.

PROCEDIMENTAL

Se espera que el alumno:

- se inicie en la ubicación izquierda-derecha;
- coordine sus segmentos corporales.
- realice acciones motrices, combinando movimientos simples y complejos;
- realice acciones motrices estáticas y dinámicas;
- ejecute, con mayor destreza, diferentes movimientos motrices en un circuito de estaciones;
- ejecute acciones físicas que implican control y regulación motora corporal manipulando objetos;
- describa la ubicación de objetos tomándose a sí mismo como punto de referencia y/u otro elemento;
- ejecute acciones espaciales que implican la solución de tareas motoras complejas.
- emplee nociones de orden

TABLA DE SABERES



ORIENTACIÓN DE LA CORPOREIDAD

- antes – después, cerca – lejos, día - noche en tareas motoras;
- emplee nociones de tiempo en ordenación (antes-después), de sucesión y simultaneidad al seguir el ritmo con su cuerpo.



A1.E1.

Reconoce las partes de su cuerpo y la de los demás, favoreciendo la construcción de su esquema corporal, a través de actividades lúdicas y de movimiento que impliquen solución a tareas motrices, mostrando entusiasmo y perseverancia.

Bambolino 2	Bambolino 3	Kinder 1	Kinder 2	Kinder 3
	<p>1. Reconocerá, con la guía del docente, las diferentes partes de su cuerpo, asociando diferentes posturas y acciones motrices.</p>	<p>1. Identificará las partes de su cuerpo, asociando diferentes acciones corporales y situaciones que requieren posturas equilibradas para solucionar tareas motrices sencillas.</p>	<p>1. Ejecutará, con la guía del docente, acciones físicas, mostrando mayor control motor corporal para la solución de tareas motrices sencillas.</p>	<p>1. Ejecutará acciones físicas que impliquen control y regulación motora corporal para la solución de tareas motrices sencillas y complejas.</p>
	<p>1.1 Reconoce partes de su cuerpo como cabeza, piernas, pies, brazos y manos.</p>	<p>1.1 Identifica partes de su cuerpo como cabeza, tronco, brazos, manos, piernas y pies.</p>	<p>1.1 Identifica las partes del cuerpo, distinguiendo, con apoyo, que tiene dos lados iguales. Por ejemplo, un brazo y una pierna en un lado y un brazo y una pierna del otro lado.</p>	<p>1.1 Demuestra con mayor conciencia que sus extremidades ocupan las dos partes de su cuerpo, iniciando la ubicación izquierda-derecha.</p>
	<p>1.2 Identifica sus segmentos corporales, como: cabeza, cuello, tronco y extremidades superiores e inferiores.</p>	<p>1.2 Identifica sus diferentes segmentos corporales, como: cabeza, cuello, tronco y extremidades superiores e inferiores, en relación con los movimientos que ejecuta.</p>	<p>1.2 Realiza acciones motrices, combinando movimientos simples de forma esperada utilizando diferentes segmentos corporales.</p>	<p>1.2 Realiza acciones motrices, combinando movimientos simples y complejos de forma esperada utilizando diferentes segmentos corporales.</p>
	<p>1.3 Realiza acciones motrices estáticas y dinámicas, siguiendo las indicaciones del docente, para estimular el equilibrio corporal.</p>	<p>1.3 Realiza acciones motrices estáticas y dinámicas, siguiendo las indicaciones del docente, para estimular el equilibrio</p>	<p>1.3 Realiza acciones motrices estáticas y dinámicas, siguiendo las indicaciones del docente, para fortalecer el equilibrio corporal y</p>	<p>1.3 Realiza acciones motrices estáticas y dinámicas, siguiendo las indicaciones del docente, para fortalecer el equilibrio corporal y</p>



A1.E1.

Reconoce las partes de su cuerpo y la de los demás, favoreciendo la construcción de su esquema corporal, a través de actividades lúdicas y de movimiento que impliquen solución a tareas motrices, mostrando entusiasmo y perseverancia.

