



educación  
**FÍSICA**  
PARA TODA LA VIDA  
EN FAMILIA<sup>®</sup>

# Orientaciones Metodológicas para Escolares con Necesidades Educativas Especiales Niveles Preprimario y Primario

Ministerio de Educación • Dirección General de Educación Física

# MINISTERIO DE EDUCACIÓN

## VISIÓN

Ciudadanos con carácter,  
capaces de aprender por sí mismos,  
orgullosos de ser guatemaltecos,  
empeñados en conseguir su desarrollo integral,  
con principios, valores y convicciones  
que fundamentan su conducta.

## MISIÓN

Somos una institución evolutiva,  
organizada, eficiente y eficaz,  
generadora de oportunidades de enseñanza-aprendizaje,  
orientada a resultados, que aprovecha diligentemente  
las oportunidades que el siglo XXI le brinda  
y comprometida con una Guatemala mejor.

# MINISTERIO DE EDUCACIÓN

## POLÍTICA EDUCATIVA NACIONAL

Proveer el acceso a la educación de calidad con equidad, en el marco de la Multiculturalidad e Interculturalidad del país, la Reforma Educativa y los Acuerdos de Paz; garantizando el acceso a la educación gratuita a todos los niños, niñas y jóvenes especialmente a los que viven en pobreza y extrema pobreza.

# MINISTERIO DE EDUCACIÓN

## Dirección General de Educación Física

**Lic. Dennis Alonzo Mazariegos**  
Ministro de Educación

**M. Sc. Jaime Roberto Monroy Ríos**  
Viceministro Administrativo de Educación

**M.A. Jorge Manuel Raymundo Velásquez**  
Viceministro de Educación Bilingüe Intercultural

**Lic. Miguel Ángel Franco de León**  
Viceministro de Diseño y Verificación de Calidad Educativa

**Lic. Gerardo René Aguirre Oestmann**  
Director General de Educación Física

**Lic. Carlos Humberto Aguilar Mazariegos**  
Subdirector del Área Metodológica de DIGEF

**M.A. Héctor Hugo Arriola Flores**  
Coordinador del Área Curricular a.i. de DIGEF

**Profa. Verónica Enríquez de García**  
Asesora de Dirección General de DIGEF

## COMISIÓN TÉCNICA

**Lic. Alberto Antonio Girón Olivares**  
Coordinador Departamento Técnico Curricular

**Licda. Aleida Larisa Mérida Alegría**  
Coordinadora Departamento de Discapacidad -DIGEF-

**Licda. Karla Yohara Slusher León**  
Orientadora Metodológica Nacional -DIGEF-

**Lic. Luis Fredy García Bulux**  
Encargado Nivel Preprimaria Departamento  
Técnico Curricular -DIGEF-

**Lic. Luis Felipe Álvarez del Cid**  
Enlace de Discapacidad.  
Programas y Proyectos -DIGEF-

**Lic. Jorge René Alvarado (+)**  
Departamento de Discapacidad - DIGEF

**Lic. José Santiago Carrillo López**  
Jefe Departamento de Psicología.  
Departamento de Ciencias Aplicadas -DIGEF-

**Dra. Teresa Marcy Roblero**  
Jefa del Departamento Médico.  
Departamento de Ciencias Aplicadas -DIGEF-

**Prof. Lester Eligio Vásquez Castañaza**  
Docente Escuela Normal de Educación  
Física de Quetzaltenango

**Licda. Ada Eugenia Méndez Tárano**  
Fundación Margarita Tejada

**Licda. Alma Azucena Paredes Paredes**  
Asociación Guatemalteca del Deporte  
para Personas con Discapacidad

## COMISIÓN DE REVISIÓN

**Lic. Luis Fredy García Bulux**  
Encargado Nivel Preprimaria  
Departamento Técnico Curricular -DIGEF-

## DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN

**Licda. Ana Ixchel Córdova Catalán**  
Diseño, Diagramación y Artes Finales

**Sr. Edgar Rigoberto Romero López**  
Fotografía,  
Unidad Promoción y Divulgación de la Educación Física,  
la Recreación y el Deporte Escolar -DIGEF-.

## SECTOR DOCENTE

### **ALTA VERAPAZ**

Jarvin Iván Tevul Pop  
Marvin Abraham Cab Paau O.M.

### **BAJA VERAPAZ**

Brenda Nineth López Che  
Francisca Lorena Tiú Alvarado  
Evelyn Rocio Paz Reyes

### **CHIMALTENANGO**

Froilán Saput Martínez  
Jorge Mario Alvarez Cárdenas  
Karen Fabiola Guevara Morales  
Rossina Velasquez Davila O.M.

### **CHIQUIMULA**

Yajaira Noeli Aguirre Romero  
Juan Luis Cux Mejía O.M.

### **EL PROGRESO**

Victor Manuel Rojas Romero  
Mercedes Sanchez Ramírez  
Elmer Roberto Pérez Orellana  
Mario Palma O.M.

### **ESCUINTLA**

Edson Martínez  
Gonzalo Equizabal Flores  
Gustavo Adolfo Popol Chacon O.M.

### **GUATEMALA**

Ana Cecilia Morales  
Ricardo Alberto Sinay Coronado  
Claudia Rodríguez  
Juliana Janilethe de León de Rodas  
Fryeda Verónica Villegas Palacios O.M.

### **JALAPA**

Lisette Evilucy Chinchilla Paiz  
Kathelyn Yessenia Ramos Cruz O.M.

### **JUTIAPA**

Junior Rafael Castro Pú  
Byron Rene Méndez Vásquez O.M.

### **PETÉN**

Anita E. Carío  
María De Los Remedios López  
Anita Rosalia Sánchez Soza  
Lesdy Mariselda Contreras España O.M.

### **QUETZALTENANGO**

Rony Gerardo González  
Claudia Alfaro

### **QUICHÉ**

Perssy Giovanni De León Pereira  
Jedwin Yoset Puac O.M.

### **RETALHULEU**

Inés Maribel De León Ardón  
Victoria del Carmen Escobar Girón

### **SACATEPÉQUEZ**

Juan Cojolon Chavac  
Heidy Alejandra García Toledo  
Marco David Palacios Flores  
Gustavo Adolfo Lobos Flores  
Flavio Obdulio Alvarado Garay O.M.

### **SANTA ROSA**

Juan Antonio Ocaña Barrera  
Evelyn Noelia Franco Herrarte  
Lorna Elixinia Martínez Quevedo  
Yesenia Marisela Palmira Gómez O.M.

### **SOLOLÁ**

Félix Aurelio Girón Tamup  
Aurelio Agustín Hernández González

### **SUCHITEPÉQUEZ**

Edwin Aarón Chapetón Velásquez  
Carmen Dinorah Mejicanos Bonilla  
Tulio Bladimiro Urrutia Maldonado, O.M.

### **TOTONICAPÁN**

Victor Manuel Morales Tzoc  
German Julian Ixchajchal Ixchajchal  
Santos Samuel Hernández Maldonado O.M.

# ÍNDICE

Resolución	8	≡
Presentación	11	≡
Clasificación de Discapacidades	12	≡
Clasificación de la Discapacidad Motriz	13	≡
Clasificación de la Parálisis Cerebral	15	≡
Clasificación de la Discapacidad Intelectual	17	≡
Clasificación de la Discapacidad Visual	22	∴
Clasificación de la Discapacidad Auditiva	26	∴
<b>PREPRIMARIA</b>		
Primera Unidad Reconozco Mi Cuerpo 4 Años	29	∴
Segunda Unidad Organizo Mi Espacio 4 Años	39	≡
Tercera Unidad Percibo El Tiempo 4 Años	45	∴
Cuarta Unidad Mis Sentidos Perciben 4 Años	47	∴
Quinta Unidad Mi Cuerpo Se Equilibra 4 Años	55	≡
Sexta Unidad Construyo Mis Habilidades 4 Años	61	∴
Primera Unidad Mi Cuerpo Se Expresa 5 Años	70	≡
Segunda Unidad Me Ubico En El Espacio 5 Años	78	≡
Tercera Unidad Calculo El Tiempo 5 Años	86	∴
Cuarta Unidad Mis Sentidos Reproducen 5 Años	88	≡
Quinta Unidad Las Partes De Mi Cuerpo Se Equilibran 5 Años	94	≡
Sexta Unidad Coordino Mis Habilidades 5 Años	96	≡
Primera Unidad Mi Cuerpo Funciona 6 Años	104	∴
Segunda Unidad Me Oriento En El Espacio 6 Años	112	≡
Tercera Unidad Me Oriento En El Tiempo 6 Años	116	≡
Cuarta Unidad Mis Sentidos Distinguen 6 Años	118	≡
Quinta Unidad Mi Cuerpo Se Equilibra En Movimiento 6 Años	122	∴
Sexta Unidad Construyo Agilidad Y Precisión 6 Años	126	∴

**PRIMARIA**

Primera Unidad, Funciona mi cuerpo – Primero Primaria	133	≡
Segunda Unidad, Organizo mi espacio – Primero Primaria	139	≡
Tercera Unidad, Percibo mi ritmo – Primero Primaria	143	≡
Cuarta Unidad, Equilibro mi cuerpo – Primero Primaria	155	≡
Primera Unidad, Coordino mi desplazamiento – Segundo Primaria	164	≡
Segunda Unidad, Coordino mi salto – Segundo Primaria	168	≡
Tercera Unidad, Coordino mi giro – Segundo Primaria	172	≡
Cuarta Unidad, Coordino mi lanzamiento – Segundo Primaria	176	≡
Primera Unidad, Coordino mi desplazamiento – Tercero Primaria	183	≡
Segunda Unidad, Coordino mi salto – Tercero Primaria	187	≡
Tercera Unidad, Coordino mi giro – Tercero Primaria	193	≡
Cuarta Unidad, Coordino mi lanzamiento – Tercero Primaria	197	≡
Unidad Alternativa, Me inicio en mi ritmo musical – Tercero Primaria	203	≡
Primera Unidad, Me inicio en el Atletismo – Cuarto Primaria	214	≡
Segunda Unidad, Me inicio en el Baloncesto – Cuarto Primaria	222	≡
Tercera Unidad, Me inicio Fútbol – Cuarto Primaria	232	≡
Cuarta Unidad, Continúo en mi Ritmo Musical – Cuarto Primaria	240	≡
Unidad Alternativa, Me inicio en el Voleibol – Cuarto Primaria	250	≡
Primera Unidad, Continúo en el Atletismo – Quinto Primaria	259	≡
Segunda Unidad, Continúo en el Baloncesto – Quinto Primaria	267	≡
Tercera Unidad, Continúo en el Fútbol – Quinto Primaria	277	≡
Cuarta Unidad, Continúo en mi Ritmo Musical – Quinto Primaria	285	≡
Unidad Alternativa, Continúo en el Voleibol – Quinto Primaria	295	≡
Primera Unidad, Avanzo en el Atletismo – Sexto Primaria	304	≡
Segunda Unidad, Avanzo en el Baloncesto – Sexto Primaria	312	≡
Tercera Unidad, Avanzo en el Fútbol – Sexto Primaria	322	≡
Cuarta Unidad, Avanzo en mi Ritmo Musical – Sexto Primaria	330	≡
Unidad Alternativa, Avanzo en el Voleibol – Sexto Primaria	332	≡
Glosario	340	≡

DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN FÍSICA.  
Guatemala, 24 de septiembre de 2010

**RESOLUCIÓN DIGEF NO. 77-2010  
EL DIRECTOR GENERAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**CONSIDERANDO:**

Que la Constitución Política de la República de Guatemala en el Artículo 53, establece que el Estado garantiza la protección de los minusválidos y personas con limitaciones físicas, psíquicas o sensoriales y declara de interés nacional su atención médico-social, así como la promoción de políticas y servicios que permitan su rehabilitación y su reincorporación integral a la sociedad. Y que la ley Nacional de la Cultura Física y del Deporte, Decreto No. 76-97 del Congreso de la República establece dentro de las funciones de la Dirección General de Educación Física, aprobar los planes y programas para la clase de Educación Física para todos los niveles y ciclos educativos; así como dirigir, ejecutar, evaluar y supervisar los proyectos educativos que se dicten.

**CONSIDERANDO:**

Que dentro del Marco de la Reforma Educativa Nacional, se establece que el currículo debe descentralizarse a través de los niveles de concreción curricular, lo que da lugar a la construcción del Microcurrículo, permitiendo la elaboración de las Orientaciones Metodológicas de Educación Física del Nivel Preprimario y Primario en su Eje Transversal de Discapacidad para atender las necesidades educativas especiales, características y demandas de la población escolar de los 22 departamentos del país para una clase con calidad, equidad y pertinencia cultural.

**CONSIDERANDO:**

Que el proceso de diseño y construcción de las Orientaciones Metodológicas de Educación Física del Nivel Preprimario y Primario para escolares con necesidades especiales, corresponde técnicamente a la Dirección General de Educación Física, quien a través del Área Curricular, desarrolló un trabajo consultivo en el Eje Transversal con una muestra representativa del sector docente técnico y especializado en el tema de discapacidad de esta institución, procediendo a coordinar la construcción del contenido de este material y validándolo.

**CONSIDERANDO:**

Que las Orientaciones Metodológicas de Educación Física para escolares con necesidades educativas especiales, cumplen con las características curriculares actuales porque poseen pertinencia contextual y cultural, ya que asumen las dimensiones socioculturales de las personas y las vincula a su entorno inmediato, genera espacios de participación para los Maestros de Educación Física representantes de los distintos sectores educativos del país; en la toma de decisiones para su construcción, están diseñados, de tal manera que permita una amplia variedad de adaptaciones, de acuerdo a los diferentes contextos en donde se aplica.

**POR TANTO:**

Con fundamento en lo que determinan los artículos 47, 48, 49, 50, 59, 60 y 61 del Decreto del Congreso de la República, No. 12-91 Ley de Educación Nacional, los artículos 32, 33, 35 y 42 del Decreto No. 76-96 del Congreso de la República, Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y del Deporte, y los artículos 2, inciso b, 6, 12 inciso c, 25, 28, 31 y 33 del Decreto No. 135-96 del Congreso de la República, Ley de Atención a las Personas con Discapacidad.

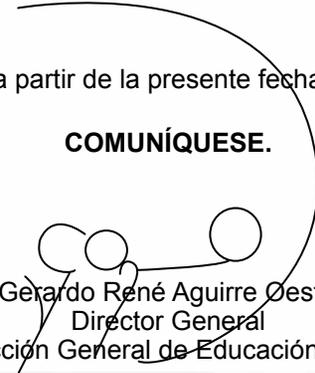
**RESUELVE:**

**PRIMERO:** Aprobar la aplicación obligatoria en forma experimental por seis años, de las Orientaciones Metodológicas de la asignatura de Educación Física para los Niveles Preprimario y Primario para escolares con necesidades educativas especiales en todos los centros del Sistema Educativo Nacional.

**SEGUNDO:** Durante el año 2016, que es el último año de aplicación experimental de las Orientaciones Metodológicas para escolares con necesidades educativas especiales de los Niveles Preprimario y Primario, la Dirección General de Educación Física a través del Área Curricular deberá realizar la evaluación de la aplicación de las mismas, para determinar la prórroga de su aplicación o los cambios que deban efectuarse.

**TERCERO:** La presente resolución entra en vigencia a partir de la presente fecha.

**COMUNÍQUESE.**



Lic. Gerardo René Aguirre Oestmann  
Director General  
Dirección General de Educación Física



EDUCACIÓN  
**FÍSICA**  
PARA TODA LA VIDA  
EN FAMILIA®

## PRESENTACIÓN

Los convenios y conferencias internacionales suscritos y ratificados por Guatemala, recomiendan hacer esfuerzos para optimizar recursos y acelerar los procesos de incorporación a la sociedad de la población con necesidades educativas especiales. En tal virtud, la Dirección General de Educación Física, presenta a la comunidad nacional; las Orientaciones Metodológicas para escolares con necesidades educativas especiales como una herramienta didáctica pedagógica para facilitar la tarea al docente como una propuesta de enseñanza y aprendizaje del movimiento y la actividad física, centrada en los contenidos a nivel macrocurricular del nuevo enfoque curricular que aparecen en las Guías Programáticas de Educación Física de los Niveles Preprimario y Primario, encaminados a apoyar a los niños y niñas con necesidades educativas especiales dentro de la realización de la clase de Educación Física.

En ese sentido, la Dirección General de Educación Física adopta medidas para la equiparación de oportunidades y la no discriminación de los escolares con necesidades educativas especiales y favorecer su desarrollo integral, mediante una clase sistemática y secuencial que abarque todas las áreas del desarrollo humano por medio de las Orientaciones Metodológica de esta especialidad.

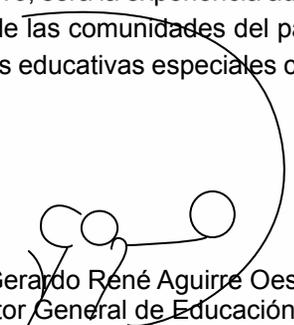
El propósito de las Orientaciones Metodológicas es dotar al docente de Educación Física de herramientas didáctico pedagógicas útiles que

permitan desarrollar su creatividad, respecto a su que hacer y los recursos a utilizar con los niños y niñas.

Dentro de las funciones del docente de Educación Física, es prioridad adquirir conocimiento y propiciar un ambiente de armonía, convivencia y respeto, procurando la cooperación, confianza, aprendizaje, mutuo para el intercambio positivo de experiencias.

Es por ello, que la Dirección General de Educación Física efectúa adaptaciones didácticas y metodológicas que promuevan el fortalecimiento de la clase de Educación Física para trabajar con personas con necesidades educativas especiales y lograr su participación en actividades que mejoren sus condiciones y propicien su desarrollo integral. Estas, son necesarias para lograr la mayor participación de los alumnos y alumnas dentro de los servicios educativos que favorezcan su socialización, adaptación, desarrollo e integración dentro de la sociedad.

El aporte más significativo, será la experiencia adquirida por el docente en la diferentes escuelas de las comunidades del país, al trabajar con niños y niñas con necesidades educativas especiales con el fin de construir una Guatemala mejor.



Lic. Gerardo René Aguirre Oestmann  
Director General de Educación Física

## CLASIFICACIÓN DE LAS DISCAPACIDADES

<p>SENSORIAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CIEGOS Y DEFICIENTES VISUALES: B-1, B-2 y B-3</li> <li>• SORDOS E HIPOACUSICOS O HIPOACUSTICOS</li> </ul>
<p>FÍSICO MOTORES</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LESIONADOS MEDULARES</li> <li>• ESPINA BIFIDA</li> <li>• POLIOMIELITIS</li> <li>• DISTROFIA MUSCULAR PROGRESIVA</li> <li>• AMPUTADOS</li> <li>• ACONDROPLASIA</li> <li>• AMELIA Y DISMELIA</li> <li>• OSTEOGÉNESIS IMPERFECTA</li> <li>• PARÁLISIS CEREBRAL</li> </ul>
<p>INTELLECTUAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• RETRASO MENTAL      LEVE           MODERADO           SEVERO           PROFUNDO</li> <li>• SÍNDROME DE DOWN</li> <li>• PROBLEMAS DE APRENDIZAJE</li> </ul>

## CLASIFICACIÓN DE LA DISCAPACIDAD MOTRIZ

CONDICIÓN	CAUSA	DIVISIÓN	CARACTERÍSTICAS	DEFINICIÓN
Poliomielitis	Viral	Afecta uno o más miembros del aparato locomotor, Leve, moderada y severa	Afecta los músculos largos del cuerpo, comprometiendo su crecimiento y deformando extremidades inferiores y superiores.	Enfermedad adquirida, producida por virus, el cual afecta el Sistema Nervioso Central, razón por la cual compromete el sistema músculo esquelético.
Lesión Medular	Traumatismo Choques, caídas	Parcial	Monoplejía, Diplejia, Hemiplejía, Triplejia Tetraplejia	Diseción de la Médula Espinal por compresión, contorsión o desprendimiento brusco producto de un fuerte trauma.
		Total		
Espina Bífida	Genética	Oculto	Exposición de la médula espinal, al momento del nacimiento produciendo paresia a partir del nivel neurológico de lesión.	Enfermedad congénita debido a deficiencia en el cierre del tubo neural en el día veinticuatro, lo cual ocasiona la exposición de medula espinal y liquido cefalorraquídeo.
		Expuesta, meningocele, y/o mielomeningocele		
Distrofia Muscular Progresiva	Hereditaria	DMP de Duchenne	Afección de tipo neuromuscular, la cual afecta progresivamente el sistema músculo esquelético.	Es una enfermedad de tipo neurológica que se transmite por herencia ligada al sexo, las madres tienen ese gen y se lo transmiten a los hijos, quienes representan problemas en el aparato locomotor.
		DMP de Becker		
Osteogénesis Imperfecta	Hereditaria	Parcial	Disfunción entre las células óseas, osteoclastos y osteoblastos como resultado el no crecimiento de estructuras osteo musculares provocando enanismo.	Enfermedad degenerativa en el cual se ve afectado el cartílago de crecimiento del hueso, dando como resultado debilidad fibroplastos, lo cual ocasiona que los huesos crezcan transversalmente pero no longitudinalmente.
	Ocasionada en su mayoría por deficiencia tiroidea	Total  Enanismo Severo		

CONDICIÓN	CAUSA	DIVISIÓN	CARACTERÍSTICAS	DEFINICIÓN
<b>Artrogriposis</b>	Ausencia de liquido sinovial	Insignificante Significativa	Soldadura de las principales articulaciones del cuerpo	Enfermedad de tipo óseo que afecta con el paso del tiempo los músculos circundantes causando inmovilidad articular por soldadura artrosica.
<b>Distonía Muscular</b>	El impulso miotatico no llega con eficiencia del SNC al musculo por lo que hay falta de tono muscular. Disfunción Muscular	Primaria Secundaria Segmentada Focal Hemidistonia	La mayoría de las veces causa torsiones, movimientos repetitivos y/o posturas anómalas. Además, presenta tics regulares o irregulares y afecta a una o varias partes del cuerpo.	Es un síndrome que consiste en contracciones musculares sostenidas en el tiempo. Estos desórdenes musculares no afectan las otras funciones del cerebro, como la personalidad, la memoria, las emociones, los sentidos, la capacidad intelectual y la actividad sexual se mantiene absolutamente normal.
<b>Malformaciones Musculo-esqueléticas</b>	Genética	Dismelia Amelia Otras	No formación o formación incompleta de miembros ya sean superiores o inferiores	Multiplicidad de malformaciones congénitas por razones varias, bacterias, virus, toxinas que influyen negativamente en el desarrollo del embrión.
<b>Parálisis Cerebral</b>	Por encefalitis, meningitis o infección por herpes  Lesión Cerebral por ausencia de O <sup>2</sup>	Espástica  Atáxica  Atetósica o diskenética  Hipotónica	Afecta las extremidades y articulaciones, que pierden la amplitud de movimientos y la flexibilidad. Se observan contracturas en cadera, rodillas y pies. Los músculos mas afectados son los aductores, gemelos, músculos del pie, antebrazos y muñecas.	Es un trastorno motor que afecta el tono, la postura y el movimiento, causado por una lesión cerebral (del encéfalo) producida antes, durante o poco tiempo después del parto. La lesión ocurre durante el periodo madurativo del sistema nervioso central.
<b>Acondroplasia</b>	Genética Ocasionada en su mayoría por deficiencia tiroidea.	Enanismo Leve Enanismo Moderado Enanismo Severo	Disfunción hormonal que da como resultado el no crecimiento de estructuras osteo musculares provocando enanismo.	Talla corta debido a múltiples causas entre ellas por desordenes en los fibroplastos, lo cual ocasiona que los huesos crezcan transversalmente pero no longitudinalmente.