		corporal y fortalecer el equilibrio vestibular.	vestibular, estimulando el control motor corporal.	vestibular y favoreciendo los ajustes del control y regulación motora corporal.
1.4	Mantiene posturas básicas (sentado, parado, acostado, hincado) movilizándolas en diversas situaciones. Por ejemplo: de sentado o parado o acostado, al gateo o caminar o correr o saltar o trepar.	1.4 Controla posturas básicas, tales como sentado, parado, acostado, etc., movilizándolas en diversas situaciones y velocidades. Por ejemplo: de sentado a correr a velocidad; de acostado a correr a velocidad, etc.	1.4 Experimenta las formas que adopta su cuerpo al realizar movimientos complejos que combinan posturas y equilibrios estáticos o dinámicos. Por ejemplo: de giros a carrera o saltos; de galopar a pararse en dos y/o un pie; etc.	1.4 Ejercita acciones motrices dentro de la clase de acuerdo con sus intereses, motivaciones y habilidades motrices. Por ejemplo: propone un ejercicio o movimiento o actividad.
1.5	Pone en práctica diferentes posiciones corporales estáticas. Por ejemplo: Acostado boca arriba o boca abajo o de lado, hincado, parado en un pie.	1.5 Pone en práctica diferentes transiciones corporales dinámicas a estáticas. Por ejemplo: balanceos y sentarse o acostarse y dar saltos; giros a sentarse o acostarse, etc.	1.5 Pone en práctica diferentes transiciones corporales de estáticas a dinámicas a estáticas. Por ejemplo: sentado - balanceos - acostado, etc.	1.5 Pone en práctica diferentes transiciones corporales de dinámicas a estáticas a dinámicas. Por ejemplo: balanceos - acostado - giros, etc.
1.6	Participa, con apoyo, en un circuito de estaciones con movimientos que involucren gradualmente distintas partes de su cuerpo.	1.6 Experimenta, con apoyo, movimientos que involucren gradualmente distintas partes del cuerpo en un circuito de estaciones.	1.6 Experimenta movimientos que involucren gradualmente distintas partes del cuerpo o la mayor parte de su cuerpo en un circuito de estaciones.	1.6 Ejecuta, con mayor destreza, diferentes movimientos motrices en un circuito de estaciones, utilizando diferentes objetos (aros, pelotas, pa-



A1.E1.

Reconoce las partes de su cuerpo y la de los demás, favoreciendo la construcción de su esquema corporal, a través de actividades lúdicas y de movimiento que impliquen solución a tareas motrices, mostrando entusiasmo y perseverancia.

				ñuelos, conos, platos, etc.).
	1.7 Reconoce, con apoyo, las diferentes partes de su cuerpo, asociando diferentes posturas dinámicas con acciones motrices dinámicas que no implican desplazamiento.	1.7 Identifica las partes de su cuerpo, asociando diferentes acciones corporales y situaciones que requieren posturas dinámicas equilibradas para solucionar tareas motrices sencillas que no implican desplazamiento.	1.7 Ejecuta, con apoyo, acciones físicas, mostrando mayor control motor corporal para la solución de tareas motrices sencillas que no implican desplazamiento.	1.7 Ejecuta acciones físicas que implican control y regulación motora corporal para la solución de tareas motrices sencillas y complejas que no implican desplazamiento.
	1.8 Reconoce, con apoyo, las diferentes partes de su cuerpo, asociando diferentes posturas estáticas y dinámicas, manipulando objetos.	1.8 Identifica las partes de su cuerpo, asociando diferentes acciones corporales y situaciones que requieren posturas estáticas y dinámicas equilibradas para solucionar tareas, manipulando objetos.	1.8 Ejecuta, con apoyo, acciones físicas, mostrando mayor control motor corporal para la solución de tareas de sencillas, manipulando objetos.	1.8 Ejecuta acciones físicas, que implican control y regulación motora corporal para la solución de tareas de sencillas y complejas, manipulando objetos.
	1.9 Reconoce, con apoyo, las diferentes partes de su cuerpo, asociando diferentes posturas estáticas y dinámicas manipulando objetos con sus extremidades superiores e inferiores.	1.9 Identifica las partes de su cuerpo, asociando diferentes acciones corporales y situaciones que requieren posturas estáticas y dinámicas equilibradas manipulando objetos con sus extremidades superiores e inferiores.	1.9 Ejecuta, con la guía del docente, acciones físicas, mostrando mayor control motor corporal para la solución de tareas sencillas manipulando objetos con sus extremidades superiores e inferiores.	1.9 Ejecuta acciones físicas, que implican control y regulación motora corporal para la solución de tareas sencillas y complejas manipulando objetos con sus extremidades superiores e inferiores.



A1.E2.

Ejecuta diferentes movimientos corporales en distintas direcciones, favoreciendo sus habilidades espaciales, mostrando curiosidad y receptividad.

Bambolino 2	Bambolino 3	Kinder 1	Kinder 2	Kinder 3
	2. Identificará, con la guía del docente, acciones motrices haciendo uso de su noción espacial.	2. Realizará, con la guía del docente, acciones motrices haciendo uso de su noción espacial.	2. Ejecutará, con la guía del docente, movimientos y desplazamientos haciendo uso de su noción espacial.	2. Ejecutará movimientos y desplazamientos con mayor conciencia espacial.
	2.1 Reconoce, con apoyo, nociones espaciales como delante/atrás, afuera/adentro, arriba/abajo, lado a lado.	2.1 Identifica nociones espaciales como delante/atrás, afuera/adentro, arriba/abajo y lado a lado.	2.1 Identifica nociones espaciales desde puntos de referencia (arriba de, al lado de, debajo de, dentro de, fuera de, etc.)	2.1 Describe la ubicación de objetos tomándose a sí mismo como punto de referencia y/u otro elemento.
	2.2 Sigue instrucciones espaciales, con apoyo. Por ejemplo, coloca la pelota dentro del aro.	2.2 Sigue instrucciones espaciales con mayor destreza. Por ejemplo, coloca la pelota dentro del aro.	2.2 Ejecuta acciones espaciales que implican la solución de tareas motoras sencillas. Por ejemplo, coloca la pelota dentro del aro que correspondan al mismo color.	2.2 Ejecuta acciones espaciales que implican la solución de tareas motoras complejas. Por ejemplo, coloca varias pelotas, una sobre cada uno de los platos de plástico que correspondan al mismo color.
	2.3 Busca, con apoyo, objetos que conoce, dentro y fuera del salón de clases.	2.3 Busca libremente objetos que reconoce, dentro y fuera del salón de clases, y los coloca en el lugar que le ha sido indicado.	2.3 Esconde libremente determinados objetos que reconocen sus compañeros, con apoyo otorga pistas para que sean encontrados por ellos mismos.	2.3 Esconde libremente determinados objetos, que reconocen sus compañeros para que sean encontrados por ellos mismos.



A1.E3.

Experimenta por medio de acciones motrices, la noción temporal con respecto al orden, sucesión y simultaneidad, favoreciendo su esquema corporal, competencia motriz y adaptación al medio, mostrando constancia y seguridad.

Bambolino 2	Bambolino 3	Kinder 1	Kinder 2	Kinder 3
	3. Identificará, con la guía del docente, nociones temporales (orden y sucesión) a través de acciones motrices.	3. Realizará, con la guía del docente, acciones motrices, haciendo uso de su noción temporal (orden, sucesión y simultaneidad).	3. Ejecutará, con la guía del docente, movimientos y desplazamientos haciendo uso de su noción temporal (orden, sucesión y simultaneidad).	3. Ejecutará movimientos y desplazamientos con mayor conciencia temporal.
	3.1 Explora, con apoyo, las nociones de orden antes – después, cerca – lejos, día - noche en las actividades motoras propuestas.	3.1 Reconoce las nociones de orden antes – después, cerca – lejos, día - noche en las actividades motoras que realiza.	3.1 Identifica las nociones de orden antes – después, cerca – lejos, día - noche en las actividades motoras que realiza.	3.1 Emplea nociones de orden antes – después, cerca – lejos, día - noche en tareas motoras.
	3.2 Sigue, con apoyo, indicaciones para formar una fila: de manera aleatoria, según talla, según sexo, antes de, después de.	3.2 Sigue indicaciones para formar una o dos filas: de manera aleatoria, según talla, según sexo, antes de, después de, al lado de.	3.2 Sigue indicaciones para formar una, dos o tres filas: de manera aleatoria, según talla, según sexo, antes de, después de, al lado de, antes y después de mis 2 compañeros.	3.2 Sigue indicaciones para formar dos o tres filas: de manera aleatoria, según talla, según sexo, antes de, después de, al lado de, al lado de y de; antes y después de 2 o 3 compañeros.
	3.3 Imita, con apoyo, movimientos corporales y los relaciona con una determinada música que escucha.	3.3 Reproduce movimientos corporales al mismo tiempo que los observa y los relaciona con una determinada música que escucha.	3.3 Practica movimientos corporales al mismo tiempo que los observa y escucha una determinada música.	3.3 Experimenta el baile como una expresión corporal de movimientos sincronizados con una determinada música que escucha.



A1.E3.

Experimenta por medio de acciones motrices, la noción temporal con respecto al orden, sucesión y simultaneidad, favoreciendo su esquema corporal, competencia motriz y adaptación al medio, mostrando constancia y seguridad.

	3.4 Sigue, con apoyo, el ritmo de la música a través del cuerpo.	3.4 Realiza, con apoyo, movimientos motrices siguiendo una secuencia rítmica.	3.4 Realiza, con mayor destreza, movimientos motrices siguiendo una secuencia rítmica.	3.4 Propone nuevos patrones motrices secuenciales manifestando su capacidad rítmica.