## CLASIFICACIÓN DE LA PARÁLISIS CEREBRAL

CONDICIÓN	DEFINICIÓN	CAUSA	CLASIFICACIÓN CLÍNICA	CARACTERÍSTICAS	CLASIFICACIÓN TOPOGRÁFICA	CARACTERÍSTICAS
Parálisis Cerebral	<p>La parálisis cerebral consiste en la inhabilidad de controlar completamente las funciones del sistema motor. Esto puede incluir espasmos o rigidez en los músculos, movimientos involuntarios, y/o trastornos en la postura o movilidad del cuerpo.</p> <p>La parálisis cerebral no es una enfermedad, no es contagiosa y no es progresiva. Es causada por una lesión a una o más áreas específicas del cerebro y no a los músculos.</p>	<p>Dependerá en que momento ocurrió la lesión.</p> <p><b>PRENATALES:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1- Anoxia prenatal.</li> <li>2- Infección prenatal. (toxoplasmosis, rubéola, etc.).</li> <li>3- Factor Rh (incompatibilidad madre-feto).</li> <li>4- Exposición a radiaciones.</li> <li>5- Ingestión de drogas o tóxicos durante el embarazo.</li> <li>6- Desnutrición materna</li> <li>7- Madre añosa o demasiado joven.</li> </ol> <p><b>PERI-NATAL:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1- Prematuridad.</li> <li>2- Hipoxia perinatal.</li> <li>3- Trauma físico directo durante el parto.</li> <li>4- Parto prolongado y/o difícil.</li> </ol>	Espástica	Notable rigidez de movimientos, incapacidad para relajar los músculos, la lesión es a nivel de la corteza cerebral que afecta los centros motores.	Hemiplejía o Hemiparesia	Se encuentra afectado uno de los dos lados del cuerpo.
			Atáxica	Presenta deficiente equilibrio corporal y una marcha insegura, dificultades en la coordinación y control de las manos y de los ojos.	Diplejía o Diparesia	La mitad inferior está más afectada que la superior.
			Atetósica	Frecuentes movimientos involuntarios que interfieren con los movimientos normales del cuerpo. Se producen por lo común, movimientos de contorsión de las extremidades, de la cara y la lengua, gestos, muecas y torpeza al hablar. Las afecciones en la audición son bastante comunes en este grupo, que interfieren con el desarrollo del lenguaje.	Tetradiplejía o Tetraparesia	Los cuatro miembros están paralizados

CONDICIÓN	DEFINICIÓN	CAUSA	CLASIFICACIÓN CLÍNICA	CARACTERÍSTICAS	CLASIFICACIÓN TOPOGRÁFICA	CARACTERÍSTICAS
		5- Asfixia por circulares al cuello (anoxia).	Hipotónica	Baja del tono muscular dando como resultado poca fuerza en los miembros afectados	<b>Paraplejía o Paraparesia</b>	Afecta los miembros inferiores.
		<b>POST NATALES</b> 1- Traumatismos craneales. 2- Infecciones (meningitis, meningoencefalitis, etc.). 3- Intoxicaciones (plomo, arsénico). 4- Accidentes vasculares. 5- Epilepsia. 6- Fiebres altas con convulsiones. 7- Encefalopatía por anoxia.	Hipotónica	Baja del tono muscular dando como resultado poca fuerza en los miembros afectados	<b>Monoplejía o Monoparesia</b>	Se encuentra afectado un sólo miembro.
					<b>Triplejía o Triparesia</b>	Se encuentran afectados tres miembros.



## CLASIFICACIÓN DE LA DISCAPACIDAD INTELECTUAL

CONDICIÓN	CAUSA	DIVISIÓN	CARACTERÍSTICAS	DEFINICIÓN
<b>Retraso Mental</b>	Desnutrición Microcefalia Fiebre excesiva (meningitis)	<b>Retraso mental leve</b>  CI 50-55 a 70.	Se caracteriza por un funcionamiento intelectual significativamente inferior a la media. Insuficiencias mínimas en las áreas sensorio motoras y con frecuencia no son distinguibles de otros niños sin retraso mental hasta edades posteriores.	El <b>retraso mental</b> hace referencia a limitaciones sustanciales en – áreas de la vida de relación- el desenvolvimiento corriente, tiene lugar junto a limitaciones asociadas en dos o más de las áreas de habilidades adaptativas. El retraso mental, en la escala de medición de la inteligencia está por debajo de 70 de CI (cociente intelectual.) Es la contraparte a l otro extremo de la inteligencia, que es la superdotación, esta se encuentra por arriba de 130 de CI.
	Desnutrición Microcefalia Fiebre excesiva (meningitis)	<b>Retraso mental moderado</b>  CI 35-40 a 50-55.	El retraso mental moderado equivale aproximadamente a la categoría pedagógica de “adiestrable”. Adquieren habilidades de comunicación durante los primeros años de la niñez. Pueden aprovecharse de una formación laboral y, con supervisión moderada, atender a su propio cuidado personal.	El <b>retraso mental</b> hace referencia a limitaciones sustanciales en – áreas de la vida de relación- el desenvolvimiento corriente. Tiene lugar junto a limitaciones asociadas en dos o más de las áreas de habilidades adaptativas. El retraso mental, en la escala de medición de la inteligencia está por debajo de 70 de CI (cociente intelectual) Es la contraparte al otro extremo de la inteligencia..
	Desnutrición Microcefalia Fiebre excesiva (meningitis)	<b>Retraso mental grave</b>  CI 20-25 a 35-40.	Durante los primeros años de la niñez adquieren un lenguaje comunicativo escaso o nulo. Durante la edad escolar pueden aprender a hablar y pueden ser adiestrados en habilidades elementales de cuidado personal.	El <b>retraso mental</b> hace referencia a limitaciones sustanciales en – áreas de la vida de relación- el desenvolvimiento corriente, tiene lugar junto a limitaciones asociadas en dos o más de las áreas de habilidades adaptativas El retraso mental, en la escala de medición de la inteligencia está por debajo de 70 de CI (cociente intelectual). Es la contraparte al otro extremo de la inteligencia.
	Desnutrición Microcefalia Fiebre excesiva (meningitis)	<b>Retraso mental profundo</b>  CI 20-25.	La mayoría de los individuos con este diagnóstico presentan una enfermedad neurológica identificada que explica su retraso mental. Durante los primeros años desarrollan considerables alteraciones del funcionamiento sensorio motor.	El <b>retraso mental</b> hace referencia a limitaciones sustanciales en – áreas de la vida de relación- el desenvolvimiento corriente, tiene lugar junto a limitaciones asociadas en dos o más de las áreas de habilidades adaptativas El retraso mental, en la escala de medición de la inteligencia está por debajo de 70 de CI (cociente intelectual). Es la contraparte al otro extremo de la inteligencia.



CONDICIÓN	CAUSA	DIVISIÓN	CARACTERÍSTICAS	DEFINICIÓN
	<p>teniendo tres copias del cromosoma 21 y esto es lo que se llama "trisomía 21" o síndrome de Down. Las características del síndrome de Down se originan porque cada célula del cuerpo posee una copia adicional del cromosoma 21.</p> <p>Se considera que la madre añosa es el principal factor etiológico.</p>		<p><b>MOTRICES</b>            Hipotonía y retraso en el desarrollo postural normal, posiblemente causado por un retraso de la maduración del cerebelo. Las respuestas posturales lentas ante la pérdida de equilibrio restan eficacia para mantener la estabilidad. La hipotonía ocurre en casi todos los niños en mayor o menor grado, con tendencia a desaparecer con la edad.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Retraso en la maduración del cerebro, caracterizado por una persistencia de reflejos primitivos (movimientos controlados por reflejos) por ejemplo el reflejo del susto puede tardar varios meses en desaparecer y en este caso es necesario a veces adaptar algunos de los ejercicios.</li> <li>• Laxitud de ligamentos, que añadido a la falta de tono muscular (hipotonía) produce hipermovilidad en las articulaciones.</li> </ul> <p>Los niños mayores con S.D. tienen dificultades de control viso-motor, de lateralidad y de coordinación ojo-mano.</p> <p><b>CARÁCTER Y PERSONALIDAD</b>  <b>a) Escasa iniciativa.</b> Se observa en la utilización reducida de las posibilidades de actuación que su entorno les proporciona y en la baja tendencia a la exploración.  <b>b) Menor capacidad para inhibirse.</b> Les cuesta inhibir su conducta, en situaciones variadas que van desde el trazo al escribir hasta las manifestaciones de afecto, en ocasiones excesivamente efusivas.  <b>c) Tendencia a la persistencia de las conductas y resistencia al cambio.</b> Por ejemplo, les cuesta cambiar de actividad o iniciar nuevas tareas, lo que puede hacer que en algunos casos parezcan "tercos y obstinados". Sin embargo, en otras ocasiones se les achaca falta de constancia, especialmente en la realización de actividades que no son de su interés.  <b>d) Baja capacidad de respuesta y de reacción frente al ambiente.</b>            Responden con menor intensidad ante los acontecimientos externos, aparentando desinterés frente a lo nuevo, pasividad y apatía. Tienen además una más baja capacidad para interpretar y analizar los</p>	



CONDICIÓN	CAUSA	DIVISIÓN	CARACTERÍSTICAS	DEFINICIÓN
			<p>acontecimientos externos.</p> <p><b>e) Constancia, tenacidad, puntualidad.</b> De adultos, una vez se han incorporado al mundo del trabajo, al darles la oportunidad de manifestar su personalidad en entornos sociales ordinarios, han dado también muestras de una determinada forma de actuar y de enfrentarse a las tareas, característica del síndrome de Down. Son trabajadores constantes y tenaces, puntuales y responsables, que acostumbran a realizar las tareas con cuidado y perfección.</p>	
<p><b>Problemas de Aprendizaje</b></p>	<p>El sistema nervioso central que interfiere con la recepción, procesamiento o comunicación de la información.</p> <p>Entre las causas de los problemas de aprendizaje se han detectado:</p> <p>Factores genéticos: como cromosomas recesivos, en discapacidades específicas en lectura.</p> <p>Factores pre-peri y posnatales: Complicaciones durante el embarazo.</p> <p>Madres y padres mayores, tienen mayor probabilidad de tener un hijo disléxico.</p> <p>Las disfunciones neurológicas han sido consideradas como causas significativas de las inhabilidades para aprender.</p>	<p><b>Compulsión o sobreatención:</b> Los niños tienden a mantener su atención en una sola cosa durante mucho tiempo, y no atienden a otros estímulos que son importantes para el correcto desarrollo de una tarea.</p> <p><b>Impulsiva distractibilidad o baja atención:</b> Los niños centran su atención por poco tiempo en una cosa y luego pasan rápidamente su atención a otra. Los problemas de aprendizaje en los niños pueden en un futuro determinar el desarrollo de desórdenes de conducta, de personalidad antisocial, o depresión en la edad adulta.</p>	<p><b>Lectura (visión):</b> El niño acerca mucho al libro; dice palabras en voz alta; señala, sustituye, omite e invierte las palabras; Ve doble, salta y lee la misma línea dos veces; no lee con fluidez; tiene poca comprensión en la lectura oral; omite consonantes finales en lectura oral; pestañea en exceso; se pone bizco al leer; Tiende a frotarse los ojos y quejarse de que le pican; presenta problemas de limitación visual, delecteo pobre, entre otras.</p> <p><b>Escritura:</b> El chico invierte y varía el alto de las letras; no deja espacio entre palabras y no escribe encima de las líneas; Coge el lápiz con torpeza y no tiene definido si es diestro o zurdo; mueve y coloca el papel de manera incorrecta; trata de escribir con el dedo; tiene pensamiento poco organizado y una postura pobre, etc.</p> <p><b>Auditivo y verbal:</b> El niño presenta apatía, resfriado, alergia y/o asma con frecuencia; pronuncia mal las palabras; respira por la boca; se queja de problemas del oído; se siente mareado; se queda en blanco cuando se le habla; habla alto; depende de otros visualmente y observa el maestro de cerca; no puede seguir más de una instrucción a la vez; pone la tele y la radio con volumen muy alto, etc. <b>Matemáticas:</b> El alumno invierte los números; tiene dificultad para saber la hora; pobre comprensión y memoria de los números; no responde a datos matemáticos, etc.</p> <p><b>Social/Emocional:</b> Niño hiperactivo, con baja autoestima y atención.</p>	<p>Es la dificultad de aprender y usar ciertas destrezas y habilidades relacionadas con la lecto - escritura y cálculo matemático. Las destrezas que son afectadas con mayor frecuencia son: lectura, ortografía, escuchar, hablar, razonar, y matemática.</p>





EDUCACIÓN  
**FÍSICA**  
PARA TODA LA VIDA  
EN FAMILIA®

Escuela Para...  
Tray Pedro Ponle...  
Comite Profe...  
de Guatemala

## CLASIFICACIÓN DE LA DISCAPACIDAD VISUAL

CONDICIÓN	CAUSA	DIVISIÓN	CARACTERÍSTICAS	DEFINICIÓN
<b>GLAUCOMA</b>	Excesiva presión intraocular por taponamiento del conducto que desfoga el liquido del ojo	Inicial	Por disfunción en las glándulas del globo ocular, existe presión alta que provoca rompimiento de vasos sanguíneos	Enfermedad progresiva e irreversible la cual daña el nervio óptico y las membranas oculares
		Intermedia		
		Crónica		
<b>RETINOPATIA DIABETICA</b>	La principal causa es un control inadecuado de la glucemia (azúcar en sangre) en los individuos diabéticos. Sin embargo, otros factores como el tabaco, la obesidad o la hipertensión arterial (los mismos que pueden causar diabetes) también contribuyen a que aparezca esta enfermedad.	Inicial	A menudo no se producen síntomas durante las primeras etapas de la retinopatía diabética. No obstante, tarde o temprano la visión podría volverse borrosa o bloquearse por completo. Pero incluso en los casos más avanzados la enfermedad podría progresar sin señales de alarma durante mucho tiempo, de ahí la importancia de los exámenes oculares periódicos.	La diabetes afecta la membrana llamada retina dando como resultado la perdida de la visión paulatinamente.
		Intermedia		
		Severa		
		Total		
<b>RETINITIS PIGMENTOSA</b>	No mucho se conoce acerca de las causas de la retinitis pigmentosa excepto que es hereditaria. A veces la enfermedad es genéticamente dominante significando que se necesita un gen venir de un padre para que el niño tenga la retinitis pigmentosa. Otras veces la enfermedad es X-enlazada lo que significa que solamente un gen pasado desde la madre causará a que el niño desarrolle la retinitis pigmentosa. Algunos niños y hombres experimentan una relativa pérdida de oído. Los bastones, las células retinales sensibles a la luz que son responsables de la visión en poca luz, se deterioran gradualmente así que la visión nocturna se hace mas difícil.	Inicial	Usualmente los signos de esta enfermedad ocurren primeramente en la edad de la niñez. La visión nocturna es pobre y se vuelve peor, y se estrecha el campo de visión. Durante las últimas etapas de la retinitis pigmentosa, solo permanece una pequeña área de la visión central, junto con una ligera visión periférica.	La <b>retinitis pigmentosa</b> es rara, enfermedad hereditaria en la que la retina sensible a la luz del ojo se degenera despacio y progresivamente, eventualmente causando la <b>ceguera</b> .
		Intermedia		
		Final		

CONDICIÓN	CAUSA	DIVISIÓN	CARACTERÍSTICAS	DEFINICIÓN
<b>DESPRENDIMIENTO DE RETINA</b>	<p>Por traumatismo, el desprendimiento de retina se produce cuando esta capa del ojo se rompe y el líquido que existe en la cavidad vítrea traspasa la retina, acumulándose debajo.</p> <p>Uno de los signos de rotura puede ser la visión de moscas volantes o de destellos luminosos. Estos síntomas deben consultarse con el oftalmólogo.</p> <p>Golpes violentos</p>	<p>Muchos factores pueden desembocar en un desprendimiento de retina. Esta alteración es una de las complicaciones más graves de la retinopatía diabética, pero también puede aparecer por un proceso degenerativo de la retina, por un traumatismo, una inflamación o una hemorragia, que fraccione la capa, la rompa y la desprenda.</p>	<p>Muchos factores pueden desembocar en un desprendimiento de retina. Esta alteración es una de las complicaciones más graves de la retinopatía diabética, pero también puede aparecer por un proceso degenerativo de la retina, por un traumatismo, una inflamación o una hemorragia, que fraccione la capa, la rompa y la desprenda.</p>	<p>Es una afección del órgano de la visión, es decir el ojo, el cual por trauma o golpe severo sufre el desprendimiento de la membrana llamada retina.</p>
<b>ESTRABISMO</b>	<p>El estrabismo consiste en la pérdida de paralelismo de los ojos. Es decir, mientras un ojo dirige la mirada a un objeto, el otro se desvía en una dirección diferente. En ocasiones la desviación no se aprecia con facilidad, pero en los casos severos ocasiona problemas estéticos y de visión importantes. Se distinguen dos tipos de estrabismo: horizontal, bien hacia dentro o hacia fuera; y vertical, un ojo desplazado hacia arriba y otro hacia abajo. Sin embargo, existen casos de estrabismo en los que se dan diversas combinaciones.</p>	<p>No presenta división.</p>	<p>En el origen del estrabismo intervienen numerosos factores. Uno de estos es la herencia familiar, ya que se puede tener cierta predisposición a sufrir este trastorno. También puede deberse a una alteración de los músculos del ojo motivada por una mala visión, a las infecciones, los tumores o traumatismos. Los casos de estrabismo en la edad adulta están estrechamente ligados a los traumatismos, enfermedades musculares y trastornos de tiroides.</p>	<p>Enfermedad que afecta los músculos de la orbita ocular dando como resultado la falta de balance en el enfoque ocular.</p>



EDUCACIÓN  
**FÍSICA**  
PARA TODA LA VIDA  
EN FAMILIA®

CONDICIÓN	CAUSA	DIVISIÓN	CARACTERÍSTICAS	DEFINICIÓN
<b>ASTIGMATISMO</b>	La causa fundamental puede ser hereditaria, aunque en algunos casos se puede producir después de un trasplante de córnea o cirugía de cataratas.	Astigmatismo simple: aparece en un solo ojo. Astigmatismo compuesto: además de afectar a un eje se asocia a la miopía o la hipermetropía. Astigmatismo mixto: cuando un eje se enfoca delante de la retina (miópico) y otro detrás de la retina (hipertrópico).	La sintomatología más frecuente del astigmatismo es la percepción de las imágenes distorsionadas. Sin embargo, a menudo puede causar dolores de cabeza o molestias oculares. Además, dependiendo de la edad, de la cantidad y del tipo de astigmatismo los síntomas pueden ser distintos, e incluso, no afectar a la visión.	Enfermedad que afecta el órgano de la visión, es decir el ojo, el cual presenta problemas para la visión clara.
<b>PRESBICIA</b>	Es una consecuencia del lógico deterioro muscular causado por la edad. El ojo cuenta con un músculo, llamado ciliar, con el que se acomoda el cristalino (la "lente" ocular) para que las imágenes cercanas puedan verse con nitidez. El músculo ciliar, como el resto de los músculos del cuerpo, pierde elasticidad con el paso del tiempo y por tanto, capacidad para enfocar el cristalino y ver bien de cerca.	No presenta división.		La presbicia consiste en la dificultad para enfocar bien de cerca como consecuencia de la edad. Es lo que se llama vulgarmente "vista cansada" que suele aparecer en torno a los 40-45 años. Se trata de una alteración fisiológica natural y no de una patología.
<b>CATARATAS</b>	Carnosidades en el órgano del ojo que impide una visión clara.	La catarata más frecuente es la catarata senil, que aparece habitualmente entre los 65 a los 70 años. Pero este dato no es totalmente preciso, ya que pueden existir personas que las desarrollen a una edad más temprana, en torno a los 55 años, e incluso puede haber gente que no las sufra hasta los 80.	Según el tamaño y la localización de las áreas de opacidad del cristalino, una persona puede o no darse cuenta de que está desarrollando una catarata. Por ejemplo, si ésta se localiza en el borde externo de la lente, la vista no sufre cambios; pero si la opacidad está situada cerca del centro de la lente, generalmente interfiere con la visión. A medida que las cataratas aumentan, la visión puede hacerse más borrosa. Esta disminución de la agudeza visual es uno de los síntomas más claros y típicos en las personas que están desarrollando una catarata. Los ojos pueden tener una mayor sensibilidad a la luz dificultando la conducción. También se produce una alteración en la percepción de los colores. Y en muchos casos se puede llegar a producir una diplopía (visión doble en el ojo en el que se está produciendo la catarata). Aunque nadie se libra de padecer cataratas, hay personas que tienen mayor predisposición. Los miopes y los diabéticos son grupos de riesgo a contraer cataratas a una edad más temprana. Existe también un tipo de catarata congénita que la desarrollan los bebés.	Las cataratas son un problema que toda la población va a padecer en algún momento. Sin embargo, no son motivo de alarma. No se trata de ninguna enfermedad sino de un envejecimiento ocular, y como tal, todos llegaremos a padecerlas. Actualmente, la cirugía es el mejor tratamiento.