TABLA DE SABERES



ORGANIZACIÓN ESPACIO TEMPORAL

CONCEPTUAL

- Capacidades motrices básicas
- Acciones locomotrices, no locomotrices, de proyección y recepción.
- Acciones motrices estáticas y dinámicas

ACTITUDINAL

Se espera que el alumno:

- muestre confianza y seguridad al ejecutar sus capacidades motrices básicas;
- muestre preferencia y seguridad al emplear el lado dominante de su cuerpo, izquierda o derecha, durante las tareas motrices.

PROCEDIMENTAL

Se espera que el alumno:

- ejecute acciones físicas que impliquen control y regulación motora corporal para la solución de tareas locomotrices, no locomotrices como de recepción y proyección;
- realice acciones motrices estáticas y dinámicas, que requieren ajuste postural en el tiempo y espacio, mostrando control motor y equilibrio corporal;
- ejecute posiciones corporales dinámicas de proyección y recepción;
- ejecute diferentes movimientos motrices en un circuito de estaciones.



A2.E1.

Ejercita sus capacidades motrices básicas, por medio de acciones locomotrices, no locomotrices, de proyección y recepción, favoreciendo su desarrollo motriz, reproduciéndolas con mayor seguridad y confianza.

Bambolino 2	Bambolino 3	Kinder 1	Kinder 2	Kinder 3
	<p>1. Reconocerá, con la guía del docente, las diferentes partes de su cuerpo asociándolas con diversos movimientos combinados.</p>	<p>1. Identificará las partes de su cuerpo, asociando diferentes acciones que impliquen movimientos combinados, favoreciendo sus capacidades motrices básicas.</p>	<p>1. Ejecutará, con la guía del docente, acciones que impliquen movimientos combinados, reflejando mayor destreza en sus capacidades motrices básicas.</p>	<p>1. Ejecutará acciones que impliquen movimientos combinados, reflejando mayor destreza en sus capacidades motrices básicas.</p>
	<p>1.1 Reconoce, con apoyo, las diferentes partes de su cuerpo, asociando diferentes posturas dinámicas con acciones no locomotrices.</p>	<p>1.1 Identifica las partes de su cuerpo, asociando diferentes acciones corporales y situaciones que requieren posturas dinámicas equilibradas para solucionar tareas no locomotrices sencillas.</p>	<p>1.1 Ejecuta, con apoyo, acciones físicas, mostrando mayor control motor corporal para la solución de tareas no locomotrices sencillas.</p>	<p>1.1 Ejecuta acciones físicas que impliquen control y regulación motora corporal para la solución de tareas no locomotrices sencillas y complejas.</p>
	<p>1.2 Reconoce, con apoyo, las diferentes partes de su cuerpo, asociando diferentes posturas dinámicas con movimientos de proyección y recepción.</p>	<p>1.2 Identifica las partes de su cuerpo, asociando diferentes acciones corporales y situaciones que requieren posturas dinámicas equilibradas para solucionar tareas de proyección y recepción.</p>	<p>1.2 Ejecuta, con apoyo, acciones físicas, mostrando mayor control motor corporal para la solución de tareas de proyección y recepción.</p>	<p>1.2 Ejecuta acciones físicas que impliquen control y regulación motora corporal para la solución de tareas de proyección y recepción, sencillas y complejas.</p>
	<p>1.3 Reconoce, con apoyo, las diferentes partes de su cuerpo, asociando dife-</p>	<p>1.3 Identifica las partes de su cuerpo, asociando diferentes acciones cor-</p>	<p>1.3 Ejecuta, con apoyo, acciones físicas, mostrando mayor control motor</p>	<p>1.3 Ejecuta acciones físicas que impliquen control y regulación motora cor-</p>



A2.E1.

Ejercita sus capacidades motrices básicas, por medio de acciones locomotrices, no locomotrices, de proyección y recepción, favoreciendo su desarrollo motriz, reproduciéndolas con mayor seguridad y confianza.

	rentes posturas dinámicas con movimientos combinados (locomotrices, no locomotrices y de proyección y recepción), para sentar las bases de movimientos complejos.	porales y situaciones que requieren posturas dinámicas equilibradas para solucionar tareas de movimientos combinados (locomotrices, no locomotrices y de proyección y recepción), para sentar las bases de movimientos complejos.	corporal para la solución de tareas de movimientos combinados (locomotrices, no locomotrices y de proyección y recepción), para sentar las bases de movimientos complejos.	poral para la solución de tareas de proyección y recepción, sencillas y complejas, de movimientos combinados (locomotrices, no locomotrices y de proyección y recepción), para sentar las bases de movimientos complejos.
1.4	Reconoce partes de su cuerpo como cabeza, piernas, pies, brazos y manos.	1.4 Identifica partes de su cuerpo como cabeza, tronco, brazos, manos, piernas y pies.	1.4 Identifica las partes del cuerpo, distinguiendo, con apoyo, que tiene dos lados iguales. Por ejemplo, un brazo y una pierna en un lado y un brazo y una pierna del otro lado.	1.4 Demuestra con mayor conciencia que sus extremidades ocupan las dos partes de su cuerpo, iniciando la ubicación izquierda-derecha.
1.5	Identifica sus segmentos corporales, como: cabeza, cuello, tronco y extremidades superiores e inferiores.	1.5 Identifica sus diferentes segmentos corporales, como: cabeza, cuello, tronco y extremidades superiores e inferiores, en relación con la ejecución de acciones locomotrices, no locomotrices, de proyección y recepción; además de la combinación de estos movimientos.	1.5 Realiza acciones locomotrices, no locomotrices, de proyección y recepción, además de la combinación de estos movimientos, de forma esperada, coordinando sus segmentos corporales.	1.5 Realiza acciones locomotrices, no locomotrices, de proyección y recepción, además de la combinación de estos movimientos ante retos motrices sencillos y complejos.



A2.E1.

Ejercita sus capacidades motrices básicas, por medio de acciones locomotrices, no locomotrices, de proyección y recepción, favoreciendo su desarrollo motriz, reproduciéndolas con mayor seguridad y confianza.

	<p>1.6 Realiza posturas corporales, siguiendo las indicaciones del docente, que estimulen el equilibrio corporal para fortalecer el equilibrio vestibular.</p>	<p>1.6 Realiza posturas corporales, siguiendo las indicaciones del docente, que estimulen el equilibrio corporal para fortalecer el equilibrio vestibular y el control motor corporal.</p>	<p>1.6 Realiza acciones motrices estáticas y dinámicas que requieren ajustes espaciales, que fortalezcan el equilibrio corporal y vestibular, además del control motor corporal.</p>	<p>1.6 Realiza acciones motrices estáticas y dinámicas, que requieren ajuste postural en el tiempo y espacio, mostrando control motor y equilibrio corporal. Por ejemplo, sostenerse en un pie por más de 3 segundos, saltar con un pie.</p>
	<p>1.7 Mantiene posturas básicas (sentado, parado, acostado, hincado) movilizándolas en diversas situaciones. Por ejemplo: de sentado o parado o acostado: al ganeo o caminar o correr o saltar o trepar.</p>	<p>1.7 Controla posturas básicas, tales como sentado, parado, acostado, etc., movilizándolas en diversas situaciones y velocidades. Por ejemplo: de sentado a correr a velocidad; de acostado a correr a velocidad, etc.</p>	<p>1.7 Experimenta las formas que adopta su cuerpo al realizar movimientos complejos que combinan posturas y equilibrios estáticos o dinámicos. Por ejemplo: de giros a carrera o saltos; de galopar a pararse en dos y/o un pie; etc.</p>	<p>1.7 Practica acciones motrices dentro de la clase de acuerdo con sus intereses, motivaciones y habilidades motrices. Por ejemplo: propone un ejercicio o movimiento o actividad.</p>
	<p>1.8 Pone en práctica diferentes posiciones corporales estáticas. Por ejemplo: Acostado boca arriba o boca abajo o de lado, hincado, parado en un pie.</p>	<p>1.8 Pone en práctica diferentes posiciones corporales dinámicas no locomotrices en combinación con locomotrices. Por ejemplo: balanceos y salir en carrera o saltos; giros (derecha-izquierda) salir corriendo o saltando, etc.</p>	<p>1.8 Pone en práctica diferentes posiciones corporales dinámicas de proyección y recepción; Por ejemplo: lanza un objeto – recibe con las manos; pateo un objeto – recibe (amortigua) con los pies; esta actividad se realiza con dos alumnos en posición estática.</p>	<p>1.8 Pone en práctica diferentes posiciones corporales dinámicas de proyección y recepción; Por ejemplo: lanza un objeto – recibe con las manos; pateo un objeto – recibe (amortigua) con los pies; esta actividad se realiza con un alumno en movimiento (lanzador o recep-</p>



A2.E1.

Ejercita sus capacidades motrices básicas, por medio de acciones locomotrices, no locomotrices, de proyección y recepción, favoreciendo su desarrollo motriz, reproduciéndolas con mayor seguridad y confianza.

				tor) y el otro estático; el nivel más complejo es que ambos alumnos estén en movimiento.
	1.9 Participa, con apoyo, en un circuito de estaciones con movimientos que involucren gradualmente distintas partes de su cuerpo.	1.9 Experimenta, con apoyo, movimientos que involucren gradualmente distintas partes del cuerpo en un circuito de estaciones.	1.9 Experimenta movimientos que involucren gradualmente distintas partes del cuerpo o la mayor parte de su cuerpo en un circuito de estaciones.	1.9 Ejecuta, con mayor destreza, diferentes movimientos motrices en un circuito de estaciones, utilizando diferentes objetos (aros, pelotas, pañuelos, conos, platos, etc.).