## CLASIFICACIÓN DE LA DISCAPACIDAD AUDITIVA

CONDICIÓN	CAUSA	DIVISIÓN	CARACTERÍSTICAS	DEFINICIÓN
<b>DEFICIT AUDITIVO (sordera o hiporpusia)</b>	<p>Causas genéticas. Estas causas son de carácter hereditario, y suponen la aparición de la sordera desde el mismo momento del nacimiento o bien el desarrollo de la misma de forma progresiva.</p> <p>Causas ambientales. Son factores que actúan sobre la persona y tienen como resultado la aparición de la pérdida auditiva; estos factores pueden aparecer antes, durante o después del nacimiento.</p> <p>Gripe, aplicación de medicamentos no apropiados en el embarazo. Alcoholismo o drogadicción maltrato familiar, mala alimentación etc.</p>	<p>Variables directamente relacionadas con déficit.</p>	<p>Tipo de deficiencia auditiva</p> <p>a. De transmisión.</p> <p>b. De percepción o neurosensoriales</p>	<p>A. De transmisión Hablamos de sordera de transmisión cuando su origen se sitúa en el oído externo u oído medio en el tímpano o en la cadena perdida de huesecillos.</p> <p>En estos casos es posible incidir médica o quirúrgicamente y, en consecuencia, el pronóstico es suficientemente favorable.</p> <p>Este tipo de sordera plantea problemas que afectan a la audición en su vertiente cuantitativa.</p> <p>B. De percepción o neurosensoriales: esta es cuando se da en el oído interno, de nervio auditivo o de zona auditiva cerebral. Estas son las sorderas más graves y permanentes. Su pronóstico es también mas complejo a nivel medico y la génesis de necesidades especiales – educativas, sociales, etc.- Puede ser también mucho mayor, pues la afectación de la audición no es solo cuantitativa, sino también cualitativa. La calidad de lo que se oye, de cómo se oye, queda fuerte mente cuestionada.</p>
		<p>Sordera leve o ligera Hipoacusia leve</p>	<p>Pérdida de audición entre 20 a 40 decibeles (db).</p>	<p><b>Sordera leve o ligera</b> hay percepción del habla pero no de la totalidad de los contrastes fonéticos. Este tipo de, puede estar en la base de alguna dislalia. La persona con este tipo de perdida suelen realizar un sobre esfuerzo para mantener la atención en conversaciones cotidianas, en la que puede redundar en situaciones de fatiga etc.</p>
		<p>Sordera media Hipoacusia media</p>	<p>Pérdida de audición entre 40 a 70 decibeles (db).</p>	<p><b>Sordera media</b> dificultad en la percepción del habla. Los contrastes fonéticos quedan difusos. La sordera de este nivel suele estar en la base de retraso del lenguaje.</p>
		<p>Sordera severa Hipoacusia severa</p>	<p>Pérdida de audición de 70 a 90 decibeles (db)</p>	<p><b>Sordera severa</b> las personas con este tipo de perdida pueden percibir sonidos ambientales y sonidos vocálicos, pero difícilmente los consonánticos. No hay, en estos casos, un desarrollo espontáneo del lenguaje. Cualidades de la voz suelen estar alteradas.</p>

CONDICIÓN	CAUSA	DIVISIÓN	CARACTERÍSTICAS	DEFINICIÓN
		Sordera profunda Hipoacusia profunda	Pérdida superior a 90 decibeles (db)	<b>Sordera profunda</b> no hay percepción del habla, solo de los elementos suprasegmentales como unos elementos prosódicos: melodía ritmo, etc. No hay tampoco en estos casos, un desarrollo espontáneo del lenguaje y las cualidades de la voz suelen estar alterados.
		Cofosis de 100 a 120 decibeles (db)	Pérdida de 100 a 120 decibeles (db)	La cofosis supone la pérdida total de la audición. Supone la ausencia de restos auditivos se sitúa por encima de los 120 dB, aunque en muchas ocasiones una pérdida superior a los 100 dB. Implica una auténtica cofosis funcional. Sin embargo, la pérdida total de audición es poco frecuente.



# Etapa I 4 años

EDUCACIÓN  
**FÍSICA**  
PARA TODA LA VIDA  
EN FAMILIA®

## ESQUEMA CORPORAL • RECONOCIMIENTO CORPORAL

**Nombre de la Actividad:**  
Tocarse la parte que se indique.

**Forma Organizativa:**  
Círculo

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
Tocarse la cabeza, manos, brazos, piernas, rodilla o la parte del cuerpo que se indique.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

**VARIANTE**  
Tocarle la cabeza, manos, brazos al compañero/a, con una pelota.  
Material: pelota.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL • RECONOCIMIENTO CORPORAL

**Nombre de la Actividad:**  
El Pañuelo Mágico

**Forma Organizativa:**  
Filas enfrentadas

**Método Sugerido:**  
Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Formar dos grupos en filas enfrentadas, a cada uno darle un pañuelo y cuando se le indique ponerse el pañuelo en la parte que se mencione.

**Material Didáctico:**  
Pañuelo

**VARIANTE**  
En parejas cuando se indique, colocarle el pañuelo y decir para que sirve cada parte.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL • RECONOCIMIENTO CORPORAL

**Nombre de la Actividad:**  
Dime qué parte es.

**Forma Organizativa:**  
Individual, círculos

**Método Sugerido:**  
Sintético o Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
El maestro deberá de mostrar a los niños unas cartulinas con las diferentes partes del cuerpo, la cual le indicará que parte del cuerpo debe tocar en sí mismo.

**Material Didáctico:**  
Cartulinas con dibujos del cuerpo.

**VARIANTE**  
Similar solo que no se utilizan cartulinas, sino señal auditiva.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL • RECONOCIMIENTO CORPORAL

**Nombre de la Actividad:**  
El espejo

**Forma Organizativa:**  
Parejas

**Método Sugerido:**  
Sintético o Global.

**Desarrollo de la Actividad:**  
En parejas, frente a frente. El niño deberá de imitar lo que el compañero realice diciendo la parte del cuerpo que el compañero señale.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

**VARIANTE**  
El maestro a la señal colocará el globo en diferentes partes del cuerpo, el cual el niño debe imitar.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

### • RELACIONAR PARTES DEL CUERPO

#### Nombre de la Actividad:

Empujando el globo

#### Forma Organizativa:

Individual

#### Método Sugerido:

Sintético o Global

#### Desarrollo de la Actividad:

Gateando por la zona o el contorno delimitado, empujar un globo con cualquier parte del cuerpo.

#### Material Didáctico:

Globos

#### VARIANTE

Trabajo individual lanzar el globo u objeto y tocarlo con diferentes partes del cuerpo sin que caiga.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

### • RELACIONAR PARTES DEL CUERPO

#### Nombre de la Actividad:

Sube y baja

#### Forma Organizativa:

Individual y círculo

#### Método Sugerido:

Sintético o Global, mando directo.

#### Desarrollo de la Actividad:

En círculo se indica al alumno que movilice los brazos como crea conveniente, utilizando diferentes elementos.

#### Material Didáctico:

Listones, aros, cuerdas, globos y pompones.

#### VARIANTE

Ejecutar movimientos según lo indique el maestro

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

### • RELACIONAR PARTES DEL CUERPO

#### Nombre de la Actividad:

Canto de cabeza, hombros, cintura, rodillas y pies.

#### Forma Organizativa:

Círculos

#### Método Sugerido:

Mando directo

#### Desarrollo de la Actividad:

El canto dice: cabeza, hombros, cintura, rodillas y pies; rodillas y pies (bis).

Cuando se le indica las partes del cuerpo se toca con ambas manos. Cada vez va más rápido el canto.

#### Material Didáctico:

Ninguno

#### VARIANTE

Letreros o carteles con dibujos con las partes del cuerpo. Se presenta el letrero y se realiza la acción o se toca la parte del cuerpo que se dijo.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

### • RELACIONAR PARTES DEL CUERPO

#### Nombre de la Actividad:

Canto: Meri, one, two.

#### Forma Organizativa:

Círculo

#### Método Sugerido:

Mando directo

#### Desarrollo de la Actividad:

El canto dice así: Meri, meri one, two, tree cabeza y otra vez; meri, meri, one, two, tree, cabeza, hombros, meri, meri one, two, tree y se va agregando diferentes partes del cuerpo.

#### Material Didáctico:

Ninguno

#### VARIANTE

Para trabajar con alumnos o alumnas con sordera se pueden utilizar señas (números) y mostrando los números realizan la acción y también agregando partes del cuerpo.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

- MOVIMIENTO EXPRESIVO DE CARÁCTER ESPONTÁNEO (GESTO)

### Nombre de la Actividad:

“Gestos de animales”

### Forma Organizativa:

Grupal e individual.

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Los niños (as) se desplazan libremente en el espacio físico y el maestro muestra carteles con figuras de animales para que los niños realicen los gestos cotidianos de dichos animales.

### Material Didáctico:

Carteles con figuras de animales.

### VARIANTE

Para niños no videntes el maestro mencionará en voz alta el nombre del animal conjuntamente con el cartel.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

- MOVIMIENTO EXPRESIVO DE CARÁCTER ESPONTÁNEO (GESTO)

### Nombre de la Actividad:

“Mimo”

### Forma Organizativa:

Grupal e individual

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

El maestro realiza diversos gestos tales como felicidad, tristeza, enojo, pensativo; así como diversas actividades cotidianas como bañarse, peinarse, cepillarse, etc. y los alumnos o alumnas imitan los gestos.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTE

Para el niño (a) no vidente: el maestro da las instrucciones en voz baja del gesto o actividad y él o ella realiza el gesto y los demás realizan imitando las instrucciones.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

- MOVIMIENTO EXPRESIVO DE CARÁCTER ESPONTÁNEO (GESTO)

### Nombre de la Actividad:

Mimos

### Forma Organizativa:

Filas

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Se colocan en fila y al dar la ejemplificación de diferentes formas de desplazamiento de animales de un lugar a otro, gestualizando de forma sucesiva.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTE

Para trabajar con alumnos (as) con sordera ejemplificar con el dibujo o nombre del animal y que observe al maestro.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

- MOVIMIENTO EXPRESIVO DE CARÁCTER ESPONTÁNEO (GESTO)

### Nombre de la Actividad:

El mono hábil

### Forma Organizativa:

Círculo

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Cada niño pasa a realizar un movimiento o gesto que el mono realiza, como el rascarse la cara, etc., y todos lo repiten, deben pasar todos.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTE

Para niños con síndrome de Down, deben ubicarse cerca y pedirle a que de unos ejemplos, siempre y cuando se le de una instrucción breve y clara.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

### • RESPIRACIÓN DE ACUERDO A LAS VÍAS RESPIRATORIAS

#### Nombre de la Actividad:

Inflado, desinflado.

#### Forma Organizativa:

Círculo

#### Método Sugerido:

Mando directo

#### Desarrollo de la Actividad:

Sentados en círculo imitar al maestro (a), por la nariz inspirar y soplar fuerte por la boca.

Gesticular con todo el cuerpo la acción de inflar y desinflar.

#### Material Didáctico:

Ninguno

#### VARIANTE

“El globo juguetero”

Quién anda por allí; el globo juguetero, lo tomo con las manos,

lo inflo fuertemente: aaaafú, aaafú. Ahora lo desinflató.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

### • RESPIRACIÓN DE ACUERDO A LAS VÍAS RESPIRATORIAS

#### Nombre de la Actividad:

El cumpleaños

#### Forma Organizativa:

Círculo

#### Método Sugerido:

Sintético o Global

#### Desarrollo de la Actividad:

Sentarse y nombrar a un cumpleaños imaginario, en orden alterno, con pastel de juego cantar Happy birthday y soplar imitando el movimiento de inhalar y exhalar. Al momento de apagar la vela, todos al mismo tiempo.

#### Material Didáctico:

Gorros, pastel, música.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

- RESPIRACIÓN DE ACUERDO A LAS VÍAS RESPIRATORIAS

### Nombre de la Actividad:

Sopla y sopla

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

El alumno desarrollará la actividad según indicaciones orales y gestuales del maestro (a) (forma imitativa). Utilizando boca y nariz.

### Material Didáctico:

Plumas

### VARIANTE

Copos de semilla de ceiba.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

- RESPIRACIÓN DE ACUERDO A LAS VÍAS RESPIRATORIAS

### Nombre de la Actividad:

Sacando el aire.

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Mando directo.

### Desarrollo de la Actividad:

Los niños soplarán un barquito de papel colocado en un recipiente con agua.

### Material Didáctico:

Barquito de papel, hojas secas de árboles, recipientes y agua.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

### • CUERPO EN TENSION Y EN RELAJACION

#### Nombre de la Actividad:

Abrir y cerrar

#### Forma Organizativa:

En círculo

#### Método Sugerido:

Mando directo

#### Desarrollo de la Actividad:

Los alumnos (as) cerrar y abrir las manos. Apretar y abrir los labios. Flexionarán los brazos con las manos cerradas, bajar y subir los brazos con las manos abiertas. Cerrar y abrir los ojos.

#### Material Didáctico:

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

### • CUERPO EN TENSION Y EN RELAJACION

#### Nombre de la Actividad:

Caminar y parar

#### Forma Organizativa:

Individual

#### Método Sugerido:

Mando directo

#### Desarrollo de la Actividad:

Los alumnos (as) deben caminar en un espacio delimitado. Caminarán rápido, lento al ritmo de un tambor. Parar cuando se deje de tocar el tambor.

#### Material Didáctico:

Tambor

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

### • CUERPO EN TENSION Y EN RELAJACION

#### Nombre de la Actividad:

Las momias

#### Forma Organizativa:

Individual

#### Método Sugerido:

Sintético o Global

#### Desarrollo de la Actividad:

Se desplazan caminando en el espacio libre imitando a una momia. Al oír la música o como el maestro lo indique, se moverán como gelatinas relajando las partes corporales.

#### Material Didáctico:

Grabadora, discos, panderetas, chinchines.

#### VARIANTE

La cucaracha enamorada.

Maestro: miren quien viene allí, alumnos dicen ¿quién es?

Maestro: La cucaracha enamorada que se me sube a la cabeza y como se menea relajada, relajada.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

### • CUERPO EN TENSION Y EN RELAJACION

#### Nombre de la Actividad:

Rascando el cuerpo

#### Forma Organizativa:

Individual

#### Método Sugerido:

Sintético o Global

#### Desarrollo de la Actividad:

Trotando buscaran un compañero a quien le puedan hacer cosquillas.

#### Material Didáctico:

Ninguno.

#### VARIANTE

A la señal agarrarán un globo con las manos y lo restregarán, cuando el maestro indique lo soltarán volviendo a tratar y viceversa.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL • ORGANIZACIÓN ESPACIAL

**Nombre de la Actividad:**  
Salto del círculo

**Forma Organizativa:**  
Grupal

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
1.- Dibujar un círculo en el suelo y luego se le indicará al alumno, que salte adentro del círculo y después afuera.  
2.- Saltar con un pie de afuera hacia dentro en círculos.

**Material Didáctico:**  
Yeso

**VARIANTE**  
Saltar sobre una caja. Saltar sobre un cuadro hecho de masking.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL • ORGANIZACIÓN ESPACIAL

**Nombre de la Actividad:**  
Salto del conejito

**Forma Organizativa:**  
Grupal

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Grupal saltar cinco veces con el pie derecho y otras cinco con el pie izquierdo.  
Marcar un círculo, caminando alrededor de este.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

**VARIANTE**  
Salto con un pie y luego salta sobre una línea con el pie contrario.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL • ORGANIZACIÓN ESPACIAL

**Nombre de la Actividad:**  
Mamá Pato

**Forma Organizativa:**  
Grupal

**Método Sugerido:**  
Mando Directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
Grupal, agarrando una hula hula con ambas manos se introducirá en ella y luego saldrá

**Ronda:**  
Mamá Pato. Alrededor del círculo.  
Ahí viene mamá pato (maestro), Tachin tachin (alumno), ahí viene papa pato (maestro), tachin, tachin (alumno) ahí vienen los patitos (tachin, tachin, tachin).

**Material Didáctico:**  
Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL • ORGANIZACIÓN ESPACIAL

**Nombre de la Actividad:**  
Descubriendo mis espacios.

**Forma Organizativa:**  
Grupal

**Método Sugerido:**  
Sintético o global.

**Desarrollo de la Actividad:**  
Corriendo a un lugar determinado aplaudir arriba, en medio - abajo.

**Material Didáctico:**  
Ninguno.

**VARIANTE**  
Utilizar diferentes elementos para mejor dinámica en la actividad.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL • DIFERENTES SENTIDOS ESPACIALES

**Nombre de la Actividad:**  
La ronda

**Forma Organizativa:**  
En parejas.

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
En círculo, la ronda: la ronda, la ronda, me gusta jugar la ronda, arriba la cafetera, abajo la azucarera, me gusta lavar la ropa a ver, que color me toca, piña, naranja, limón que salga el viejo panzón, corona martillo y media vuelta, a la chiquiri chiquiri chiquiri, que salte el alumno que ganará.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL • DIFERENTES SENTIDOS ESPACIALES

**Nombre de la Actividad:**  
Mar y tierra.

**Forma Organizativa:**  
Tercias

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
De forma individual, juego mar y tierra: desplazarse adelante y atrás según la indicación.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

### • DIFERENTES SENTIDOS ESPACIALES

#### Nombre de la Actividad:

“El Sonidito”

#### Forma Organizativa:

Dispersos o libre

#### Método Sugerido:

Libre Exploración, Mando Directo

#### Desarrollo de la Actividad:

Se colocan todos los niños sentados con un aro en la mano y realizan sonidos y movimiento hacia, atrás, derecho e izquierdo.

#### Material Didáctico:

Aros, pelotas de plástico sonoras

#### VARIANTE

Parados, hincados acostados.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

### • DIFERENTES SENTIDOS ESPACIALES

#### Nombre de la Actividad:

“Fuego y Agua”

#### Forma Organizativa:

Filas

#### Método Sugerido:

Mando Directo.

#### Desarrollo de la Actividad:

Se colocan los niños uno a la par de otro en fila, cuando el maestro mencione la palabra “fuego”, los niños dan un paso al frente y cuando mencione la palabra agua hacia atrás.

#### Material Didáctico:

Ninguno

#### VARIANTE

Saltos

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

### • DIFERENTES DISTANCIAS ESPACIALES

#### **Nombre de la Actividad:**

Que tan cerca, que tan lejos

#### **Forma Organizativa:**

Grupal: hileras simples

#### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

#### **Desarrollo de la Actividad:**

Sin desplazarse lanza un objeto hacia un recipiente cercano a él, lo recoge y se ubica atrás. Se varían las distancias.

#### **Material Didáctico:**

Pelotas u objetos de diferentes tamaños y texturas que no representen peligro.

#### VARIANTE

Se desplaza trasladando un objeto para depositarlo en un recipiente regresa y quien sigue va a traerlo y lo entrega al próximo para continuar la rutina.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

### • DIFERENTES DISTANCIAS ESPACIALES

#### **Nombre de la Actividad:**

Lanza a la caja

#### **Forma Organizativa:**

Grupal: en círculos

#### **Método Sugerido:**

Sintético o global

#### **Desarrollo de la Actividad:**

Se desplaza alrededor de una caja a la señal lanza el objeto a la caja y luego lo recoge e inicia la actividad, variando distancias.

**Material Didáctico:** caja u otro recipiente, pelotas o diferentes objetos que no representen peligro

#### VARIANTE

Se coloca en le centro se desplaza al frente de una señal lanza el objeto hacia la caja.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

### • DIFERENTES DISTANCIAS ESPACIALES

#### Nombre de la Actividad:

“El Trencito”

#### Forma Organizativa:

Hileras

#### Método Sugerido:

Mando Directo, Resolución de Problemas

#### Desarrollo de la Actividad:

En trencito en desplazamiento el segundo de la hilera toca al compañero de adelante para indicarle hacia que dirección debe dirigirse con el resto del grupo, en relación a un punto específico variando distancias hacia adelante, atrás, derecha e izquierda.

#### Material Didáctico:

Conos (Delimitar Área)

#### VARIANTE

Por medio de la indicación verbal del alumno.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

### • DIFERENTES DISTANCIAS ESPACIALES

#### Nombre de la Actividad:

“El semáforo”

#### Forma Organizativa:

Individual (dispersos)

#### Método Sugerido:

Mando Directo

#### Desarrollo de la Actividad:

Al mostrar el globo amarillo se dirige al lado derecho, al mostrar el globo rojo al lado izquierdo y el globo verde al frente, variando distancias cerca-lejos en relación a un punto específico.

#### Material Didáctico:

Globos

#### VARIANTE

Trotando

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO TEMPORAL

### • ESTRUCTURA TEMPORAL - PERCEPCIÓN TEMPORAL

#### Nombre de la Actividad:

Van y ven

#### Forma Organizativa:

Individual-frontal-grupal (según espacio físico)

#### Método Sugerido:

Mando directo

#### Desarrollo de la Actividad:

Se colocan todos los alumnos en la línea lateral, a la señal (adaptada a la discapacidad, aplauso o silbato, movimiento de la mano o cualquier objeto) llevar un objeto empujándolo hacia el punto de referencia.

#### Material Didáctico:

Prensa, vejigas, pelotas plásticas, aros, cajas de cartón, etc.

#### VARIANTE

Ubicar un elemento específico y a la señal trasladarse al mismo.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO TEMPORAL

### • ESTRUCTURA TEMPORAL - PERCEPCIÓN TEMPORAL

#### Nombre de la Actividad:

Lanzo, cuento y atrapo

#### Forma Organizativa:

Individual

#### Método Sugerido:

Analítico

#### Desarrollo de la Actividad:

Cada alumno se colocará en un espacio, en el cual cada niño tendrá un objeto, el cual deberá lanzar hacia arriba y contar antes que caiga el objeto y atraparlo.

#### Material Didáctico:

Periódico, vejigas, pelotas plásticas pequeñas, tapitas u otra clase de objetos.

#### VARIANTE

Para los niños con problema auditivo, aplaudirán en vez de contar.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO TEMPORAL

- ESTRUCTURA TEMPORAL - PERCEPCIÓN TEMPORAL

### Nombre de la Actividad:

Los últimos serán los primeros

### Forma Organizativa:

Hileras

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Colocados en hileras, el ultimo de cada hilera, pasa a ser el primero, desplazándose con pasos grandes y muy lentos, rápido.

### Material Didáctico:

Una hula-hula, timoncitos de papel periódico o cartón

### VARIANTE

A los no auditivos colocarles conos como referencia.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO TEMPORAL

- ESTRUCTURA TEMPORAL - PERCEPCIÓN TEMPORAL

### Nombre de la Actividad:

Campanita de oro

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Se coloca una pareja, tomados de las manos formando un puente, y el resto del alumno pasa por debajo del puente y queda atrapado el ultimo, al atrapado se le pregunta que fruta es de su gusto (melón o sandía) así se colocara detrás de la fruta que selecciono y así sucesivamente se forman los grupos, el que acumula gana.

### Material Didáctico:

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ • AGUDEZA VISUAL

**Nombre de la Actividad:**  
Buscando el objeto

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Se colocarán varios puntos de referencia dispersos (conos, hulas, botellas, etc.), y cuando se indique cierto punto los alumnos lo buscarán y se colocarán cerca de él.

**Material Didáctico:**  
Conos, hulas, botellas, etc.

Sensorial (visual C2 y C3,  
auditiva), física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ • AGUDEZA VISUAL

**Nombre de la Actividad:**  
Tiro al blanco

**Forma Organizativa:**  
Hileras

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Colocar un blanco (cono, pliego de papel, aro, etc.), a determinada distancia, luego los niños lanzan al blanco una bolita de papel.

**Material Didáctico:**  
Bolitas de papel, aros, conos, pliegos de papel.

**VARIANTE**  
Mismo ejercicio, con trote antes de realizar el lanzamiento en el punto identificado.

Sensorial (visual C2 y C3,  
auditiva), física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ • AGUDEZA VISUAL

**Nombre de la Actividad:**  
Puntería

**Forma Organizativa:**  
Parejas enfrentadas

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Se colocan frente a frente a una distancia de acuerdo a su capacidad lanzando un objeto para tratar de pegarle a un cono que estará en el centro de cada pareja.

**Material Didáctico:**  
Conos, pelotas o bolitas de papel.

**VARIANTE**  
De la misma manera pasando el objeto por arriba de una cinta o cuerda.

Sensorial (visual C2 y C3,  
auditiva), física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ • AGUDEZA VISUAL

**Nombre de la Actividad:**  
Hale el hilo

**Forma Organizativa:**  
En parejas

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Uno frente al otro sosteniendo el extremo del hilo el cual tendrá un objeto en el centro, cuando el objeto llegue a la mano del alumno el otro hala a una distancia de no más de seis metros.