TABLA DE SABERES



JUEGO INTENCIONADO

CONCEPTUAL

- Juegos estáticos y dinámicos
- Sensaciones
- Emociones
- Juegos individuales y colectivos
- Juegos posturales y juegos dinámicos
- Juego reglado
- Juegos sensoriales

ACTITUDINAL

Se espera que el alumno:

- muestre interés por los juegos en los que participa de forma activa;
- conviva de forma armónica, activa y respetuosa al jugar con sus compañeros.

PROCEDIMENTAL

Se espera que el alumno:

- participe en juegos reglados, sensoriales, libres y estructurados;
- ejercite sus habilidades motrices a través del juego;
- experimente su capacidad motriz a través del juego.



A3.E1.

Ejercita sus habilidades motrices, por medio de juegos individuales y colectivos, que favorecen sus capacidades cognitivas, motrices, sensoriales y afectivas, mostrando destreza y seguridad.

Bambolino 2	Bambolino 3	Kinder 1	Kinder 2	Kinder 3
	1. Reconocerá las diferentes sensaciones y emociones que producen los juegos estáticos y dinámicos.	1. Identificará las diferentes sensaciones y emociones que producen los juegos estáticos y dinámicos.	1. Experimentará diferentes sensaciones y emociones que producen los juegos estáticos en diferentes posturas y dinámicos con cambios de dirección.	1. Experimentará diversas sensaciones y emociones que producen los diferentes juegos posturales y juegos dinámicos con cambios de dirección, ritmo y velocidad.
	1.1 Busca, con apoyo y por medio del juego, objetos que se encuentran en un determinado espacio.	1.1 Busca, con apoyo, objetos que se encuentran en un determinado espacio, estando limitado por tiempo a través del juego.	1.1 Experimenta la búsqueda de objetos a través de juego, estando limitado en tiempo y espacio.	1.1 Participa de forma autónoma en la búsqueda de objetos a través de juego reglado (límite de tiempo y delimitación del espacio).
	1.2 Reconoce, con apoyo, por medio de juegos las características físicas del entorno que le rodea.	1.2 Identifica por medio de juegos las características físicas del entorno que le rodea.	1.2 Identifica, por medio de juegos, las características físicas del entorno que le rodea y la relación con su cuerpo. Por ejemplo: relación de figuras geométricas con su cuerpo.	1.2 Experimenta, por medio de juegos, la relación de su cuerpo con las características físicas del entorno; Ejemplo: desplazamientos dentro de figuras geométricas.
	1.3 Identifica, con apoyo, gestos, expresiones y posturas propias y de sus compañeros, a través de juegos sensoriales que involucren retos visuales y auditivos.	1.3 Experimenta, gestos, expresiones y posturas propias y de sus compañeros, a través de juegos sensoriales que involucren retos visuales y auditivos.	1.3 Practica gestos, expresiones y posturas propias y de sus compañeros, a través de juegos sensoriales que involucren retos táctiles, visuales y auditivos.	1.3 Analiza gestos, expresiones y posturas propias y de sus compañeros, a través de juegos sensoriales que involucren retos táctiles, visuales y auditivos.



A3.E1.

Ejercita sus habilidades motrices, por medio de juegos individuales y colectivos, que favorecen sus capacidades cognitivas, motrices, sensoriales y afectivas, mostrando destreza y seguridad.

			1.4 Utiliza la coordinación motriz dinámica general para resolver tareas individuales y colectivas con fluidez e incrementar sus ajustes corporales.	1.4 Experimenta por medio del juego libre y estructurado su nivel de complejidad motriz ante retos corporales.
	1.5 Imita, con apoyo y a través de juegos, los movimientos y sonidos de animales.	1.5 Representa por medio de juegos los movimientos y sonidos de animales.	1.5 Experimenta acciones motrices combinadas que imiten el movimiento y sonido de animales.	1.5 Practica juegos donde manifiesta sus habilidades adquiridas por medio de la imitación de movimientos y sonidos de animales.
	1.6 Observa, con apoyo, por medio de juegos sensoriales las diferentes respuestas motrices de sus compañeros ante estímulos auditivos y visuales.	1.6 Experimenta por medio de juegos sensoriales las diferentes respuestas motrices de sus compañeros ante estímulos táctiles, auditivos y visuales.	1.6 Practica por medio de juegos sensoriales las diferentes respuestas motrices de sus compañeros ante estímulos olfatorios, táctiles, auditivos y visuales.	1.6 Analiza por medio de juegos sensoriales las diferentes respuestas motrices de sus compañeros ante estímulos gustativos, olfatorios, táctiles, auditivos y visuales.

GLOSARIO



ACCIÓN MOTRIZ

Es un movimiento de tipo voluntario, consciente, intencional y que obedece a lograr fines determinados por el contexto, actividades y juegos que se despliegan en la sesión de educación física, en la iniciación deportiva y el deporte educativo (en plural: acciones motrices).

CAPACIDADES MOTRICES BÁSICAS

Son consideradas una serie de acciones motoras que encuentran su soporte para su desarrollo en las capacidades perceptivo-motrices, las cuales están presentes desde el momento del nacimiento, y que al mismo tiempo evolucionan conjuntamente; la repetición de estas acciones motrices y su adaptación, son el mecanismo en que se sustenta el proceso de aprendizaje motor; para que una capacidad motriz sea básica, debe tener las siguientes características:

- * Ser común en todos los seres humanos.
- * Permitir la sobrevivencia de la especie.
- * Ser base para los aprendizajes motrices.
- * Sustentar el patrimonio de habilidades motoras.

Se clasifican en: locomotrices, no locomotrices y de proyección/recepción.

CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES

Se definen como el conjunto de capacidades directamente derivadas y dependientes del funcionamiento del sistema nervioso central; están integradas por: esquema corporal, espacialidad y temporalidad.

CONTROL MOTOR

Es una serie de acciones motoras que interrelacionan el esquema corporal y la corporeidad (conciencia del ser corporal), buscan un equilibrio permanente entre tensión y relajación para que el tono muscular adquiera cada vez mayores niveles de relajación que son la base para desarrollar actividades cinéticas y posturales. Existe una gran relación entre la actividad tónica postural y cerebral por lo que al atender el control motor se interviene sobre procesos de atención, manejo de emociones y desarrollo de la personalidad del alumno.

COORDINACIÓN MOTRIZ DINÁMICA

Es la posibilidad que se tiene de ejecutar acciones que implican una gama diversa de movimientos en los que interviene la actividad de determinados segmentos, órganos o grupos musculares y la inhibición de otras partes del cuerpo.

**COORDINACIÓN MOTRIZ ESTÁTICA**

Es la posibilidad que se tiene de realizar y mantener posturas que implican una gama diversa de contracciones musculares para conservar el tono muscular, con la intervención de un determinado segmento o grupo muscular.

COORDINACIÓN ÓCULO PEDAL

Es una habilidad cognitiva compleja, en la cual se requiere una coordinación precisa entre la vista y los movimientos de los pies. Durante la coordinación óculo pedal, la vista debe guiar los movimientos del pie mediante un proceso de retroalimentación de información que crea un plano de ubicación y estímulo visual.

COORDINACIÓN ÓCULO MANUAL

Es una habilidad cognitiva compleja, en la cual se requiere una coordinación precisa entre la vista y los movimientos de la mano. Durante la coordinación óculo manual, la vista debe guiar los movimientos de la mano mediante un proceso de retroalimentación de información que crea un plano de ubicación y estímulo visual.

CORPOREIDAD

Se concibe como tener conciencia de sí mismo, de la propia realidad corporal, reconociéndola como la expresión de la existencia humana que se manifiesta mediante una amplia gama de gestos, posturas, mímicas, vivencias, deseos, motivaciones, aficiones y sus propias praxias que expresan su sentir.

ESQUEMA CORPORAL

Es el conocimiento que tenemos de nuestro cuerpo en movimiento o estático, en relación con sus diferentes partes corporales y el espacio que le rodea. Una mala o deficiente estructuración del esquema corporal trae consigo una serie de consecuencias en tres planos: *Perceptivo*, al mostrar dificultad en la percepción del mundo que le rodea a la persona; *Motriz*, se presenta una defectuosa coordinación y torpeza en los movimientos que se le piden a la persona, por falta de control y regulación motora; y *Social*, al mostrar dificultad para relacionarse con el medio, originando fracaso escolar y en algunos casos familiar.

ESPACIALIDAD

Es el proceso mediante el cual se perciben, reconocen e incluso se representan mentalmente una serie de relaciones espaciales que facilitarán la relación con el entorno. Por ejemplo: adelante – atrás, derecha – izquierda, arriba – abajo, lejos – cerca, localización y búsqueda de objetos, seguimiento de trayectorias y trazos.