**Material Didáctico:**  
Hilo, vejiga, trapo, papel, trozo de tela, etc.

**VARIANTE**  
Puede colocársele sonido al objeto.

Sensorial (visual C2 y C3,  
auditiva), física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ • SEGUIMIENTO VISUAL

### Nombre de la Actividad:

Boliche

### Forma Organizativa:

Hileras

### Método Sugerido:

Libre exploración

### Desarrollo de la Actividad:

El alumno se colocará en un punto determinado y lanzarán una pelota hacia las botellas que se encuentran a una cierta distancia tratando de botarlas.

### Material Didáctico:

Botellas plásticas, pelotas

### VARIANTE

Con diferentes extremidades (superior, inferior, derecha, izquierda).

Sensorial, física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ • SEGUIMIENTO VISUAL

### Nombre de la Actividad:

Tirar el ping pong

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Sintético o Global

### Desarrollo de la Actividad:

Tirar una pelota de ping pong al suelo, lo siguen con la vista para luego ir a recogerlo y realizar de nuevo el ejercicio.

### Material Didáctico:

Pelotas de ping pong.

### VARIANTE

Distintos tipos y tamaños de pelotas (tenis, plásticas, goma, hule, etc.)

Sensorial, física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ • SEGUIMIENTO VISUAL

**Nombre de la Actividad:**  
Ve y tráelo

**Forma Organizativa:**  
Parejas

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Se coloca uno a la par del otro, un compañero lanza un objeto en cualquier dirección, el compañero de la par lo sigue visualmente luego se dirige a traerlo. Después cambian de función.

**Material Didáctico:**  
Bolitas de papel o pelotas de plástico.

Sensorial, física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ • SEGUIMIENTO VISUAL

**Nombre de la Actividad:**  
Platos voladores

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Cada uno tiene el plato desechable en la mano hábil, se lanza hacia diferentes direcciones y sentidos (arriba, adelante, lateral, abajo) luego recoge el elemento y repite el ejercicio.

**Material Didáctico:**  
Plato desechable decorado.

VARIANTE  
Con aviones de papel, bolas o pelotas de papel periódico.

Sensorial, física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ • AGUDEZA AUDITIVA

**Nombre de la Actividad:**  
Identificación de sonidos

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Los alumnos caminarán dispersos en el área, a la palmada saltarán, un sonido de silbato se sientan y al golpear una lata u otro objeto darán un giro, etc.

**Material Didáctico:**  
Silbato, lata, otros.

Sensorial (visual C1, C2 y C3),  
física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ • AGUDEZA AUDITIVA

**Nombre de la Actividad:**  
Imitación e identificación de sonidos

**Forma Organizativa:**  
Grupal: en círculos

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
En cada grupo se nombra a un niño, que es quien realizará e imitará un sonido, los otros cuatro niños identificarán el sonido y el primero que lo identifique pasa al centro a realizar uno nuevo.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

Sensorial (visual C1, C2 y C3),  
física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ • AGUDEZA AUDITIVA

### Nombre de la Actividad:

Adivina qué

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Sintético o global

### Desarrollo de la Actividad:

Se realizan tres grupos, un grupo realiza un sonido y los otros dos grupos describen que sonido es luego cambia la función de cada grupo.

### Material Didáctico:

Ninguno

Sensorial (visual C1, C2 y C3),  
física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ • AGUDEZA AUDITIVA

### Nombre de la Actividad:

Animalitos

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Libre exploración

### Desarrollo de la Actividad:

Cada grupo hará el sonido de un animal, el resto adivina a quien corresponde el sonido.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTE

Sonidos de aves, mamíferos, carnívoros, etc.

Sensorial (visual C1, C2 y C3),  
física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ • SEGUIMIENTO AUDITIVO

**Nombre de la Actividad:**  
Siguiendo el sonido

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Se colocarán cuatro alumnos, en diferentes puntos y el resto se colocará en el centro, a la señal uno de los alumnos realizará ruido con el material que tenga, el resto de alumnos se desplazará hacia el alumno que esté realizando el sonido, luego otro alumno hará un sonido distinto y el grupo de desplazará hacia donde escuchen el sonido.

**Material Didáctico:**  
Botes, tambores, chichines, panderetas.

Sensorial (visual C1, C2 y C3,  
Auditiva hipo acústico), física  
e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ • SEGUIMIENTO AUDITIVO

**Nombre de la Actividad:**  
Seguir el instrumento que se le indique

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Un grupo de niños llevarán diferentes tipos de instrumentos (panderetas, tambores, chichines, gorgoritos, etc.) y los ejecutan a la señal dada por el maestro, el otro grupo que no tiene instrumento estarán con los ojos vendados y se desplazaran en busca del sonido que se indique.

**Material Didáctico:**  
Panderetas, tambores, chichines, gorgoritos, etc.

Sensorial (visual C1, C2 y C3,  
Auditiva hipo acústico), física  
e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ • SEGUIMIENTO AUDITIVO

**Nombre de la Actividad:**  
Imitadores

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
El maestro designa a un alumno para que imite cualquier sonido para que el resto de compañeros lo siga luego designa a otro y así hasta que todos imiten un sonido.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

**VARIANTE**  
Con materiales (chinchines, botes, panderetas, etc.)

Sensorial (visual C1, C2 y C3,  
Auditiva hipo acústico), física  
e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ • SEGUIMIENTO AUDITIVO

**Nombre de la Actividad:**  
Triángulo de sonidos

**Forma Organizativa:**  
Grupal

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Se colocan tres sonidos en cada esquina del espacio formando un triángulo, el sonido de un silbato en el sector 1, en el sector 2 el sonido de un vehículo, en el sector 3 el sonido de perros, los alumnos se dirigen a donde escuchen el sonido.

**Material Didáctico:**  
Silbato.

Sensorial (visual C1, C2 y C3,  
Auditiva hipo acústico), física  
e intelectual

## EQUILIBRIO MOTRIZ • EQUILIBRIO ESTÁTICO - GENERAL

**Nombre de la Actividad:**  
“Empuja y estira”

**Forma Organizativa:**  
Hileras

**Método Sugerido:**  
Mando Directo y sintético o Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Sentados sobre un balón balancearse hacia delante y hacia atrás.

**Material Didáctico:**  
Pelotas de Baloncesto.

**VARIANTE**  
Subir y bajar piernas, separar y juntar piernas, levantando objetos con las piernas.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## EQUILIBRIO MOTRIZ • EQUILIBRIO ESTÁTICO - GENERAL

**Nombre de la Actividad:**  
“Parándose en el Listón”

**Forma Organizativa:**  
Individual.

**Método Sugerido:**  
Mando Directo y Sintético o Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Caminar hacia el listón o cuerda, colocarse sobre el listón y a la señal regresar al lugar de inicio.

**Material Didáctico:**  
Listones, cuerdas, aros.

**VARIANTE**  
Caminar dispersos y a la señal colocarse dentro del aro.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## EQUILIBRIO MOTRIZ

- EQUILIBRIO ESTÁTICO - GENERAL

**Nombre de la Actividad:**  
“Semáforo”

**Forma Organizativa:**  
Trabajo Individual

**Método Sugerido:**  
Mando Directo y global.

**Desarrollo de la Actividad:**  
A la señal visual: banderola roja, (detenerse) amarilla (caminar despacio) y verde (caminar rápido)

**Material Didáctico:**  
Banderas roja, amarilla y verde.

VARIANTE  
Avioncito, en cada color.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## EQUILIBRIO MOTRIZ

- EQUILIBRIO ESTÁTICO - GENERAL

**Nombre de la Actividad:**  
“A que no, te caes”

**Forma Organizativa:**  
Filas enfrentadas, ondas y contra ondas.

**Método Sugerido:**  
Descubrimiento guiado.

**Desarrollo de la Actividad:**  
Movilizar de un punto a otro los conitos de cartón empujándolos con un bastón, manteniendo el equilibrio en un pie. (Jockey)

**Material Didáctico:**  
Palo de escoba  
Conitos de cartón de huevo.

VARIANTE  
Utilizando pelotas e introduciendo los conitos a una caja.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## EQUILIBRIO MOTRIZ

- EQUILIBRIO ESTÁTICO - SEGMENTARIO

### Nombre de la Actividad:

“Las Cajitas”

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Descubrimiento Guiado.

### Desarrollo de la Actividad:

De pie, con los brazos extendidos hacia el frente colocar una cajita con 5 tapitas en su interior, colocadas en la parte superior de cada mano, separando y juntándolas.

### Material Didáctico:

Cajas pequeñas de Cartón y Tapitas.

### VARIANTE

Colocar una caja sobre la parte superior de las manos y girar el tronco hacia la derecha e izquierda, de pie.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## EQUILIBRIO MOTRIZ

- EQUILIBRIO ESTÁTICO - SEGMENTARIO

### Nombre de la Actividad:

“Sostengo mi bolita”

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Mando Directo y sintético o Global

### Desarrollo de la Actividad:

Trasladar una pelota de papel con las dos manos, a la señal detenerse y sostener la pelota con una mano.

### Material Didáctico:

Pelotas de Papel Periódico

### VARIANTE

Saltar con pies juntos y a la señal colocarse de puntillas.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## EQUILIBRIO MOTRIZ

- EQUILIBRIO ESTÁTICO - SEGMENTARIO

### Nombre de la Actividad:

“Malabarista”

### Forma Organizativa:

Individual.

### Método Sugerido:

Libre Exploración

### Desarrollo de la Actividad:

Se le proporciona al alumno un palo de escoba, de aproximadamente de 25 cms. El cual deberá sostener con la mano extendida, durante 20 segundos. Y a la señal visual y/o auditiva cambio de mano.

### Material Didáctico: (individual)

Palo de escoba de 25 cms.

Pelotas plásticas y sacos de semillas pequeños.

### VARIANTE

Lanzando la pelota a una altura moderada.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## EQUILIBRIO MOTRIZ

- EQUILIBRIO ESTÁTICO - SEGMENTARIO

### Nombre de la Actividad:

“Balancín de mano”

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Libre Exploración

### Desarrollo de la Actividad:

Se le proporciona el balancín y una pelota al alumno, el balancín lo estirará y colocará la pelota sobre las cuerdas para mantener el equilibrio.

### Material Didáctico:

Balancín y pelota.

Sensorial, física (B) e intelectual.



## EQUILIBRIO MOTRIZ

- EQUILIBRIO DINÁMICO - GENERAL

### Nombre de la Actividad:

“Caminando sobre el aro”

### Forma Organizativa:

Individual.

### Método Sugerido:

Mando directo y sintético o global.

### Desarrollo de la Actividad:

Caminar colocando a la señal la mitad del pie sobre el aro y deslizarlo sin perder contacto con el aro, una o dos vueltas.

### Material Didáctico:

Aros

### VARIANTE

Formar figuras geométricas, con cuerdas y caminar sobre ellas, hasta realizar varios recorridos.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## EQUILIBRIO MOTRIZ

- EQUILIBRIO DINÁMICO - GENERAL

### Nombre de la Actividad:

“Al son del elefantito”

### Forma Organizativa:

Individual.

### Método Sugerido:

Mando Directo

### Desarrollo de la Actividad:

El grupo canta:

Al son del elefantito (bis)

Hacemos el avioncito;

Al son del elefantito (bis)

hacemos la bailarina

Al son del elefantito (bis) etc.

### Material Didáctico:

Ninguno

Sensorial, física (B) e intelectual.



## EQUILIBRIO MOTRIZ

- EQUILIBRIO DINÁMICO - GENERAL

### Nombre de la Actividad:

“El Culebrón”

### Forma Organizativa:

Hileras

### Método Sugerido:

Descubrimiento Guiado.

### Desarrollo de la Actividad:

Caminar sobre las cuerdas de un extremo a otro.

### Material Didáctico:

Cuerdas gruesas.

### VARIANTE

En posición de cuadrupedia, utilizando plantas de manos y pies sin rodillas.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## EQUILIBRIO MOTRIZ

- EQUILIBRIO DINÁMICO - GENERAL

### Nombre de la Actividad:

“Rally”

### Forma Organizativa:

Individual o parejas

### Método Sugerido:

Mando directo y libre exploración.

### Desarrollo de la Actividad:

Se colocan las estaciones distribuidas en la cancha, formando grupos de forma individual en el recorrido de las estaciones.

1. Malabarista (trasladar palo de escoba con la palma de la mano).
2. El balancín (trasladar una pelota con el balancín).
3. El sombreron (trasladar un objeto sobre la cabeza).

### Material Didáctico:

Palo de escoba, balancín , pelota, objetos (pelotas pequeñas a la mitad, cajas, cubos, cuadernos, etc.)

Sensorial, física (B) e intelectual.

## HABILIDAD COORDINADA

### •COORDINACIÓN GLOBAL - DESPLAZAMIENTOS MOTRICES - MARCHA

#### Nombre de la Actividad:

Marcha ciempiés

#### Forma Organizativa:

Grupal de seis o mas integrantes

#### Método Sugerido:

Sintético o global

#### Desarrollo de la Actividad:

Se harán grupos de seis participantes cada grupo elige a un coordinador, este se colocara a un extremo del grupo y a la señal este ira marchando hacia a el grupo y hará que un acompañante lo sujete de un hombro e ira marchando libre y a la señal nuevamente va hacia el grupo e incorporara a otro a la marcha y así sucesivamente hasta lograr que todos en coordinación marchen con ritmo. Cada participante deberá llevar en su mano un listón color verde y un listón café.

#### Material Didáctico:

Listón verde y café  
Lazo

#### VARIANTE

Que todos sostengan un lazo

Sensorial, física (B) e intelectual.

## HABILIDAD COORDINADA

### •COORDINACIÓN GLOBAL - DESPLAZAMIENTOS MOTRICES - MARCHA

#### Nombre de la Actividad:

La marcha feliz

#### Forma Organizativa:

Hileras

#### Método Sugerido:

Sintético o global

#### Desarrollo de la Actividad:

Se formaran dos hileras, cada participante llevara amarrado a cada pie un chinchín a la señal marcharan en el mismo lugar en un tiempo determinado por el maestro

#### Material Didáctico:

Chinchín

#### VARIANTE

En desplazamiento, en diferentes direcciones a la señal.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## HABILIDAD COORDINADA

- COORDINACIÓN GLOBAL - DESPLAZAMIENTOS MOTRICES - MARCHA

### Nombre de la Actividad:

El barco se hunde

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Mando directo, libre exploración

### Desarrollo de la Actividad:

Colocados en un círculo se delimitara el área de la actividad con conos a la señal auditiva-visual marchar libremente, a la señal formarse en grupos según la instrucción del maestro (Ejemplo el barco se hunde, el barco se hunde hagan grupos de 4, 6, 8, etc.) y seguirán marchando en grupo sin salirse del área delimitada.

### Material Didáctico:

Conos, silbato, objetos de color llamativo

### VARIANTE

Marcha hacia atrás, cambios de dirección

Sensorial, física (B) e intelectual.

## HABILIDAD COORDINADA

- COORDINACIÓN GLOBAL - DESPLAZAMIENTOS MOTRICES - MARCHA

### Nombre de la Actividad:

Regresa el objeto

### Forma Organizativa:

Hileras

### Método Sugerido:

Sintético o Global

### Desarrollo de la Actividad:

Colocados en hileras marchan a un punto determinado, regresando al lugar de salida imitando a un animal luego sale la otra hilera, así sucesivamente hasta que pasen todos.

### Material Didáctico:

Pelotas plásticas pequeñas, pelota con cascabeles, conos, silbato.

### VARIANTE

Marcha llevando un objeto con cualquier parte del cuerpo hacia un lugar determinado y la siguiente hilera regresa a traerlo.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## HABILIDAD COORDINADA

### • COORDINACIÓN GLOBAL - DESPLAZAMIENTOS MOTRICES - CARRERA

#### Nombre de la Actividad:

Caracolito

#### Forma Organizativa:

Grupal

#### Método Sugerido:

Sintético o Global

#### Desarrollo de la Actividad:

Se trazara un caracol en un área determinada se formaran grupos de 8 y a su vez se trabajara en parejas, cada pareja tomara una estafeta de extremo a extremo se desplazaran trotando en la figura trazada, hasta que el maestro de indicación de que deben parar y así sucesivamente

#### Material Didáctico:

Estafetas

#### VARIANTE

Trotaran en parejas utilizando un lazo para apoyo a la hora de desplazarse.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## HABILIDAD COORDINADA

### • COORDINACIÓN GLOBAL - DESPLAZAMIENTOS MOTRICES - CARRERA

#### Nombre de la Actividad:

Lleva lleva

#### Forma Organizativa:

Parejas

#### Método Sugerido:

Sintético o Global

#### Desarrollo de la Actividad:

Se colocaran en parejas y a la señal se desplazaran en trote hacia otro extremo, cada pareja llevara un globo y al llegar al extremo dar el globo a otra pareja que se encuentre en el otro extremo y así sucesivamente se repetirá de acuerdo a la indicación del maestro

#### Material Didáctico:

Globos

#### VARIANTE

Se girará un aro

Sensorial, física (B) e intelectual.

## HABILIDAD COORDINADA

- COORDINACIÓN GLOBAL - DESPLAZAMIENTOS MOTRICES - CARRERA

### Nombre de la Actividad:

Carrera de multi-actividades

### Forma Organizativa:

Parejas

### Método Sugerido:

Sintético o Global

### Desarrollo de la Actividad:

Se colocaran en parejas formando hileras, se ubicarán tres conos para señalar las diferentes actividades que se realizaran (Ejemplo Cono 1 sentarse, cono 2 acostarse, cono 3 correr alrededor del cono.) llegar al lugar delimitado y regresar corriendo

### Material Didáctico:

Conos, aros, cuerdas.

### VARIANTE

En cada cono se colocaran objetos para manipular aros para girar o cuerda.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## HABILIDAD COORDINADA

- COORDINACIÓN GLOBAL - DESPLAZAMIENTOS MOTRICES - CARRERA

### Nombre de la Actividad:

Carrera con cambios

### Forma Organizativa:

Hileras

### Método Sugerido:

Sintético o Global

### Desarrollo de la Actividad:

A la señal correrán en parejas realizando cambios de sentido, dirección, alternándose los turnos para competir se ayudaran con una lazo los alumnos con problemas visuales

### Material Didáctico:

Lazo

### VARIANTE

En tercias, en cuartetos.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## HABILIDAD COORDINADA

### • COORDINACIÓN ESPECÍFICA - COORDINACIÓN ÓCULO-MANUAL

#### Nombre de la Actividad:

Pega en el centro

#### Forma Organizativa:

Individual, parejas

#### Método Sugerido:

Descubrimiento guiado

#### Desarrollo de la Actividad:

Pintar en el suelo o pared un círculo con tiza (diana ) ponerle a la pelota un lazo o pita y dársela a los alumnos a la señal tirar la pelota hacia en el dibujo tratando de pegar en el centro a una distancia de 2 a 6 metros parados.

#### Material Didáctico:

Tiza, pelota lazo o pita

#### VARIANTE

Acostados, sentados, etc., según capacidad física

Sensorial (visual C2, C3, y auditiva), física e intelectual.

## HABILIDAD COORDINADA

### • COORDINACIÓN ESPECÍFICA - COORDINACIÓN ÓCULO-MANUAL

#### Nombre de la Actividad:

Llévame, tráeme y entrégame

#### Forma Organizativa:

Individual y en Hileras

#### Método Sugerido:

Mando directo, descubrimiento guiado

#### Desarrollo de la Actividad:

Llevar con la mano un objeto (pelota, cubo de cartón o madera amarrado con una lana el objeto) y agarrarlo con la mano hasta el punto referido por el profesor levantarlo y entregarlo al compañero junto con la lana.

#### Material Didáctico:

Pelotas, conos y lana

#### VARIANTE

Para capacidad física llevarla no en el suelo sino sobre una base alta.

Sensorial (visual C2, C3, y auditiva), física e intelectual.

## HABILIDAD COORDINADA

### • COORDINACIÓN ESPECÍFICA - COORDINACIÓN ÓCULO-MANUAL

#### Nombre de la Actividad:

Lleva, lleva

#### Forma Organizativa:

Individual y parejas

#### Método Sugerido:

Descubrimiento guiado y mando directo

#### Desarrollo de la Actividad:

El niño empujará el balón a una distancia de dos a tres metros utilizando una mano luego las dos, hasta llegar a la distancia ya trazada, en la cual saldrá el otro niño que está esperando, y realizará de nuevo la actividad

#### Material Didáctico:

Balones con chinchines

#### VARIANTE

El balón se empujara de una forma pasiva y luego aumentara la fuerza del empuje.

Sensorial (visual C2, C3, y auditiva), física e intelectual.

## HABILIDAD COORDINADA

### • COORDINACIÓN ESPECÍFICA - COORDINACIÓN ÓCULO-MANUAL

#### Nombre de la Actividad:

Lleva y deja

#### Forma Organizativa:

Hileras y parejas

#### Método Sugerido:

Descubrimiento guiado y mando directo

#### Desarrollo de la Actividad:

El niño llevará botes plásticos en diferentes distancias señaladas en la cual llevará con mano derecha y luego con mano izquierda, en cada grupo o hilera, habrá como mínimo 10 botes plásticos y otro regresará los botes al inicio.

#### Material Didáctico:

Botes plásticos

#### VARIANTE

El niño se guiará a través de una pita puesta como línea de guía.

Sensorial (visual C2, C3, y auditiva), física e intelectual.

## HABILIDAD COORDINADA

### • LANZAMIENTO GENERAL

#### Nombre de la Actividad:

Suena, suena, bimbom

#### Forma Organizativa:

Círculo

#### Método Sugerido:

Sintético o Global

#### Desarrollo de la Actividad:

Se forman círculos y se coloca una caja enfrente de cada participante a la señal lanza una tapita la cual debe llevar un cascabel, realizar repeticiones con cambio de mano.

#### Material Didáctico:

Tapitas, cascabeles cajas otros similares.

#### VARIANTE

Lanzar una esponja con cascabel a un objeto determinado a diferentes distancias.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## HABILIDAD COORDINADA

### • LANZAMIENTO GENERAL

#### Nombre de la Actividad:

Tiro al blanco

#### Forma Organizativa:

Círculo, ondas, hileras, filas enfrentadas

#### Método Sugerido:

Analítico y sintético o Global

#### Desarrollo de la Actividad:

De acuerdo a la organización prevista lanzar la pelota al aro intentando acertar adentro.

#### Material Didáctico:

Aros, conos

#### VARIANTE

Hileras enfrentadas cambiar de procedimiento organizativo lanzar con desplazamiento.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## HABILIDAD COORDINADA

- LANZAMIENTO GENERAL

**Nombre de la Actividad:**  
El pasa pasa

**Forma Organizativa:**  
Grupal e individual

**Método Sugerido:**  
Analítico y sintético

**Desarrollo de la Actividad:**  
En parejas o tríos se pasan el balón u otro objeto uno al otro en desplazamiento o estático.

**Material Didáctico:**  
Pelotas, esponjas otros con o sin cascabel

**VARIANTE**  
En desplazamiento estático, sentado o acostado.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## HABILIDAD COORDINADA

- LANZAMIENTO GENERAL

**Nombre de la Actividad:**  
El pitcher

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Lanzaran las pelotas a la pared a un objeto determinado, y deberán ir a traer su pelota y lanzar de nuevo.

**Material Didáctico:**  
Pelota de tenis, de papel, de esponja, otros.

**VARIANTE**  
Tríos, parejas y uno devuelve los objetos lanzados para ser lanzados de nuevo y cambian cada 10 tiros.

Sensorial, física (B) e intelectual.