FORMACIÓN COGNITIVO MOTRIZ

También se le conoce como praxias; son movimientos organizados que se ejecutan con la intención de alcanzar un objetivo, por ejemplo, cuando nos vestimos, caminamos o realizamos cualquier acción motora, se están desarrollando este tipo de habilidades (praxias); es importante saber que estas capacidades motoras adquiridas se basan en dos tipos de acciones: **motoras** (engloba los procesos de planificación e intención del acto motor) y **cognitivas** (es la puesta en práctica de una determinada acción motriz, después de un procesamiento cognitivo que otorga una respuesta ante una situación). Dicho en otras palabras, **la intencionalidad lleva a la organización y está a una determinada decisión demostrada por una ejecución motriz.**

JUEGOS ESTÁTICOS

Son aquellos en los cuales los jugadores efectúan sus movimientos simultáneamente y de una sola vez. Este tipo de juegos está asociado con lo que se conoce como “forma normal” de un juego, que consiste en enunciar quiénes son los jugadores, cuáles son las estrategias que cada uno de ellos tiene disponible y cuáles son los resultados asociados con cada perfil de estrategias (es decir, con cada posible situación en la cual cada jugador elige una de sus estrategias disponibles).

JUEGOS DINÁMICOS

Son aquellos juegos en los cuales los jugadores toman decisiones en distintos momentos del tiempo. Los dos tipos de juegos dinámicos de interés por sus aplicaciones en temas relacionados con el funcionamiento de los mercados son los juegos secuenciales (en los cuales cada jugador juega en un determinado momento del tiempo y luego los otros jugadores le responden en momentos subsiguientes) y los juegos repetidos (en los cuales se juega el mismo juego estático varias veces seguidas).

LOCOMOTRICES

Se caracterizan por el desplazamiento (ir de un punto a otro) por medios corporales, y son: gatear, caminar, correr, saltar y sus variantes del salto, galopar, deslizar, rodar, esquivar, caer, trepar, subir, bajar.

NO LOCOMOTRICES

Se caracterizan principalmente por el manejo y dominio del cuerpo en el espacio, presentándose en todo el cuerpo o en un segmento corporal al: balancear, inclinar, estirar, doblar, girar, retorcer, empujar, levantar, traccionar, colgar, equilibrar.

PROYECCIÓN/RECEPCIÓN

Se caracterizan por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos, al: recibir, lanzar, golpear, batear, patear, atrapar, regatear.

**REGULACIÓN MOTORA**

Es el proceso neurológico, que depende de la retroalimentación, donde se solicitan los ajustes neurofisiológicos (se realiza con ejercicios concretos y conscientes) que corrigen la conducta motriz en cada repetición.

SECUENCIA RÍTMICA

Es la habilidad motriz de una sucesión de pasos o movimientos ordenados de forma lógica, que no solo responde a un sentido musical, sino también, a la alternancia de tensión y distensión de los grandes grupos musculares (contracción – relajación muscular); a su vez, engloba todo trabajo motor que presente una o varias repeticiones ordenadas de una misma acción de una forma constante en el tiempo.

TEMPORALIDAD

Es el conjunto de acontecimientos que siguen un orden o distribución cronológica y una duración cuantitativa del tiempo transcurrido entre los límites de sucesos que se presentan. Por ejemplo: antes – después, rápido – despacio, día – noche, respeto de turnos y duración de actividades.

Bibliografía

- Carbonero Celis, C. (2016). Sensomotricidad y psicomotricidad en la infancia. Sevilla, Spain: Wanceulen Editorial. Disponible en: <https://elibro-net.eu1.proxy.openathens.net/es/ereader/anahuac/63427?page=12>
- Coloma, G. (2005). La teoría de los juegos y el funcionamiento de los mercados. Universidad del Cema. Argentina. Extraído desde temas coloma juegos.pdf (ucema.edu.ar)
- López Niño, A. (2022) Enfoque disciplinar de educación física. Centrado en la persona y su movimiento. [Documento inédito]. Red de Colegios Semper Altius: Huixquilucan, Estado de México
- Mónica Bernaldo de Quirós Aragón (2015). Psicomotricidad: guía de evaluación e intervención. Madrid, México: Difusora Larousse - Ediciones Pirámide. Disponible en: <https://elibro-net.eu1.proxy.openathens.net/es/ereader/anahuac/49003?page=96>

RED DE COLEGIOS SEMPER ALTIUS

Oficina Central

Av. Universidad Anáhuac 46.
Edificio Biblioteca 9º piso.
Col. Lomas Anáhuac,
Huixquilucan. Edo. de México. C.P. 52786.

 55 5950 0160

 semperaltius.edu.mx

 /semperaltius

 /Red de Colegios Semper Altius

 /redsemperaltius

 /Red de Colegios Semper Altius