# Etapa II

# 5 años

EDUCACIÓN  
**FÍSICA**  
PARA TODA LA VIDA  
EN FAMILIA®

## ESQUEMA CORPORAL

- FUNCIÓN CORPORAL DE LA PARTE RECONOCIDA Y RELACIONADA - SEGMENTARIA

### Nombre de la Actividad:

Pelota de Papel

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

El maestro solicita que todos arruguen con la mano el papel periódico formando una pelota de papel e indicará diversas actividades que se pueden realizar con la mano, siempre haciendo uso de la pelota: lanzar y atrapar.

### Material Didáctico:

Papel periódico

### VARIANTE

Para niños (as) no videntes: el maestro sonará su silbato o pandereta o tambor y los niños lanzarán la pelota con la mano hacia el lugar en donde se produce el sonido.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

- FUNCIÓN CORPORAL DE LA PARTE RECONOCIDA Y RELACIONADA - SEGMENTARIA

### Nombre de la Actividad:

“Aros a correr”

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Los alumnos giran con la mano hábil el aro y a la indicación del maestro lanzan el aro y corren a traerlo.

### Material Didáctico:

Aros

### VARIANTE

Niños no videntes. En parejas uno convencional y uno no vidente, el niño convencional ayuda al no vidente. Ocurre lo mismo con el niño con discapacidad física.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

### • FUNCIÓN CORPORAL DE LA PARTE RECONOCIDA Y RELACIONADA - SEGMENTARIA

#### Nombre de la Actividad:

Canto Harem Sem Sem

#### Forma Organizativa:

Círculo

#### Método Sugerido:

Mando directo

#### Desarrollo de la Actividad:

El canto dice así: Harem sem sem, Harem sem sem, gory, gory, gory Harem sem sem, tienen que tocarse las piernas con una mano cuando digan Harem sem sem, harem sem sem cuando diga gory, gory, gory se tocarán los muslos y cuando digan Harem sem sem se tocan el estómago con la mano.

#### Material Didáctico:

Ninguno

#### VARIANTE

Para trabajar con niños (as) con problema auditivo se puede trabajar con ritmo el mismo juego.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

### • FUNCIÓN CORPORAL DE LA PARTE RECONOCIDA Y RELACIONADA - SEGMENTARIA

#### Nombre de la Actividad:

Martillo

#### Forma Organizativa:

Filas

#### Método Sugerido:

Mando directo

#### Desarrollo de la Actividad:

El canto dice así: vamos a clavar con un martillo, con un martillo, con un martillo, vamos a clavar con un martillo ahora clavaremos con dos y le agregamos movimientos con un brazo y seguimos con otras partes del cuerpo.

#### Material Didáctico:

Ninguno

#### VARIANTE

Para trabajar con niños (as) sordos se trabaja con ritmo el mismo juego.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL • EXPRESIÓN CORPORAL

**Nombre de la Actividad:**  
Ulala

**Forma Organizativa:**  
Filas

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
Ulala que veo, es un río, no podré pasar por ahí lo pasaré nadando. Luego se repite la frase Ulala que veo, cambia y menciona un puente y cambiando lo que tiene que realizar por ejemplo: saltando.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL • EXPRESIÓN CORPORAL

**Nombre de la Actividad:**  
El Pollo

**Forma Organizativa:**  
Círculo

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
Canto: el pollo, el pollo con una ala, mueve un brazo, luego el pollo, el pollo con la otra ala, el pollo el pollo con su colita y así sucesivamente le agrega más movimientos a lo que realizará el maestro.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL • EXPRESIÓN CORPORAL

### Nombre de la Actividad:

Una casita

### Forma Organizativa:

Círculo

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Todos se toman de la mano y hacen un círculo y repetir lo que el maestro canta con sus ademanes. Yo tengo una casita así, así, así y tiene una ventanita así, así, así, y tiene una puertecita así, así, así, y tiene una chimenea así, así, así y por allí sale el humo así, así, así y den vuelta; se hace enojado, llorando, triste, etc.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTE

Llevar el canto en carteles y realizar ademanes.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL • EXPRESIÓN CORPORAL

### Nombre de la Actividad:

Very one

### Forma Organizativa:

Círculo

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Formar un círculo y repetir lo que canta y los ademanes que realiza el maestro: very, very one, two, tree queremos que todos nos muevan las manos hacia la derecha hacia la izquierda 10 veces uh, uh. Luego se repite el canto solo cambia las manos, piernas, cabeza, rodillas.

### Material Didáctico:

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL • FASES RESPIRATORIAS

### Nombre de la Actividad:

Vuela, vuela

### Forma Organizativa:

Libre y parejas

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Cada alumno deberá de tratar y a la señal deberá de acostarse y sacar un trozo de papel, al alumno deberá de tomar la mayor cantidad de aire, se colocará el trozo de papel en la boca y soplará tratando de elevar lo más que pueda el trozo de papel a la nueva señal levantarse y seguir corriendo.

### Material Didáctico:

Trozo de papel

### VARIANTE

Corriendo a la señal tomar una pajilla y tratar de levantar los papelitos que estén en el suelo.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL • FASES RESPIRATORIAS

### Nombre de la Actividad:

Globo loco

### Forma Organizativa:

Parejas

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Cada pareja deberá de tener un globo el cual lo tendrán que mantener en el aire, únicamente soplándolo sin que este se caiga al suelo

### Material Didáctico:

Globos, papel, plumas

### VARIANTE

Colgar los globos y tratar de que el niño los mueva únicamente soplando y tratar de elevarlo lo más que pueda.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL • FASES RESPIRATORIAS

**Nombre de la Actividad:**  
Burbuja loca

**Forma Organizativa:**  
Grupal

**Método Sugerido:**  
Mando directo, sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Llenar varios recipientes con 5 pajillas cada uno y colocar grupos a la señal soplar y soplar hasta la señal de parar, ver cuanta espuma se produjo.

**Material Didáctico:**  
Agua jabonosa, pajillas, recipientes hondos y anchos

**VARIANTE**  
El mismo ejercicio uniendo las pajillas, colocando dos al mismo tiempo.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL • FASES RESPIRATORIAS

**Nombre de la Actividad:**  
Fiú Fiú

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Descubrimiento guiado

**Desarrollo de la Actividad:**  
Con el silbato al cuello cada uno cantará: si tú tienes muchas ganas de soplar fu fu (bis) si en verdad estás dispuesto, tu sonrisa es el reflejo, no te quedes con las ganas de soplar, fu fu caminando por el espacio libre.

**Material Didáctico:**  
Silbato, flautas

Sensorial, física e intelectual.  
NO SORDERA

## ESQUEMA CORPORAL

- RELAJACIÓN - TENSIÓN

**Nombre de la Actividad:**  
Tierra caliente

**Forma Organizativa:**  
Círculo

**Método Sugerido:**  
Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Cuando el maestro lo indique o diga tierra caliente todos los alumnos hacen piques en su mismo lugar, cuando el maestro diga tierra fría bajan de revoluciones y cuando diga tierra fría paran y se relajan.

**Material Didáctico:**  
Aros

**VARIANTE**  
El semáforo: cuando el maestro muestre el color verde corren los alumnos; con el amarillo trotan y con el rojo paran relajándose.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL

- RELAJACIÓN - TENSIÓN

**Nombre de la Actividad:**  
El tiqui taca

**Forma Organizativa:**  
Círculo

**Método Sugerido:**  
Sintético o Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Los alumnos estarán de cubito ventral, al ritmo de un objeto realizan diferentes movimientos, al dejar de sonar el objeto paran y se relajan.

**Material Didáctico:** instrumento sonoro

**VARIANTE**  
El sube y baja: el alumno ejercitará su cuerpo de cubito dorsal adoptando la posición de un columpio, efectuando ejercicios de balanceo hacia delante y atrás. A la señal o cuando lo indique el profesor dejarán el movimiento y se relajarán.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL • RELAJACIÓN - TENSIÓN

### Nombre de la Actividad:

Equilibrio en la cuerda

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Colocar una cuerda o pita en el piso y en uno de sus extremos una colchoneta. El niño o niña caminará a lo largo y sobre la cuerda, guardando el equilibrio con brazos extendidos y al finalizar dejarse caer acostado sobre la colchoneta (relajación).

### Material Didáctico:

Pita, colchoneta, banderines, gorgoritos.

### VARIANTE

El niño no vidente se le proporcionará referencias para estimular su participación.  
Se puede pasar en grupos de tres niños.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL • RELAJACIÓN - TENSIÓN

### Nombre de la Actividad:

Volando me divierto

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Colocar en fila a los niños y al mandato del maestro los niños correrán planeando con brazos extendidos imitando un avión y a la orden o señalización del maestro cambian la acción parando y desde sus lugares imitaran el vuelo de una mariposa. Parar cuando el maestro indique (repetir 2 ó 3 veces).

### Material Didáctico:

Banderines de papel de colores para los niños.

### VARIANTE

Los niños pueden hacer ruido cuando van corriendo su avión en forma de círculo.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

### • LOCALIZACIÓN - TAMAÑOS

#### Nombre de la Actividad:

“Flor”

#### Forma Organizativa:

Círculo

#### Método Sugerido:

Mando Directo

#### Desarrollo de la Actividad:

Hacer un círculo agarrados de las manos cuando el maestro diga amplio los niños hacen grande el círculo, cuando diga reducido hacen pequeño el círculo.

#### Material Didáctico:

Aros

#### VARIANTE

Círculos con Aros.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

### • LOCALIZACIÓN - TAMAÑOS

#### Nombre de la Actividad:

“Parejitas”

#### Forma Organizativa:

En parejas

#### Método Sugerido:

Mando Directo

#### Desarrollo de la Actividad:

Se colocan diferentes objetos de diferentes tamaños en el área. A la indicación, tocan el objeto del tamaño que se indico.

#### Material Didáctico:

Aros, conos pelotas de papel, de duroport y cuerdas

#### VARIANTE

Se colocan diferentes objetos que tendrán diferentes tamaños que serán indicados con diferentes palabras para poder reconocer el objeto.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

### • LOCALIZACIÓN - TAMAÑOS

#### Nombre de la Actividad:

“Jirafas y Conejitos”

#### Forma Organizativa:

Individual

#### Método Sugerido:

Mando directo

#### Desarrollo de la Actividad:

Los alumnos se colocan donde ellos quieran y al momento de escuchar el nombre de jirafa el se para y cuando escuche conejo el se agacha.

#### Material Didáctico:

Gorgorito y pandereta

#### VARIANTE

Los alumnos empiezan caminando donde ellos quieran al escuchar el ruido del gorgorito, ellos se colocan de pie como las jirafas al sonido de la pandereta el se agacha como el conejo.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

### • LOCALIZACIÓN - TAMAÑOS

#### Nombre de la Actividad:

Reconozco los Tamaños

#### Forma Organizativa:

Individual y Grupal

#### Método Sugerido:

Descubrimiento Guiado

#### Desarrollo de la Actividad:

Se colocan en una caja con diferentes tamaños de pelotas y se mandará al alumno a que reconozca los diferentes tamaños.

#### Material Didáctico:

Cajas, Pelotas.

#### VARIANTE

En diferentes texturas.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

### • LOCALIZACIÓN - NIVELES

#### Nombre de la Actividad:

Busco y atrapo

#### Forma Organizativa:

Grupal

#### Método Sugerido:

Resolución de problemas

#### Desarrollo de la Actividad:

Se distribuyen en el suelo varios objetos y figuras de diferentes tamaños, se desplaza en un espacio general y a la pregunta se deben parar sobre el objeto que se describa, lo cogerán depositándolo en un recipiente ejemplo: que pareja encuentra un círculo pequeño, que pareja encuentra una fruta grande, etc.

#### Material Didáctico:

Dibujos figuras geométricas, u otro material. Yeso carbón piedra pómez u otro.

#### VARIANTE

Se desplaza, a una señal dibujará un círculo grande, continuará desplazándose y a la pregunta dibujar lo descrito dentro de un círculo, así sucesivamente. Ejemplo: quien puede dibujar una fruta grande, un animal pequeño, etc.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

### • LOCALIZACIÓN - NIVELES

#### Nombre de la Actividad:

Quien te Estira

#### Forma Organizativa:

Grupal- procedimiento organizativo hileras enfrentadas.

#### Método Sugerido:

Mando directo

#### Desarrollo de la Actividad:

Se desplaza transportando un objeto hacia la hilera de enfrente luego a dos manos a la altura de la cintura y por ultimo sobre la cabeza.

#### Material Didáctico:

Pelotas de diferentes texturas, lazo.

#### VARIANTE

Se coloca un lazo extendido y deberá saltar sobre el en cada pasada se eleva el lazo, para después pasar por debajo y llegar a la altura inicial.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

### • LOCALIZACIÓN - NIVELES

#### Nombre de la Actividad:

Buscando nidos

#### Forma Organizativa:

Individual-parejas-tercias-grupos

#### Método Sugerido:

Mando directo

#### Desarrollo de la Actividad:

Buscar un aro que este dentro de la cancha y luego colocarse dentro de ellos.

#### Material Didáctico:

Aros, dibujar círculos (para sillas de ruedas)

#### VARIANTE

Trotando-caminando

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

### • LOCALIZACIÓN - NIVELES

#### Nombre de la Actividad:

Vamos a la casa

#### Forma Organizativa:

Libre

#### Método Sugerido:

Mando directo y descubrimiento guiado

#### Desarrollo de la Actividad:

El maestro indica el lugar donde deben localizarse los alumnos, luego a la voz de mando correr hacia el lugar indicado. Ejemplo: "Pared", y todos a tocar la pared.

#### Material Didáctico:

Conos

#### VARIANTE

Realizar la actividad en grupos.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

- LOCALIZACIÓN - ESPACIO PRÓXIMO

### Nombre de la Actividad:

### Forma Organizativa:

Distribución libre

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

A la señal alejarse y acercarse de los compañeros

### Material Didáctico:

Conos, aros, pelotas, cuerdas,

### VARIANTE

A la señal en parejas alejarse y acercarse de diferentes objetos.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

- LOCALIZACIÓN - ESPACIO PRÓXIMO

### Nombre de la Actividad:

Busca la pelota

### Forma Organizativa:

Parejas enfrentadas

### Método Sugerido:

Descubrimiento guiado

### Desarrollo de la Actividad:

En parejas se lanza la pelota acercándose y alejándose.

### Material Didáctico:

Pelotas sonoras

### VARIANTE

Se colocan los alumnos en tercias y se lanzan la pelota alejándose y acercándose.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

### • LOCALIZACIÓN - ESPACIO PRÓXIMO

#### Nombre de la Actividad:

Cazando el venado

#### Forma Organizativa:

Grupal

#### Método Sugerido:

Libre exploración

#### Desarrollo de la Actividad:

Un niño corre al otro lado de la cancha y los demás atrás de él intentan agarrarlo, cuando él voltee los demás quedan estáticos y cuando el vuelve a correr los demás siguen corriendo para atraparlo

#### Material Didáctico:

Pelotas

#### VARIANTE

El niño de firma estática bota el balón. Al dejar de botar el balón los niños paran de correr.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

### • LOCALIZACIÓN - ESPACIO PRÓXIMO

#### Nombre de la Actividad:

Cruz roja

#### Forma Organizativa:

Dispersión libre y grupal

#### Método Sugerido:

Mando directo

#### Desarrollo de la Actividad:

A la indicación los niños comienzan a caminar en el área, cuando el maestro dice 1-2-3- cruz roja se quedan como estatuas.

#### Material Didáctico:

Ninguno

#### VARIANTE

Corriendo y gateando.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL • LATERALIDAD

**Nombre de la Actividad:**  
Lanzamientos con ambas manos

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
De forma libre lanzar un objeto con la mano izquierda y derecha en la cancha.

**Material Didáctico:**  
Pelotas de diferentes tamaños y texturas

**VARIANTE**  
Patear un objeto con el pie derecho/izquierdo a una distancia determinado.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL • LATERALIDAD

**Nombre de la Actividad:**  
Pie caliente

**Forma Organizativa:**  
Hileras

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
Correr a la señal del maestro y luego sobre un línea se paran sobre un pie (derecha/ izquierda).

**Material Didáctico:**  
Ninguno

**VARIANTE**  
Con un globo levantado con la mano derecha y luego con las mano izquierda.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL • LATERALIDAD

**Nombre de la Actividad:**  
Bote con ambas manos

**Forma Organizativa:**  
Hileras

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
Botar la pelota con la mano derecha e izquierda con/sin desplazamiento.

**Material Didáctico:**  
Pelotas

VARIANTE  
Con le pie.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL • LATERALIDAD

**Nombre de la Actividad:**  
Traslado rápidos

**Forma Organizativa:**  
Filas

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
Trasladando un objeto con la mano derecha/ izquierda durante un tiempo determinado.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

VARIANTE  
Tirándolo con un compañero.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO TEMPORAL

### • ESTRUCTURA TEMPORAL - COORDINACIÓN TEMPORAL

#### Nombre de la Actividad:

Tic-tac

#### Forma Organizativa:

Individual

#### Método Sugerido:

Mando directo

#### Desarrollo de la Actividad:

Dispersión, a la señal (de acuerdo a la discapacidad, silbato, movimiento o señal) lanzar una pelota de papel y luego realizar un giro y tomarla con la otra mano la pelota.

#### Material Didáctico:

Pelotitas de papel

#### VARIANTE

Niños con silla de rueda en vez de giro tocar la cabeza.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO TEMPORAL

### • ESTRUCTURA TEMPORAL - COORDINACIÓN TEMPORAL

#### Nombre de la Actividad:

Gusanito

#### Forma Organizativa:

Grupal

#### Método Sugerido:

Sintético o global

#### Desarrollo de la Actividad:

Colocarse en hilera, se les indica que se introduzcan al aro pasándolo por todo el cuerpo, de arriba hacia abajo, luego pasársela al compañero lo más rápido posible.

#### Material Didáctico:

Aros

#### VARIANTE

Los alumnos con silla de rueda, solo se introducen el aro, solo al miembro superior.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO TEMPORAL

- ESTRUCTURA TEMPORAL - COORDINACIÓN TEMPORAL

### Nombre de la Actividad:

Papa-caliente

### Forma Organizativa:

Círculo, filas enfrentadas

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Colocados en círculo o fila enfrentados a la señal deberán pasar el objeto al compañero, que se encuentra a la par (izquierda-derecha).

### Material Didáctico:

Papel, pelota con chinchín o botes con tapitas, etc.

### VARIANTE

El maestro adaptará el tipo de señal de acuerdo a la discapacidad. (Silbato, señal o movimiento)

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO TEMPORAL

- ESTRUCTURA TEMPORAL - COORDINACIÓN TEMPORAL

### Nombre de la Actividad:

Payasitos

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Colocados libremente, en posición sentados a la señal (silbato, señal o movimiento) deberán unir y separar las piernas y luego adelante y atrás.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTE

Los niños que no pueden realizarla con las piernas lo harán, con los brazos o sino con la cabeza.

Sensorial, física e intelectual.

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ • MEMORIA VISUAL

**Nombre de la Actividad:**  
Buscando parejas

**Forma Organizativa:**  
Parejas

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
De forma grupal, juego de colores: a la señal del maestro, indica el color y los alumnos deben buscar el color entre su indumentaria o del compañero con y sin desplazamiento.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

Sensorial (visual C2, C3, y  
auditiva) física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ • MEMORIA VISUAL

**Nombre de la Actividad:**

**Forma Organizativa:**  
Grupos-círculos

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
En forma individual, el maestro distribuye en el campo de juego los distintos elementos (conos, pelotas, aros, cuerdas, etc.) y a la señal el alumno deberá ordenar por su forma y tamaño.

**Material Didáctico:**  
Aros, pelota, conos, banderola, cuerdas, etc.

VARIANTE  
Pueden contar los números del uno al diez.

Sensorial (visual C2, C3, y  
auditiva) física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ

### • MEMORIA VISUAL

#### Nombre de la Actividad:

Descubrir

#### Forma Organizativa:

Grupal

#### Método Sugerido:

Sintético o global

#### Desarrollo de la Actividad:

En subgrupos, el maestro pone varios objetos en el suelo y a la señal deben ver y memorizar los objetos luego se le preguntara que vio en el recorrido.

#### Material Didáctico:

Figuras de papel, recipiente, etc.

Sensorial (visual C2, C3, y  
auditiva) física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ

### • MEMORIA VISUAL

#### Nombre de la Actividad:

Conociendo las figuras geométricas

#### Forma Organizativa:

Individual

#### Método Sugerido:

Sintético o global

#### Desarrollo de la Actividad:

Se les presentan las cuatro figuras geométricas con su respectivo nombre, luego se colocan en forma dispersa tarjetas con las figuras por todo el campo, a la señal, se le menciona al niño el nombre de la figura que debe ir a buscar y entregársela al maestro.

#### Material Didáctico:

Figuras geométricas de papel o cartón.

Sensorial (visual C2, C3, y  
auditiva) física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ

### • FONDO - FIGURA

#### Nombre de la Actividad:

Payaso come bolas

#### Forma Organizativa:

Hileras

#### Método Sugerido:

Sintético o global

#### Desarrollo de la Actividad:

Los alumnos se colocarán en hileras y al frente de cada hilera un dibujo de un payaso con una agujero en la boca, a la señal el primero de la hilera pasará y lanzará una pelota hacia la boca del payaso.

#### Material Didáctico:

Figuras de payasos, pelotas.

Sensorial (visual C2, C3, y  
auditiva) física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ

### • MEMORIA VISUAL

#### Nombre de la Actividad:

Buscando figuras

#### Forma Organizativa:

Hileras

#### Método Sugerido:

Sintético o global

#### Desarrollo de la Actividad:

Se dibujan las cuatro figuras geométricas en dirección de cada hilera, luego se les proporciona a cada niño una pelota de papel, a la señal debe ir a dejar la pelotita dentro de la figura que se le indique.

#### Material Didáctico:

Yeso y pelotas de papel.

Sensorial (visual C2, C3, y  
auditiva) física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ

### • FONDO - FIGURA

#### Nombre de la Actividad:

El círculo

#### Forma Organizativa:

Grupal

#### Método Sugerido:

Sintético o global

#### Desarrollo de la Actividad:

Se organizan en equipos de trabajo y enfrente de cada equipo deberán tener una figura dibujada, donde cada alumno deberá de colocar un objeto, uno por uno hasta llenarlo, luego deberá de quitar cada objeto uno por uno.

#### Material Didáctico:

Yeso, hulas, papel de diferentes colores.

Sensorial (visual C2, C3, y  
auditiva) física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ

### • FONDO - FIGURA

#### Nombre de la Actividad:

Endulzando el capirucho

#### Forma Organizativa:

Individual

#### Método Sugerido:

Sintético o global

#### Desarrollo de la Actividad:

Todos los alumnos tendrán su capirucho hecho de un envase plástico, en la parte de arriba del envase tendrá un hilo sujeto al cuello del envase en donde estará atado un dulce de menta, el objetivo es introducir el dulce adentro de la botella. Cuando el alumno logra cinco aciertos podrá disfrutar del dulce.

#### Material Didáctico:

Envases plásticos, un pedazo de hilo o lana, dulces.

#### VARIANTE

Puede ser galleta, chocolate, etc.

Sensorial (visual C2, C3, y  
auditiva) física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ

- MEMORIA AUDITIVA

**Nombre de la Actividad:**

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**

En formación libre, en el suelo acostado con los ojos cerrados identificar los sonidos que realiza el maestro.

**Material Didáctico:**

Ninguno

VARIANTE

Otros cuentos para realizar diferentes sonidos.

Sensorial (visual, hipo acústico)  
física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ

- MEMORIA AUDITIVA

**Nombre de la Actividad:**

Moviéndome con el sonido

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**

El maestro les explica el ejercicio que deberán realizar al sonido de cada instrumento, todos los niños trotan cuando suene el gorgorito realizan un salto, cuando suene la pandereta se agachan, cuando suene el tambor caminan, y así sucesivamente se repetirán los sonidos.

**Material Didáctico:**

Pandereta, gorgorito y tambor.

Sensorial (visual, hipo acústico)  
física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ

### • MEMORIA AUDITIVA

#### Nombre de la Actividad:

Racatecuas

#### Forma Organizativa:

Círculo

#### Método Sugerido:

Sintético o Global

#### Desarrollo de la Actividad:

Todos los alumnos deben repetir e imitar al alumno con la siguiente canción: racatecuas, tecuas, tecuas (dos veces), luego deben de aumentar el ritmo, lo deberán de realizar solo con las palmas, con los pies, golpeando los muslos, silbando, etc., realizándolo con y sin desplazamiento.

#### Material Didáctico:

Ninguno

Sensorial (visual, hipo acústico)  
física e intelectual

## DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ

### • MEMORIA AUDITIVA

#### Nombre de la Actividad:

Los sonidos vuelan

#### Forma Organizativa:

Grupal

#### Método Sugerido:

Sintético o global

#### Desarrollo de la Actividad:

Se colocan tres estaciones con sonidos escondidos detrás de una cortina, al sonar una de las estaciones los alumnos levantarán la figura del sonido que escucharon.

#### Material Didáctico:

Papel con figuras de los sonidos, cortinas o papel.

Sensorial (visual, hipo acústico)  
física e intelectual

## EQUILIBRIO MOTOR • DINÁMICO SEGMENTARIO

**Nombre de la Actividad:**  
“Llevando mi saquito de arena”

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Mando directo y sintético o global.

**Desarrollo de la Actividad:**  
Caminar hacia el cono llevando un saquito de arena con una mano.

**Material Didáctico:**  
Sacos pequeños llenos de arena y Conos

**VARIANTE**  
Llevar el saco de arena hacia el cono, dejarlo allí y regresar con el cono en la cabeza.

Sensorial, física e intelectual.

## EQUILIBRIO MOTOR • DINÁMICO SEGMENTARIO

**Nombre de la Actividad:**  
La pelota mágica”

**Forma Organizativa:**  
Individual.

**Método Sugerido:**  
Libre Exploración.

**Desarrollo de la Actividad:**  
Caminando hacia atrás, arrastrar la pelota con el mismo pie, con los brazos extendido sosteniendo un elemento.

**Material Didáctico:**  
Pelotas  
Botellas plásticas

**VARIANTE**  
Arrastrar una botella plástica con dos pies en forma alterna.

Sensorial, física e intelectual.

## EQUILIBRIO MOTOR • DINÁMICO SEGMENTARIO

**Nombre de la Actividad:**  
“Las borlas mágicas”

**Forma Organizativa:**  
Filas enfrentadas e individual.

**Método Sugerido:**  
Descubrimiento guiado y exploración libre.

**Desarrollo de la Actividad:**  
Con una de sus extremidades empuja la borla de lana mientras se apoya con muletas o bastón.

**Material Didáctico:**  
Borlas de lana.

Sensorial, física e intelectual.

## EQUILIBRIO MOTOR • DINÁMICO SEGMENTARIO

**Nombre de la Actividad:**  
“Zanquitos”

**Forma Organizativa:**  
Hileras, ondas y contra ondas

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
Caminar sobre zancos de dos pulgadas de alto de un extremo a otro, con un elemento sobre la cabeza.

**Material Didáctico:**  
Trocitos de madera de 2” de altura (cuadrados) de 10 cm. de ancho y pita de 1.50 m.

**VARIANTE**  
En posición de cuclillas, conducir una pelota con los pies.

Sensorial, física e intelectual.

## HABILIDAD COORDINADA

- GLOBAL - SALTOS

### Nombre de la Actividad:

A que no saltas

### Forma Organizativa:

Hileras

### Método Sugerido:

Sintético o global

### Desarrollo de la Actividad:

A la señal correr al encontrarse con un obstáculo saltar hacia diferentes lados.

### Material Didáctico:

Cuerdas, conos, cubos, cajas, pelotas, etc.

Sensorial (visual C2, C3, y auditiva), física (B) e intelectual

## HABILIDAD COORDINADA

- GLOBAL - SALTOS

### Nombre de la Actividad:

Saltarín

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Sintético o global

### Desarrollo de la Actividad:

Sobre una caja de cualquier material (plástico, madera, etc.) parado sobre ella, a la señal saltar (hacia delante, atrás, a los lados).

### Material Didáctico:

Cajas.

Sensorial (visual C2, C3, y auditiva), física (B) e intelectual



## HABILIDAD COORDINADA

- GLOBAL - SALTOS

### Nombre de la Actividad:

Correcaminos

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Sintético o global

### Desarrollo de la Actividad:

Trotar y a la señal saltar con un pie y cambiar de pie.

### Material Didáctico:

Ninguno

Sensorial (visual C2, C3, y  
auditiva), física (B) e intelectual

## HABILIDAD COORDINADA

- GLOBAL - SALTOS

### Nombre de la Actividad:

Nido de pájaros con aros.

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Sintético o global

### Desarrollo de la Actividad:

Juego:

En parejas deteniendo un aro y un compañero esta dentro del aro a la señal se agarran y el que esta adentro se sale corren a la señal y vuelve a entrar a su aro (saltando al entrar y salir del aro).

### Material Didáctico:

Aros

Sensorial (visual C2, C3, y  
auditiva), física (B) e intelectual

## HABILIDAD COORDINADA

- ESPECÍFICA - COORDINACIÓN ÓCULO-PIE

### Nombre de la Actividad:

Chuza tuza

### Forma Organizativa:

Hileras

### Método Sugerido:

Descubrimiento guiado

### Desarrollo de la Actividad:

Colocar a los niños en hileras y frente a cada hilera colocar 10 latas o botellas de plástico entre dos y seis metros y darles una pelota de hule de peso liviano a la señal patear a manera de derribarlos todos

### Material Didáctico:

Botellas plásticas o latas hasta la mitad con arena o piedrin.

Sensorial (visual C2, C3, y  
auditiva), física (B) e intelectual

## HABILIDAD COORDINADA

- ESPECÍFICA - COORDINACIÓN ÓCULO-PIE

### Nombre de la Actividad:

Mete gol

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Sintético o Global

### Desarrollo de la Actividad:

Colocados en grupos frente a una portería escoger un portero y los otros patear la pelota a manera de meter gol se deberá ir rotando hasta pasar todos.

### Material Didáctico:

Porterías, pelota

### VARIANTE

Dibujar el marco en la pared.

Sensorial (visual C2, C3, y  
auditiva), física (B) e intelectual

## HABILIDAD COORDINADA

- ESPECÍFICA - COORDINACIÓN ÓCULO-PIE

### Nombre de la Actividad:

Pasito a pasito

### Forma Organizativa:

Parejas y tercias

### Método Sugerido:

Descubrimiento guiado

### Desarrollo de la Actividad:

El niño conducirá el balón rotándolo con la planta del pie a una distancia de uno o dos metros primero lo realizara con el pie derecho y luego con el izquierdo, y después lo realizara un poco más rápido.

### Material Didáctico:

Pelotas plásticas y balones

### VARIANTE

El niño puede empujar el balón de una sola vez.

Sensorial (visual C2, C3, y  
auditiva), física (B) e intelectual

## HABILIDAD COORDINADA

- ESPECÍFICA - COORDINACIÓN ÓCULO-PIE

### Nombre de la Actividad:

Apunta y dispara

### Forma Organizativa:

Hileras y parejas

### Método Sugerido:

Descubrimiento guiado y mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

El niño pondrá una pelota en el suelo en la cual tendrá que seleccionar cada uno de los objetivos, y luego intentará patearla a los distintos objetivos que están dispersos frente a él.

### Material Didáctico:

Pelotas plásticas y balones.

### VARIANTE

El niño luego de intentar patearla, el tendrá que ir a buscarla.

Sensorial (visual C2, C3, y  
auditiva), física (B) e intelectual

## HABILIDAD COORDINADA

- PATEO GENERAL

**Nombre de la Actividad:**  
Pin pon

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Sintético o Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Cada alumno con un balón, pateara el balón hacia la pared de forma continua cambiando de pie.

**Material Didáctico:**  
Balones o pelotas de cualquier material.

**VARIANTE**  
Según la cantidad de material o capacidad física se puede realizar en parejas.

Sensorial, física (B) e intelectual

## HABILIDAD COORDINADA

- PATEO GENERAL

**Nombre de la Actividad:**  
Gol

**Forma Organizativa:**  
Grupal e individual

**Método Sugerido:**  
Sintético o Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Los alumnos enfrente del marco pequeño intentarán anotar un gol.

**Material Didáctico:**  
Marco pequeños, tubo pvc, conos, aros, otros.

**VARIANTE**  
Tiro penal con y sin portero.

Sensorial, física (B) e intelectual



## HABILIDAD COORDINADA • PATEO GENERAL

**Nombre de la Actividad:**  
No me dejes caer

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Descubrimiento guiado

**Desarrollo de la Actividad:**  
Con un globo busca la manera de no dejarlo caer al piso pateándolo para arriba solo se puede tener contacto con el globo con el pie.

**Material Didáctico:**  
Globos

VARIANTE  
En parejas o grupos no dejar caer el globo.

Sensorial, física (B) e intelectual

## HABILIDAD COORDINADA • PATEO GENERAL

**Nombre de la Actividad:**  
La meta

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Descubrimiento guiado

**Desarrollo de la Actividad:**  
Patea la pelota hacia un punto o distancia determinada.

**Material Didáctico:**  
Balones, pelotas

VARIANTE  
Caminando con cambio de velocidad.

Sensorial, física (B) e intelectual

## HABILIDAD COORDINADA

- PATEO GENERAL

### Nombre de la Actividad:

Pasa y pega

### Forma Organizativa:

Parejas

### Método Sugerido:

Sintético o Global

### Desarrollo de la Actividad:

En parejas enfrentadas se colocan la pelota frente al pie y a la señal patean la pelota hacia el otro compañero y así sucesivamente utilizando pie derecho e izquierdo.

### Material Didáctico:

Pelotas.

### VARIANTE

Se colocan en círculo, un participante se coloca al centro y a la señal lanzará el balón y el que recibe retorna la pelota al compañero utilizando pie izquierdo y derecho.

Sensorial, física (B) e intelectual

## HABILIDAD COORDINADA

- PATEO GENERAL

### Nombre de la Actividad:

Vuela, vuela

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Libre exploración

### Desarrollo de la Actividad:

Cada participante se colocará un globo sujeta por un listón largo y a la señal se le indica que deberá patear el globo como pueda en varias ocasiones.

### Material Didáctico:

Globos, listón, lana.

### VARIANTE

Se le colocará una pelota plástica en lugar de globo.

Sensorial, física (B) e intelectual

A photograph of three young girls in school uniforms. The girl on the left is smiling and looking towards the camera. The girl in the middle is also smiling and looking towards the camera. The girl on the right is pointing her finger towards the camera. They are all wearing light blue or grey school uniforms. The background is a light-colored wall with a subtle pattern.

# Etapa III 6 años

EDUCACIÓN  
**FÍSICA**  
PARA TODA LA VIDA  
EN FAMILIA®

**ESQUEMA CORPORAL**

- **FUNCIÓN CORPORAL DE LA PARTE RECONOCIDA Y RELACIONADA - SEGMENTARIA**

**Nombre de la Actividad:**

La batalla del calentamiento

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Cantando los alumnos realizarán el ejercicio que dice la canción así se sumará movimientos de cada parte del cuerpo hasta que se mueva todo.

**Material Didáctico:**

Carteles de las partes del cuerpo

**VARIANTE**

Para discapacidad auditiva se realizara solo imitación del gesto que se les muestre en el cartel.

Sensorial, física e intelectual.

**ESQUEMA CORPORAL**

- **FUNCIÓN CORPORAL DE LA PARTE RECONOCIDA Y RELACIONADA - SEGMENTARIA**

**Nombre de la Actividad:**

La marcha de los soldaditos

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Todos sentados en filas y a la orden del maestro los niños pondrán en movimiento cada una de las partes del cuerpo mencionadas, hasta ejecutar una marcha. Cantarán: pie derecho, pie izquierdo, un, dos, tres

**Material Didáctico:**

Música, grabadora canción infantil. Se repite gorgoritos, tambor.

Sensorial, física e intelectual.

**ESQUEMA CORPORAL**

- **FUNCIÓN CORPORAL DE LA PARTE RECONOCIDA Y RELACIONADA - SEGMENTARIA**

**Nombre de la Actividad:**

Uno, dos, tres

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

**Desarrollo de la Actividad:**

Caminando por el espacio libremente a la señal del maestro se cambiará de actividad: Dice 1 y todos botarán la pelota con una sola mano. Dice 2 y todos llevarán la pelota con un pie. Dice 3 y todos lanzarán arriba y cabecearán.

**Material Didáctico:**

Pelotas, silbato.

**VARIANTE (S)**

Colocarse en círculos sentados y realizar los movimientos a la señal

Sensorial, física e intelectual.

**ESQUEMA CORPORAL**

- **FUNCIÓN CORPORAL DE LA PARTE RECONOCIDA Y RELACIONADA - SEGMENTARIA**

**Nombre de la Actividad:**

El pollo

**Forma Organizativa:**

Círculos

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Colocados en círculo parados se coloca 1 al centro y se le canta el pollo: el pollo con un ala, el pollo con otra ala el pollo con la patita etc. Se menciona las partes del cuerpo y este deberá agitarla. Y sucesivamente pasarán todos al centro.

**Material Didáctico:**

Pandereta o tambor.

Sensorial, física e intelectual.

**ESQUEMA CORPORAL**  
• **EXPRESIÓN CORPORAL**

**Nombre de la Actividad:**

El Mango

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Sintético o Global

**Desarrollo de la Actividad:**

Se relata la historia del mango que dice así: corto el mango, pelo mango, muerdo el mango y el cuerpo relajado relajado y se inicia otra vez el maestro o el alumno inventa lo que sigue la historia.

**Material Didáctico:**

Ninguno

**VARIANTE**

La casita yo tengo una casita que es así, así cuando llego a casa toco así, así, me lustro los zapatos así, así, y el humo de la chimenea sale así, así y así se agrega más.

Sensorial, física e intelectual.

**ESQUEMA CORPORAL**  
• **EXPRESIÓN CORPORAL**

**Nombre de la Actividad:**

Imitando a los Animales

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Sintético o Global

**Desarrollo de la Actividad:**

El maestro narra una historia de un niño perdido en bosque y en el transcurrir de la historia se encontrara diferentes animales y los niños deberán imitar el animal que se indique.

**Material Didáctico:**

Ninguno

**VARIANTE**

La orquesta de la escuela.

Se le pide al alumno que imite diferentes sonidos de instrumentos musicales.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL • EXPRESIÓN CORPORAL

### Nombre de la Actividad:

El Profesor y su combo musical

### Forma Organizativa:

Círculo

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Se distribuye un instrumento musical imaginario mediante gestos, seguidamente se incluye sonido de acuerdo al instrumento y sonidos vocales e interpretar una melodía.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTE

Ensalada de frutas

1. Con las palmas golpear muslos seguido de una palmada y dos chasquidos y contar.

2. Juguemos al nombre de las frutas. Por ejemplo: melón se empieza nuevamente y al alumno que sigue trata la manera de no repetir la fruta ya dicha.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL • EXPRESIÓN CORPORAL

### Nombre de la Actividad:

Caminando por calles extrañas

### Forma Organizativa:

Círculo

### Método Sugerido:

Sintético o Global

### Desarrollo de la Actividad:

Narran una aventura en un escenario de la gran ciudad, en la cual se desarrolla a través de movimientos según el relato del maestro.

### Material Didáctico:

Conos, yeso, aros.

Sensorial, física e intelectual.

**ESQUEMA CORPORAL**  
• TIPOS RESPIRATORIOS

**Nombre de la Actividad:**  
Inflamos el globo

**Forma Organizativa:**  
Círculos

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Tomados de la mano infla el globo imaginario, cerrando el círculo cuando exhala, abriendo el círculo cuando inhala.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

**ESQUEMA CORPORAL**  
• TIPOS RESPIRATORIOS

**Nombre de la Actividad:**  
Halando las hojas

**Forma Organizativa:**  
Filas enfrentadas

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
En posición de sentados inhalar frente a una hoja, al exhalar la suelta.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

**ESQUEMA CORPORAL**  
• TIPOS RESPIRATORIOS

**Nombre de la Actividad:**

**Forma Organizativa:**

Parejas

**Método Sugerido:**

Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**

Inhalar y exhalar, sosteniendo una pelota de plástico entre el estómago, desplazándose lentamente a donde se indica.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

**ESQUEMA CORPORAL**  
• TIPOS RESPIRATORIOS

**Nombre de la Actividad:**

La pelota gigante

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**

Acostados sobre una pelota gigante en posición cubito dorsal y cubito ventral inhalar y exhalar.

**Material Didáctico:**

Pelotas

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL • RELAJACIÓN - TENSIÓN

**Nombre de la Actividad:**  
El paseo de la confianza

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Realiza un paseo imaginario boca arriba y a ojos cerrados Pasara un elefantito por las diferentes parte del cuerpo y al ser mencionadas es la parte del cuerpo que será tensada y luego se relaja, luego se repite la misma operación enfocando la parte del cuerpo y volviéndolo a relajar.

**Material Didáctico:**  
Diferentes elementos.

Sensorial, física e intelectual.

## ESQUEMA CORPORAL • RELAJACIÓN - TENSIÓN

**Nombre de la Actividad:**  
El limón

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Relato en posición decúbito dorsal sosteniendo un limón (simulación con otro elemento) en la mano derecha se indica que deberá comprimirlo fuertemente a manera de sacarle el jugo, indicándole y aumentándole la fuerza, volviendo a repetirlo y experimentarlo con la mano izquierda y luego con ambas manos relajando a la señal las mismas partes del cuerpo.

**Material Didáctico:**  
Diferentes elementos

Sensorial, física e intelectual.

**ESQUEMA CORPORAL**  
• RELAJACIÓN - TENSIÓN

**Nombre de la Actividad:**  
Bolitas y estrellas

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Acostados posición dorsal en forma de estrella se estiran y a la señal forman una bolita con el cuerpo y comprime, realizando varias veces luego a la indicación hace de estrella y relaja varias veces.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

**ESQUEMA CORPORAL**  
• RELAJACIÓN - TENSIÓN

**Nombre de la Actividad:**  
Caritas

**Forma Organizativa:**  
Grupal

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Se relata una historia de tal manera que se muevan las partes de la cara, ejemplo ojos, frente boca frunciendo y/o apretando, luego a la señal deberán relajarse.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

- ORIENTACIÓN ESPACIAL - EVOLUCIONAR

### Nombre de la Actividad:

A trabajar en familia

### Forma Organizativa:

Parejas

### Método Sugerido:

Mando directo

### *Desarrollo de la Actividad:*

Se colocan dos cajas se indica que una de ellas esta llena de objetos luego vaciaran una y llenaran la otra al momento de la señal.

### Material Didáctico:

Cajas, aros, balones, botellas plásticas, otras

### VARIANTE

Recolectar diferentes objetos a su alrededor y llenar el recipiente.

Sensorial, física e intelectual.

## DOMINIO ESPACIAL

- ORIENTACIÓN ESPACIAL - EVOLUCIONAR

### Nombre de la Actividad:

Las Islas

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Se colocan objetos en donde, se puedan subir y se dibujan varias figuras geométricas. Se desplazan en su espacio general, a una señal se subirá a un objeto o entrara al perímetro de la figura, de modo que todos ocupen el espacio. Continúa desplazándose y se retira un objeto, nuevamente se da la señal y realiza la misma dinámica. Después de cada señal se va retirando un objeto para terminar agrupándose en las figuras geométricas.

### Material Didáctico:

Cajillas de aguas, aros tiza, carbón u otro, pelota.

### VARIANTE

Se desplaza en su espacio en general evitando ser tocado por la pelota a la señal podrán ocupar el espacio de las figuras o subir a los objetos para ser salvados del toque de la pelota, quien sea tocado perseguirá a los demás.

Sensorial, física e intelectual.

**DOMINIO ESPACIAL**

- **ORIENTACIÓN ESPACIAL - EVOLUCIONAR**

**Nombre de la Actividad:**

Tira y alcanza la pelota

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido**

Mando Directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Tirar una pelota hacia delante e ir tras de ella.

**Material Didáctico:**

Pelotas

**VARIANTE**

Después agarra la pelota y luego lanzarla lejos y alcanzarla.

Sensorial, física e intelectual.

**DOMINIO ESPACIAL**

- **LOCALIZACIÓN - EVOLUCIONAR**

**Nombre de la Actividad:**

Zopilote

**Forma Organizativa:**

Tercias

**Método Sugerido:**

Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**

Un compañero se coloca detrás de uno y luego el otro de al frente y se empiezan a lanzar el balón para que el del medio lo atrape.

**Material Didáctico:**

Ninguno

**VARIANTE**

Rodando la pelota por (abajo)

Sensorial, física e intelectual.



**DOMINIO ESPACIAL**

- **ORIENTACIÓN ESPACIAL - AGRUPAR**

**Nombre de la Actividad:**

Figuras Geométricas

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando Directo

**Desarrollo de la Actividad:**

En grupos se forman las figuras que se identifican tomados de la mano.

**Material Didáctico:**

Pelotas de papel, tapitas.

**VARIANTE**

Formar números individual o en grupo formar figuras con tapitas pelotitas de papel en grupo.

Sensorial, física e intelectual.

**DOMINIO ESPACIAL**

- **ORIENTACIÓN ESPACIAL - AGRUPAR**

**Nombre de la Actividad:**

El Barco se Hunde

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Mando Directo y Resolución de Problemas

**Desarrollo de la Actividad:**

En dispersión libre, se forman los grupos que se indiquen desde parejas hasta 10.

**Material Didáctico:**

Pelotas de bloncesto

**VARIANTE**

Se formarán los grupos dependiendo de los rebotes que se den con la pelota.

Sensorial, física e intelectual.

**DOMINIO ESPACIAL**

- **ORIENTACIÓN ESPACIAL - AGRUPAR**

**Nombre de la Actividad:**

Buscando un objeto

**Forma Organizativa:**

Grupal - Parejas

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Distribución de material en diferentes puntos de la cancha a la señal corren a buscarlo lo que solicitan y lo colocan donde se les indiquen.

**Material Didáctico:**

Lazos, botes, aros pelotas, cajas, cestos, etc.

Sensorial, física e intelectual.

**DOMINIO ESPACIAL**

- **ORIENTACIÓN ESPACIAL - AGRUPAR**

**Nombre de la Actividad:**

La familia unida

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Resolución de problemas

**Desarrollo de la Actividad:**

Marcar figuras geométricas en toda la cancha, trotan libremente, a la voz del maestro y según la figura mencionada, todos corren y se colocan adentro de ella, el que se confunda se le explica con el objetivo que todos aprendan.

**Material Didáctico:**

Cualquier tipo de pintura o trazos.

**VARIANTE**

Formar grupos antes de empezar.

Sensorial, física e intelectual.

**DOMINIO TEMPORAL**

- **ORIENTACIÓN TEMPORAL - COORDINACIÓN RÍTMICA**

**Nombre de la Actividad:**

Hoja de te

**Forma Organizativa:**

Círculo

**Método Sugerido:**

Analítico

**Desarrollo de la Actividad:**

Con la canción:

Hoja de te, hoja de te, hoja de te, de te, de te, hoja de te, té.....

Lo realizarán aplaudiendo, zapateando y con sus piernas.

**Material Didáctico:**

Ninguno

**VARIANTE**

Para los niños con deficiencia audita, lo harán de forma gesticular, observando a un monitor.

Sensorial, física e intelectual.

**DOMINIO TEMPORAL**

- **ORIENTACIÓN TEMPORAL - COORDINACIÓN RÍTMICA**

**Nombre de la Actividad:**

Mama pato

**Forma Organizativa:**

Hilera, círculo, fila.

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Con la siguiente ronda:

Hay viene mamá pato, cachi, hay viene papa pato cachi, hay vienen los patitos cachi, cachi, cachi. El maestro guiará los alumnos a cualquier lado al ritmo de la canción.

**Material Didáctico:**

Ninguno

**VARIANTE**

Marchando y aplaudiendo.

Sensorial, física e intelectual.

**DOMINIO TEMPORAL**

- **ORIENTACIÓN TEMPORAL - COORDINACIÓN RÍTMICA**

**Nombre de la Actividad:**

Arroz con leche

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo.

**Desarrollo de la Actividad:**

Se organizan en dos filas enfrentadas para realizar la siguiente actividad recreativa, por grupos cantan:

Grupo No. 1 dice: arroz con leche me quiero casar con una muchacha de la capital, que sepa lavar, que sepa barrer que sepa abrir la puerta para ir a jugar, grupo No.2 dice: yo soy la viudita del barrio del rey me quiero casar y no se con quien con este (a) si con este (a) no "con esta señorita me caso yo"-

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

**DDOMINIO TEMPORAL**

- **ORIENTACIÓN TEMPORAL - COORDINACIÓN RÍTMICA**

**Nombre de la Actividad:**

Un, dos, tres cruz roja

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Los alumnos se colocarán en fila en un punto de referencia y se trasladarán al otro extremo, el juego consiste en que el maestro gritará UN, DOS, TRES CRUZ ROJA, los alumnos deberán avanzar al decir roja deberán quedar en forma de estatua, el niño no se debe mover pues será regresado al punto de salida.

**Material Didáctico:**

Cartulinas de colores (rojo, amarillo, verde y una cruz roja).

**VARIANTE**

Para los niños con discapacidad auditiva se utilizarán colores, rojo, amarillo, verde y una cruz roja.

Sensorial, física e intelectual.

**DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ**  
• AGUDEZA TÁCTIL

**Nombre de la Actividad:**  
Explorando

**Forma Organizativa:**  
Libre

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Se colocarán dispersos varios objetos de diferente textura y los alumnos tendrán que explorar y dirán como es su textura (suave, duro, áspero, etc.)

**Material Didáctico:**  
Lana, Piedra, lija, otros.

Sensorial, física e intelectual.

**DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ**  
• AGUDEZA TÁCTIL

**Nombre de la Actividad:**  
Distinguiendo un objeto

**Forma Organizativa:**  
Hileras

**Método Sugerido:**  
Libre exploración

**Desarrollo de la Actividad:**  
Delante de cada hilera se coloca una bolsa con diferentes objetos en textura y en tamaño, a la señal el niño debe agarrar un objeto y mencionar la textura y el tamaño del mismo, luego se lo para al compañero que esta atrás y realizara la misma dinámica hasta terminar con todos los objetos de la bolsa.

**Material Didáctico:**  
Diferentes objetos de textura.

Sensorial, física e intelectual.

### DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ

#### • AGUDEZA TÁCTIL

**Nombre de la Actividad:**

Buscando figuras

**Forma Organizativa:**

Hileras

**Método Sugerido:**

Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**

Los miembros de cada hilera tendrán vendados los ojos, tendrán que sacar de una caja la figura que se les indique (cuadros, triángulos, círculos, estrellas entre otros)

**Material Didáctico:**

Cajas, figuras de cartón.

**VARIANTE**

El mismo procedimiento pero en el lugar de figuras colocar papel, madera y tela.

Sensorial, física e intelectual.

### DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ

#### • AGUDEZA TÁCTIL

**Nombre de la Actividad:**

Donde esta el juguete

**Forma Organizativa:**

Círculo

**Método Sugerido:**

Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**

Los alumnos se colocan en círculo, dentro del círculo se colocará una pareja con un pedazo de tela de un metro cuadrado, adentro de la tela abran juguetes, juegos geométricos de plástico, cuando los dos alumnos lancen hacia arriba el pañuelo, los alumnos empezarán a recoger los elementos y dirán que objeto tienen en la mano.

**Material Didáctico:**

Tela, juguetes, juegos geométricos, etc.

**VARIANTE**

Cajitas de fósforo, lápiz, borrador, etc.

Sensorial, física e intelectual.



### DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ

#### • MEMORIA TÁCTIL

**Nombre de la Actividad:**

Identificando

**Forma Organizativa:**

Grupos

**Método Sugerido:**

Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**

Se le colocará a los alumnos varios objetos lo cual tendrán que observar y tocar, posteriormente se les vendarán los ojos y tendrán que identificar que tipo de objeto están tocando.

**Material Didáctico:**

Piedras, arena, papel lija, trocitos de madera etc.

Sensorial, física e intelectual.

### DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ

#### • MEMORIA TÁCTIL

**Nombre de la Actividad:**

Explorando figuras

**Forma Organizativa:**

Hileras

**Método Sugerido:**

Libre exploración

**Desarrollo de la Actividad:**

El maestro se les proporcionará diferentes tipos de figura las cuales tocarán en todo su contorno y forma luego las depositará dentro de una caja, a la señal con los ojos vendados deberán agarrar una figura de la caja y deberán mencionar que figura es.

**Material Didáctico:**

Figuras de cartón

Sensorial, física e intelectual.



**DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ**  
• MEMORIA TÁCTIL

**Nombre de la Actividad:**  
Identificación de materiales

**Forma Organizativa:**  
Libre

**Método Sugerido:**  
Sintético o global

**Desarrollo de la Actividad:**  
En cada extremo se debe colocar cajas con nombre de materiales que existe en el otro extremo, al momento de la señal cada alumno debe de elegir cualquier material, luego deben colocarlo en la caja indicada hasta que coloquen todo el material que este disperso en el área.

**Material Didáctico:**  
Papel, cajas etc.

**VARIANTE**  
En parejas y equipos.

Sensorial, física e intelectual.

**DISCRIMINACIÓN PERCEPTO-MOTRIZ**  
• MEMORIA TÁCTIL

**Nombre de la Actividad:**  
Cajita feliz

**Forma Organizativa:**  
Grupal

**Método Sugerido:**  
Sintético o global.

**Desarrollo de la Actividad:**  
Se forman los alumnos en círculo, se coloca una caja de cartón con los objetos siguientes: bolsa con agua, bola de lana, un pedazo de lija, un rollo de papel higiénico, etc., el alumno pasa al centro y mete la mano en la caja sin sacar el objeto y debe indicar el elemento que toca.

**Material Didáctico:**  
Cajas de cartón, todos los objetos posibles.

Sensorial, física e intelectual.

**EQUILIBRIO MOTOR**  
• DINÁMICO - EN VUELO

**Nombre de la Actividad:**  
“Cangurito”

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Mando directo y sintético o global.

**Desarrollo de la Actividad:**  
Saltar sobre la caja de 10 cm. de alto y caer al otro lado con los pies juntos.

**Material Didáctico:**  
Caja de cartón u otro material blando.

VARIANTE  
Caer dentro de una caja de material blando.

Sensorial, física (B) e intelectual.

**EQUILIBRIO MOTOR**  
• DINÁMICO - EN VUELO

**Nombre de la Actividad:**  
“Saltando Obstáculos”

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido**  
Mixto o ecléctico y sintético o Global.

**Desarrollo de la Actividad:**  
Correr hacia la cuerda, saltarla y caer con los pies juntos.

**Material Didáctico:**  
Cuerdas para saltar.  
Copos de pelotas plásticas.

VARIANTE  
Utilizando copos de pelotas plásticas.

Sensorial, física (B) e intelectual.

**EQUILIBRIO MOTOR**  
• DINÁMICO - EN VUELO

**Nombre de la Actividad:**  
“Los Sapitos”

**Forma Organizativa:**  
Hileras y círculos

**Método Sugerido:**  
Mando Directo, descubrimiento guiado y libre exploración.

**Desarrollo de la Actividad:**  
Saltar con pies juntos y caer dentro el aro o círculo

**Material Didáctico:**  
Aros

VARIANTE  
En diferentes direcciones.

Sensorial, física (B) e intelectual.

**EQUILIBRIO MOTOR**  
• DINÁMICO - EN VUELO

**Nombre de la Actividad:**  
“Los animalitos saltarines”

**Forma Organizativa:**  
Hileras

**Método Sugerido:**  
Descubrimiento guiado.

**Desarrollo de la Actividad:**  
Se desplaza hacia delante y se coloca de pie, sobre las cajas de plástico o madera, salta y cae con pies juntos llevando un balón en las manos.

**Material Didáctico:**  
Pelotas de plástico

VARIANTE  
Desde la posición de cuclillas.  
Variando la posición de despegue relacionándolo con los diferentes movimientos de animales que saltan (tigres, león, gatos, conejos, sapos, etc.)

Sensorial, física (B) e intelectual.

## EQUILIBRIO MOTOR

- DINÁMICO - ROTATORIO

**Nombre de la Actividad:**  
“La vuelta al Mundo”

**Forma Organizativa:**  
Filas enfrentadas.

**Método Sugerido:**  
Mando directo y sintético o global.

**Desarrollo de la Actividad:**  
A la señal se desplazarán según la forma que se les solicite (gigantes, animales, personajes, etc.) y al llegar a la marca deben girar hacia el lado que se les indique y regresar corriendo hacia el lugar de inicio.

**Material Didáctico:**  
Yeso.

**VARIANTE**  
Realizar un giro completo y desplazarse a la otra fila.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## EQUILIBRIO MOTOR

- DINÁMICO - ROTATORIO

**Nombre de la Actividad:**  
“Stop”

**Forma Organizativa:**  
Filas (para el visual) / individual.

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
Correr sosteniendo una pelota con ambas manos, a la señal detenerse, colocar la pelota y levantarla con una mano y dar vueltas, a la señal vuelve a realizar la actividad.

**Material Didáctico:**  
Pelota  
Bandera (visual) para la señalización.

**VARIANTE**  
Realizar vueltas y a la señal detenerse. Alrededor de un aro.

Sensorial, física (B) e intelectual.

**EQUILIBRIO MOTOR**  
• DINÁMICO - ROTATORIO

**Nombre de la Actividad:**  
“Encrucijada”

**Forma Organizativa:**  
Filas

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
El niño camina sobre una línea de masking tape la cual formará una cruz, en dicha cruz realizará un salto con giro con pies juntos en cada esquina y regresar al centro después de cada salto con giro.

**Material Didáctico:**  
Masking tape

VARIANTE  
Sosteniendo pelotas plásticas en las dos manos.

Sensorial, física (B) e intelectual.

**EQUILIBRIO MOTOR**  
• DINÁMICO - ROTATORIO

**Nombre de la Actividad:**  
“Cangrejito”

**Forma Organizativa:**  
Círculo

**Método Sugerido:**  
Mando Directo y Libre Exploración.

**Desarrollo de la Actividad:**  
A la señal se movilizaran en posición de cuadrupedia invertida, giraran al lado derecho o izquierda y deberán colocarse dentro del aro.

**Material Didáctico:**  
Aros.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## HABILIDAD COORDINADA

- GLOBAL - GIROS

### Nombre de la Actividad:

“Disco Volante”

### Forma Organizativa:

Parejas

### Método Sugerido:

Sintético o Global

### Desarrollo de la Actividad:

Se le da a cada pareja un círculo de cartón y a la señal dará un giro, luego entregárselo al compañero y así sucesivamente.

### Material Didáctico:

Cartón

### VARIANTE

Formación libre y a la señal cada participante dará un giro pasara el círculo a otro compañero y así sucesivamente.

Sensorial (visual C2, C3, y auditiva),  
física e intelectual

## HABILIDAD COORDINADA

- GLOBAL - GIROS

### Nombre de la Actividad:

“Cuerda Mágica”

### Forma Organizativa:

Círculos enfrentados

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Se harán dos círculos cada participante deberán estar frente a frente un círculo agarraran un lazo el mismo tendrá colocados unos globos cada círculo camina hacia la derecha a la señal hace un giro los del círculo que no tienen el lazo y tocan el globo y así sucesivamente y luego le toca al otro grupo

### Material Didáctico:

Globo y lazo, pelotas plásticas

### VARIANTE

Cada participante tendrá una pelota la rodara alrededor de su cuerpo la pelota debe permanecer en el suelo.

Sensorial (visual C2, C3, y auditiva),  
física e intelectual

## HABILIDAD COORDINADA • GLOBAL - GIROS

**Nombre de la Actividad:**  
“Memoria”

**Forma Organizativa:**  
Parejas

**Método Sugerido:**  
Sintético o Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

En parejas uno colocado adelante y el otro atrás, a la señal del maestro el alumno de adelante ira caminando o trotando y a la pitazo ó señal el niño de atrás le mostrará 3 número y el niño de adelante tiene que voltear a ver y al regresar repetir los 3 ó más números que le mostro su compañero, cambian de lugar.

**Material Didáctico:**  
Cartón, números de papel.

### VARIANTE

Que el compañero de atrás baya colocando recortes de animales, letras o juguetes, y el niño tiene que voltear a ver y decir lo que va observando.

Sensorial (visual C2, C3, y auditiva),  
física e intelectual

## HABILIDAD COORDINADA • GLOBAL - GIROS

**Nombre de la Actividad:**  
“El Globo volante”

**Forma Organizativa:**  
Individual, parejas

**Método Sugerido:**  
Sintético o Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

En forma individual se le colocará un globo a cada alumno amarrado con hilo ó lana en la cintura, luego por la espalda tratarán de quitarle el globo al otro niño, el que quite o reviente más globos irá acumulando más puntos.

**Material Didáctico:**  
Globos, papel

### VARIANTE

Colocar el globo a una cola de papel y este colocarlo en el pie.

Sensorial (visual C2, C3, y auditiva),  
física e intelectual

## HABILIDAD COORDINADA

- ESPECÍFICA - COORDINACIÓN ÓCULO-CABEZA

### Nombre de la Actividad:

“Balón caído”

### Forma Organizativa:

Círculo

### Método Sugerido:

Sintético o Global

### Desarrollo de la Actividad:

Formar un círculo se les entrega un balón se coloca un niño en el centro y se le da el balón, todos los niños que están afuera del círculo se enumeran de corrido, el niño del centro grita un número (ejemplo 10) y lanza el balón al aire el número 10 tiene que ir al centro y cabecear y así cada uno de los niños pasará al centro a cabecear.

### Material Didáctico:

Balón

### VARIANTE

El niño que está en el centro lanza el balón a cada uno de los alumnos que están formados en el círculo.

Sensorial (visual C2, C3, y auditiva),  
física e intelectual

## HABILIDAD COORDINADA

- ESPECÍFICA - COORDINACIÓN ÓCULO-CABEZA

### Nombre de la Actividad:

Globito

### Forma Organizativa:

Hileras enfrentadas

### Método Sugerido:

Sintético o Global

### Desarrollo de la Actividad:

En parejas se lanzan una pelota plástica en forma de globito (hacia arriba) y el otro compañero cabecea, realizando varias repeticiones

### Material Didáctico:

Pelota plástico

### VARIANTE

Hileras enfrentadas con pelotas de cualquier material.

Sensorial (visual C2, C3, y auditiva),  
física e intelectual

**HABILIDAD COORDINADA**

- **ESPECÍFICA - COORDINACIÓN ÓCULO-CABEZA**

**Nombre de la Actividad:**

Aprieta, aprieta que me caigo.

**Forma Organizativa:**

Parejas

**Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

**Desarrollo de la Actividad:**

Colocar un objeto mediano en medio de la frente de los dos participantes, llevarlo sin botarlo hasta el lugar indicado, sin meter las manos

**Material Didáctico:**

Tubos de papel o pelotas

**VARIANTE**

Llevarlo con la parte lateral o la parte occipital de la cabeza.

Sensorial (visual C2, C3, y auditiva),  
física e intelectual

**HABILIDAD COORDINADA**

- **ESPECÍFICA - COORDINACIÓN ÓCULO-CABEZA**

**Nombre de la Actividad:**

Llévame y no me botes

**Forma Organizativa:**

Individual o parejas

**Método Sugerido:**

Resolución de problemas

**Desarrollo de la Actividad:**

Llevar un globo o cualquier otro elemento de trapo u otro material en la cabeza hasta el lugar indicado caminando sin botarlo luego trotando en parejas

**Material Didáctico:**

Almohadilla de trapo, etc.

**VARIANTE**

Empujar una pelota con la cabeza en cuadrupedia.

Sensorial (visual C2, C3, y auditiva),  
física e intelectual

**HABILIDAD COORDINADA**  
• **MANIPULACIÓN DIGITAL**

**Nombre de la Actividad:**  
“Bob El Constructor”

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Descubrimiento guiado

**Desarrollo de la Actividad:**  
Utilizando botes tienen que ir formando una pirámide sin que se desarme.

**Material Didáctico:**  
Botes o similar

**VARIANTE**  
En parejas tratarán de formar su pirámide en un tiempo límite con tapitas con latas, etc.

Sensorial, física (B) e intelectual.

**HABILIDAD COORDINADA**  
• **MANIPULACIÓN DIGITAL**

**Nombre de la Actividad:**  
“¿Quién puede y como puede?”

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Libre exploración y descubrimiento guiado

**Desarrollo de la Actividad:**  
Los alumnos(as) formarán diferentes figuras con la plasticina.

**Material Didáctico:**  
Plasticina, moldes (tapitas)

**VARIANTE**  
Trabajar globoflexia y con diferentes formas organizativas (parejas, tercias, etc.)

Sensorial, física (B) e intelectual.

**HABILIDAD COORDINADA**  
• **MANIPULACIÓN DIGITAL**

**Nombre de la Actividad:**  
“Frio y Calor”

**Forma Organizativa:**  
En parejas

**Método Sugerido:**  
Sintético o Global.

**Desarrollo de la Actividad:**  
Cuando a los niños les dicen calor deberán desabotonar la camisa (extra) del compañero; cuando se le dice frio deberán abotonar la camisa del compañero.

**Material Didáctico:**  
Camisas

**VARIANTE**  
Se puede poner la camisa a un muñeco de cartón y colocarlo en la pared.

Sensorial, física (B) e intelectual.

**HABILIDAD COORDINADA**  
• **MANIPULACIÓN DIGITAL**

**Nombre de la Actividad:**  
“La araña tejedora”

**Forma Organizativa:**  
Grupal

**Método Sugerido:**  
Libre Exploración

**Desarrollo de la Actividad:**  
En círculos de diferentes cantidades de alumnos, se enumeran del uno en adelante, el número uno agarra la punta de la lana luego lanza la bola de lana a otro compañero sin ver así sucesivamente se va lanzando hasta formar la telaraña.

**Material Didáctico:**  
Lana, pita

**VARIANTE**  
Dos, tres y cuatro integrantes de acuerdo a la cantidad de material existente y en desplazamiento.

Sensorial, física (B) e intelectual.





# 1ero. Primaria

EDUCACIÓN  
**FÍSICA**  
PARA TODA LA VIDA  
EN FAMILIA®

## FUNCIÓN DEL ESQUEMA CORPORAL • EXPRESIÓN CORPORAL

**Nombre de la Actividad:**  
“La granja”

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
El maestro canta la canción del conejo y los niños y niñas realizan los movimientos que dice la canción.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

**VARIANTE**  
Se puede realizar estático ó dinámico.

Sensorial, física e intelectual.

## FUNCIÓN DEL ESQUEMA CORPORAL • EXPRESIÓN CORPORAL

**Nombre de la Actividad:**  
“El Deportista”

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Global y Descubrimiento guiado

**Desarrollo de la Actividad:**  
Se les menciona un deporte y deben realizar los movimientos que se asemejen a dicho deporte sin copiar o repetir.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

**VARIANTE**  
Lo pueden realizar narrando la actividad que realizan ó diciendo una anotación o punto a favor.

Sensorial, física e intelectual.

## FUNCIÓN DEL ESQUEMA CORPORAL • EXPRESIÓN CORPORAL

**Nombre de la Actividad:**  
“La Orquesta”

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Mixto

**Desarrollo de la Actividad:**  
Se les dará instrucciones y cada alumno escogerá el nombre de un instrumento musical, cantarán dirigido por el maestro y al mencionar el nombre del instrumento el niño o grupo que tenga el nombre de dicho instrumento deberá imitar los movimientos que identifican dicho instrumento (ejemplo: la guitarra).

**Material Didáctico:**  
Ninguno

VARIANTE  
Con carteles, dibujos, instrumentos musicales hechos con cartón.

Sensorial, física e intelectual.

## FUNCIÓN DEL ESQUEMA CORPORAL • EXPRESIÓN CORPORAL

**Nombre de la Actividad:**  
“El mercado”

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Libre Exploración

**Desarrollo de la Actividad:**  
Los alumnos responderán la pregunta ¿Qué podemos encontrar en el mercado? Cada una con respuesta diferente, entonces, el maestro contará la historia, “Un día salí al mercado me compre un gato, el alumno que menciono gato irá atrás simulando un gato hasta tenerlos en la canasta (imaginaria) luego grita de repente “La Canasta se me rompió todos corren a su lugares.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

VARIANTE  
Dibujos, carteles o trabajar con un tipo de objetos, animales, mencionar el clima, sentimiento, etc.

Sensorial, física e intelectual.

## FUNCIÓN DEL ESQUEMA CORPORAL

### • RESPIRACIÓN

#### Nombre de la Actividad:

“Los buzos”

#### Forma Organizativa:

Individual (dispersos)

#### Método Sugerido:

Global

#### Desarrollo de la Actividad:

Con un pedazo de papel inspirar con la boca una hoja de papel y tratar de no dejarla caer en el suelo durante el tiempo máximo que pueda, siempre y cuando el niño este viendo hacia abajo.

#### Material Didáctico:

Pedazos de papel

#### VARIANTE

Lo pueden hacer teniendo un punto determinado para llevarlo y dejarlo caer.

Sensorial, física e intelectual.

## FUNCIÓN DEL ESQUEMA CORPORAL

### • RESPIRACIÓN

#### Nombre de la Actividad:

“Los Aerostáticos”

#### Forma Organizativa:

Individual y/o grupal

#### Método Sugerido:

Descubrimiento guiado

#### Desarrollo de la Actividad:

Con materiales livianos (plumas, papel china) a la señal empiezan a soplar elevando el objeto en el aire y no dejarlo caer.

#### Material Didáctico:

Plumas, papel china

#### VARIANTE

Se puede realizar en desplazamiento llevándolo a un punto determinado.

Sensorial, física e intelectual.

## FUNCIÓN DEL ESQUEMA CORPORAL • RESPIRACIÓN

**Nombre de la Actividad:**  
“Chiflido”

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
De forma individual darle un globo a cada niño a la señal cada uno de los niños deberán inflarlo y sacarle el aire; lo vuelven a inflar y repiten la operación hasta que el maestro de la orden.

**Material Didáctico:**  
Globos

VARIANTE  
Inflar globos y soplarlos (expirar) y dejarlos caer.

Sensorial, física e intelectual.

## FUNCIÓN DEL ESQUEMA CORPORAL • RESPIRACIÓN

**Nombre de la Actividad:**  
“Burbujitas”

**Forma Organizativa:**  
Individual grupal

**Método Sugerido:**  
Global

**Desarrollo de la Actividad:** En forma individual o grupal utilizando recipientes de reciclaje (botes) agregarles agua, soplar con una pajilla haciendo burbujitas sin que se salga el agua del recipiente.

**Material Didáctico:**  
Vasos desechables, botes plásticos, panitas (palanganas) plásticas, pajillas, etc.

VARIANTE  
Agregarle jabón al recipiente con agua, las pajillas amarradas de un grupo, uno sopla el agua y el otro hace burbujas al soplar las pajillas amarradas y las lanza al aire.

Sensorial, física e intelectual.

## FUNCIÓN DEL ESQUEMA CORPORAL

### • RELAJACIÓN - TENSIÓN

#### Nombre de la Actividad:

“Salto de Desmayos”

#### Forma Organizativa:

Parejas

#### Método Sugerido:

Mando Directo

#### Desarrollo de la Actividad:

En parejas estarán saltando frente a la colchoneta y a la señal dejarse caer con el cuerpo relajado sobre la colchoneta como desmayos; y a la señal volver a pararse y saltar.

#### Material Didáctico:

Colchonetas

#### VARIANTE

Corriendo en un espacio determinado y al regresar al punto de partida sentarse y respirar profundo.

Sensorial, física e intelectual.

## FUNCIÓN DEL ESQUEMA CORPORAL

### • RELAJACIÓN - TENSIÓN

#### Nombre de la Actividad:

No choquemos

#### Forma Organizativa:

Individual

#### Método Sugerido:

Mando directo, descubrimiento guiado.

#### Desarrollo de la Actividad:

En forma libre, correrán, caminarán o trotarán y a la señal deberán quedarse parados respirando lo mas despacio posible; a la indicación del maestro volverán a realizar la actividad.

#### Material Didáctico:

Ninguno

#### VARIANTE

Con los colores como referencia verde corriendo, amarillo caminando, rojo parados.

Sensorial, física e intelectual.

## FUNCIÓN DEL ESQUEMA CORPORAL

### • RELAJACIÓN - TENSIÓN

#### Nombre de la Actividad:

“Derretidos”

#### Forma Organizativa:

Individual

#### Método Sugerido:

Global

#### Desarrollo de la Actividad:

Se les indicara a cada alumno que debe desplazarse a donde quiera realizando movimientos indicados por el maestro y al mencionar la palabra “derretido” el participante deberá tirarse y quedar en forma de estrella y así sucesivamente.

#### Material Didáctico:

Ninguno

#### VARIANTE

Enanos y gigantes.

Sensorial, física e intelectual.

## FUNCIÓN DEL ESQUEMA CORPORAL

### • RELAJACIÓN - TENSIÓN

#### Nombre de la Actividad:

El lazo cariñoso

#### Forma Organizativa:

Grupal

#### Método Sugerido:

Global

#### Desarrollo de la Actividad:

Se harán grupos y a cada uno se le dará una cuerda se moverá con ritmo agarrado del lazo (el maestro indicara que movimiento debe hacer) a la señal cada grupo deberá unir las puntas del lazo, luego separarse y así sucesivamente.

#### Material Didáctico:

Lazos

#### VARIANTE

Hacer lo mismo solo que con aros.

Sensorial, física e intelectual.

## ESTRUCTURA Y RELACIÓN ESPACIAL

### • FIGURAS Y FORMAS

#### Nombre de la Actividad:

El rey pide

#### Forma Organizativa:

Grupal

#### Método Sugerido:

Mando Directo y Resolución de problemas.

#### Desarrollo de la Actividad:

Se organizan grupos según el número de personas; la persona que dirige la actividad dice: el rey da una orden, porque el pide que formen \_\_\_\_\_ (en este espacio se menciona que figura quiere que formen) Círculo, Cuadrado, Corazones, etc.

#### Material Didáctico:

Ninguno

#### VARIANTE

la actividad debe ser según la rapidez de cada niño y debemos buscar un niño convencional que apoye al niño con discapacidad.

Sensorial, física e intelectual.

## ESTRUCTURA Y RELACIÓN ESPACIAL

### • FIGURAS Y FORMAS

#### Nombre de la Actividad:

Caracolito

#### Forma Organizativa:

Grupal (hileras)

#### Método Sugerido:

Mando Directo y Resolución de Problemas.

#### Desarrollo de la Actividad:

Se pide que los niños formen una hilera y empiecen a realizar un espiral, después de realizarla gritan CARACOLITO, y empiezan a deshacerla para formar nuevamente una hilera.

#### Material Didáctico:

Ninguno

#### VARIANTE

El maestro puede cantar una canción donde se mencionen un caracol.

Sensorial, física e intelectual.

## ESTRUCTURA Y RELACIÓN ESPACIAL

### • FIGURAS Y FORMAS

#### Nombre de la Actividad:

El Pool de Figuras

#### Forma Organizativa:

Círculo

#### Método Sugerido:

Mando Directo y resolución de Problemas.

#### Desarrollo de la Actividad:

Se realiza un círculo en el cual se distribuyen, por hileras y se asigna a cada hilera una figura, (triángulos, círculos, etc.), en el centro colocamos una caja de cartón donde se colocaran adentro las mismas figuras cortadas y pintadas de un color determinado, se indica que según la figura que les toco tienen que ir corriendo a su velocidad a la caja, del centro y tomar una igual y llevarla a la caja que tienen en la hilera, le tocan la mano al siguiente compañero para realizar los relevos.

**Material Didáctico:** material alternativo, cajas, figuras geométricas de cartón pintadas de diferentes colores.

#### VARIANTE

Las hileras pueden rotar de lugar para cambiar de figura.

Sensorial, física e intelectual.

## ESTRUCTURA Y RELACIÓN ESPACIAL

### • FIGURAS Y FORMAS

#### Nombre de la Actividad:

Dibuja Figuras

#### Forma Organizativa:

Individual

#### Método Sugerido:

Descubrimiento guiado

#### Desarrollo de la Actividad:

Con una pelota rebotándola el niño forma diversas figuras que están dibujadas en el suelo.

#### Material Didáctico:

pelotas y yeso

#### VARIANTE

pueden realizar las figuras deslizando la pelota.

Sensorial, física e intelectual.



## ESTRUCTURA Y RELACIÓN ESPACIAL • DIFERENTES SITUACIONES ESPACIALES

### Nombre de la Actividad:

Rueda Musical

### Forma Organizativa:

Círculo

### Método Sugerido:

Mando Directo, descubrimiento guiado

### Desarrollo de la Actividad:

Al sonido y/o a la señal de rápido deberán correrse de acuerdo a sus capacidades hacia la derecha, a la señal despacio deberán correrse hacia la izquierda.

### Material Didáctico:

Pañuelo plástico de tela, pandereta,

### VARIANTE

Los alumnos con discapacidad física lo podrán hacer de acuerdo a sus posibilidades o con ayuda de niños.

Otra variante es preguntar al grupo de alumnos a que otras direcciones se pueden desplazar y a que distancias en relación a puntos específicos.

Sensorial, física e intelectual.

## ESTRUCTURA Y RELACIÓN ESPACIAL • DIFERENTES SITUACIONES ESPACIALES

### Nombre de la Actividad:

El Raley: Adentro afuera.

### Forma Organizativa:

Circuito y/o estación

### Método Sugerido:

Mando directo, descubrimiento guiado

### Desarrollo de la Actividad:

Cada grupo deberá pasar por cada estación, realizar 3 y/o 2 repeticiones.

### Material Didáctico:

Material alternativo

### VARIANTE

Cubetas, cajas de cartón, aros hechizos, almohadillas o saquitos de colores.

Otra variante es preguntar que otra forma pueden cambiar de lugar (adentro-afuera) variando distancias.

Sensorial, física e intelectual.

## ESTRUCTURA Y RELACIÓN ESPACIAL

### • DIFERENTES SITUACIONES ESPACIALES

#### Nombre de la Actividad:

La fiesta de la Jungla

#### Forma Organizativa:

Filas enfrentadas

#### Método Sugerido:

Mando directo

#### Desarrollo de la Actividad:

A la indicación del maestro los alumnos se conducirán hacia adelante como mono, y luego a la señal hacia atrás como elefante gestualizando los movimientos de los animales.

#### Material Didáctico:

Cuerdas

#### VARIANTE

Juego de: 1, 2, 3 cruz roja.

Sensorial, física e intelectual.

## ESTRUCTURA Y RELACIÓN ESPACIAL

### • DIFERENTES SITUACIONES ESPACIALES

#### Nombre de la Actividad:

O.A: Adelante - atrás

#### Forma Organizativa:

Individual

#### Método Sugerido:

Mando directo

#### Desarrollo de la Actividad:

Imitar lo que dice la dinámica con la pelota, O.A sin moverme en 1 pie, en una mano adentro, atrás, cerca, lejos, arriba, abajo y cada movimiento deberá realizarse con la pelota.

#### Material Didáctico:

Ninguno

#### VARIANTE

Los niños con discapacidades físicas podrán realizarlos con las partes que puedan utilizar.

Sensorial, física e intelectual.

## ESTRUCTURA TEMPORAL COORDINACIÓN TEMPORAL • MOVIMIENTO SIMULTÁNEO

### Nombre de la Actividad:

Pasa, pasa.

### Forma Organizativa:

Grupal: parejas

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Colocados en pareja en posición sentado, deberán pasar la pelota lanzándola con las dos manos.

### Material Didáctico:

Prensa o pelotas plásticas

### VARIANTE

Pelotas de plástico con chinchín para niños con discapacidad visual.

Sensorial, física e intelectual.

## COORDINACIÓN TEMPORAL • MOVIMIENTO SIMULTÁNEO

### Nombre de la Actividad:

Cabeza, Hombros, rodillas y pies

### Forma Organizativa:

Círculo, parejas

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Cantarán la canción cabeza, hombros, rodillas y pies, tocando dichas partes con ambas manos, primero individuales y luego en parejas.

### Material Didáctico:

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## COORDINACIÓN TEMPORAL • MOVIMIENTO SIMULTÁNEO

**Nombre de la Actividad:**  
Bailando

**Forma Organizativa:**  
Filas

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
Realizaran diversos movimientos simultáneos dirigidos por el maestro utilizando música de fondo.

**Material Didáctico:**  
Grabadora, vejigas, pita.

Sensorial, física e intelectual.

## COORDINACIÓN TEMPORAL • MOVIMIENTO SIMULTÁNEO

**Nombre de la Actividad:**  
Pelotitas al aire

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
A la señal del maestro, deberán lanzar las pelotitas hacia arriba con ambas manos y atraparla antes de que caiga.

**Material Didáctico:**  
Papel prensa, pelotitas de plástico.

Sensorial, física e intelectual.

## ESTRUCTURA TEMPORAL COORDINACIÓN TEMPORAL • MOVIMIENTO ALTERNO

### Nombre de la Actividad:

La marcha

### Forma Organizativa:

Filas

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Marchan de un lado de la cancha al otro, recogen un objeto y luego regresan de la misma manera.

### Material Didáctico:

Bolitas de papel.

### VARIANTE

Marchando en forma de ocho en hilera. El niño en silla de rueda solo realiza el movimiento con las manos, empujando su silla con una mano y luego la otra.

Sensorial, física e intelectual.

## COORDINACIÓN TEMPORAL • MOVIMIENTO ALTERNO

### Nombre de la Actividad:

Bicicleta

### Forma Organizativa:

Parejas

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Se colocan frente a frente sentados con los pies juntos arriba a la señal empiezan a realizar el movimiento de bicicleta.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTE

De la misma forma pero se les coloca un pelota o bolita de papel en las piernas y el primero que la bote pierde. El niño con discapacidad física (silla de ruedas) realiza el movimiento de bicicleta con las manos.

Sensorial, física e intelectual.

## COORDINACIÓN TEMPORAL • MOVIMIENTO ALTERNO

**Nombre de la Actividad:**  
Lanzando bolitas de papel

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Estacionariamente lanzarán una bolita de papel de una mano a otra, luego lo harán caminando en el espacio disponible.

**Material Didáctico:**  
Bolitas de papel

**VARIANTE**  
De la misma manera solo que con un globo, sin dejar que caiga al suelo alternando las manos.

Sensorial, física e intelectual.

## COORDINACIÓN TEMPORAL • MOVIMIENTO ALTERNO

**Nombre de la Actividad:**  
Hulas arriba

**Forma Organizativa:**  
Fila

**Método Sugerido:**  
Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Con una hula en cada mano, a la señal levantarán una hula primero y otra después de forma estacionaria. Y luego lo realizaran caminando.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

**VARIANTE**  
Los niños con discapacidad física lo realizaran sentado.

Sensorial, física e intelectual.

## ESTRUCTURA TEMPORAL COORDINACIÓN TEMPORAL • MOVIMIENTO DISOCIADO

### Nombre de la Actividad:

Tiro al blanco

### Forma Organizativa:

Hileras

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Lanzar hacia una hula una bolita de papel con una mano y con la otra tocarse la cabeza.

### Material Didáctico:

Hulas y bolitas de papel

### VARIANTE

Niños con discapacidad visual no lanzaran hacia la hula sino que simplemente realizaran ejercicio.

Sensorial, física e intelectual.

## COORDINACIÓN TEMPORAL • MOVIMIENTO DISOCIADO

### Nombre de la Actividad:

Estrellitas

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Caminando en el espacio disponible, con una mano hacia arriba van realizar estrellitas y con la otra mano pegándose en el abdomen.

### Material Didáctico:

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## COORDINACIÓN TEMPORAL • MOVIMIENTO DISOCIADO

**Nombre de la Actividad:**  
Muevo y pego

**Forma Organizativa:**  
Filas

**Método Sugerido:**  
Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Con mano derecha rotación hacia el frente, mano izquierda golpeando la pierna izquierda, desplazándose de una línea lateral hacia la otra.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

**VARIANTE**  
Con niños en sillas de rueda no desplazarse.

Sensorial, física e intelectual.

## COORDINACIÓN TEMPORAL • MOVIMIENTO DISOCIADO

**Nombre de la Actividad:**  
Rasca y lanza

**Forma Organizativa:**  
Filas

**Método Sugerido:**  
Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Desplazándose de un lado hacia otro, con una mano se toca la oreja y con la otra mano movimiento de lanzamiento.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## ORIENTACIÓN TEMPORAL COORDINACIÓN RÍTMICA • PERCUSIÓN CORPORAL

### Nombre de la Actividad:

Juan, Paco, Pedro de la mar

### Forma Organizativa:

Hileras, filas, círculos.

### Método Sugerido:

Mando directo o global

### Desarrollo de la Actividad:

con la siguiente canción: Juan, Paco, Pedro de la mar ese es mi nombre si y cuando yo me voy me dicen lo que soy Juan, Paco, Pedro de la mar  
La la la la la la lá cantando y aplaudiendo (desplazándose).

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTE

Niños con problemas físicos buscar alternativas para realizar percusión corporal.  
Niños con discapacidad (silla de ruedas) para que puedan desplazarse se le nombrará un ayudante para que el pueda aplaudir y cantar.

Sensorial, física e intelectual.

## COORDINACIÓN RÍTMICA • PERCUSIÓN CORPORAL

### Nombre de la Actividad:

Se le acaba la gasolina

### Forma Organizativa:

Individual, círculos.

### Método Sugerido:

Global y analítico

### Desarrollo de la Actividad:

Con la siguiente canción: Uno, dos, tres, cuatro, cinco, seis, siete, ooooooooocho, con las manos (aplaudir) con los pies (zapatear) todos juntos otra vez.  
Realizar lo que se canta.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTE

Niños con discapacidad física y visual para que puedan desplazarse se le nombrará un ayudante para que el pueda aplaudir y cantar.

Sensorial, física e intelectual.

## COORDINACIÓN RÍTMICA • PERCUSIÓN CORPORAL

**Nombre de la Actividad:**  
Veriflay

**Forma Organizativa:**  
Fila, hilera, círculo.

**Método Sugerido:**  
Mando directo / global.

**Desarrollo de la Actividad:**  
Con la siguiente canción: veriflay, veriflay, veriflay, flay, flay. veriflay, veriflay, veriflay, flay, flay. Chum, chumi, chumi, veriflando, veriflando, Chum, chumi, chumi, veriflando, veriflay. Zapatear y dar un paso al frente cada vez que se diga veriflay.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

**VARIANTE**  
Niños en sillas de ruedas lo realizarán aplaudiendo.

Sensorial, física e intelectual.

## COORDINACIÓN RÍTMICA • PERCUSIÓN CORPORAL

**Nombre de la Actividad:**  
Simón dice.

**Forma Organizativa:**  
Filas e individual

**Método Sugerido:**  
Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
El maestro es Simón el indicará que sonido deben realizar y con qué parte del cuerpo lo harán.  
Sugerencias (aplausos, zapateos, gritos).

**Material Didáctico:**  
Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## ORIENTACIÓN TEMPORAL COORDINACIÓN RÍTMICA • PERCUSIÓN INSTRUMENTAL

### Nombre de la Actividad:

Botes ruidosos

### Forma Organizativa:

Filas e individual

### Método Sugerido:

Global o mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

El maestro indica la cantidad de ruidos realizarán, preferencialmente iniciar de menos a más.

### Material Didáctico:

Botes plásticos o latas con piedras adentro para obtener el ruido deseado.

Sensorial (visual C2 y C3,  
auditiva), física e intelectual

## COORDINACIÓN RÍTMICA • PERCUSIÓN INSTRUMENTAL

### Nombre de la Actividad:

Maderas ruidosas

### Forma Organizativa:

Filas, círculo

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Golpear palillos la cantidad de veces que el maestro indique.

### Material Didáctico:

Trozos de madera (palillos)

Sensorial (visual C2 y C3,  
auditiva), física e intelectual

## COORDINACIÓN RÍTMICA

- PERCUSIÓN INSTRUMENTAL

**Nombre de la Actividad:**  
Very fly

**Forma Organizativa:**  
Individual, círculo.

**Método Sugerido:** Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
Con la siguiente canción: veryfly, veriflay, veryfly, fly, fly. Veryfly, veryfly, veryfly, fly, fly. Chum, chumi, chumi, veryflando, veryflando, Chum, chumi, chumi, veriflando, veryfly.  
Con cada vez que se diga very fly, se golpea la pandereta.

**Material Didáctico:**  
Panderetas, chinchines, tambores.

**VARIANTE**  
Los niños con discapacidad física (sillas de rueda) golpearán en su silla.  
Los niños con discapacidad auditiva realizar la señal de ir al frente para que ellos lo hagan.

Sensorial (visual C2 y C3, auditiva), física e intelectual

## COORDINACIÓN RÍTMICA

- PERCUSIÓN INSTRUMENTAL

**Nombre de la Actividad:**  
Hoja de te

**Forma Organizativa:**  
Individual, filas, círculos

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
Con la siguiente canción: HOJA DE TE, HOJA DE TE, HOJA DE TE, DE TE, DE TE, HOJA DE TE, TÉ..... cada vez que se esté cantando y se mencione se te golpeará la botella en el suelo.

**Material Didáctico:**  
Botellas de plástico

**VARIANTE**  
Los niños con discapacidad física (silla de ruedas) golpearán en su silla. Los niños con discapacidad auditiva el docente levantará las manos cada vez que se diga té.

Sensorial (visual C2 y C3, auditiva), física e intelectual

## ORIENTACIÓN TEMPORAL COORDINACIÓN RÍTMICA • PERCUSIÓN MUSICAL

**Nombre de la Actividad:**  
El baile musulmé

**Forma Organizativa:**  
Círculo

**Método Sugerido:**  
Analítico

**Desarrollo de la Actividad:** Todos repiten la canción y los movimientos que hace el maestro...El baile musulmé quien lo baila quien lo baila, el baile musulmé quien lo baila quien lo vé, un dedé (y pone un dedo en el piso), un codé (y pone un codo en el piso) arriba mesié y todos se levantan y repiten la canción. Todas las partes del cuerpo que agregue tiene que terminar con la letra E.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

VARIANTE  
Inician con un dedo luego una muñeca, una rodilla, un codo, una mejilla, etc.

Sensorial, física e intelectual.

## COORDINACIÓN RÍTMICA • PERCUSIÓN MUSICAL

**Nombre de la Actividad:**  
Yo digo vú

**Forma Organizativa:**  
En círculo

**Método Sugerido:**  
Analítico

**Desarrollo de la Actividad:**  
Todos repiten la canción y los sonidos que realiza el maestro, yo digo vú, yo digo vú, yo digo vú chiquiraca chiquiraca chicavú, ajá, ho yea, otra vez, y otra vez, y al mismo tiempo hacen sonido con las palmas sobre los muslos.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

VARIANTE  
Primero se hace sonido con las palmas sobre los muslos luego sobre el estómago, hombros, y cabeza.

Sensorial, física e intelectual.

## COORDINACIÓN RÍTMICA • PERCUSIÓN MUSICAL

### Nombre de la Actividad:

Cushí cushá

### Forma Organizativa:

Círculos

### Método Sugerido:

Analítico

### Desarrollo de la Actividad:

Cantando y aplaudiendo- cantemos otra vez, cantemos otra vez, paren y todos repiten los movimientos y lo que el maestro dice-brazos al frente, pulgares arriba, cushi cushá, cushi cushá cushi cushá.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTE

Se van agregando varias partes del cuerpo como pies, rodillas, cabeza, cadera, etc.

Sensorial, física e intelectual.

## COORDINACIÓN RÍTMICA • PERCUSIÓN MUSICAL

### Nombre de la Actividad:

La orquesta

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Analítico

**Desarrollo de la Actividad:** Se dividen en 3 grupos uno hace el sonido de guitarras otro hace el sonido de trompetas y otro hace el sonido de piano pero de el nombre del instrumento, repiten la canción junto con el profesor que dice. A tocar la música, todos adelante, con gran ritmo, el sonido. Y cada grupo hace su sonido. GUITARRAS: guita, guita, guitarra, guita, guita, guitarra (y se repite cuatro veces)  
TROMPETAS: trompe, trompe, trompeta, trompe, trompe, trompeta (y repite cuatro veces)  
PIANO: piano, piano, piano, piá, piano, piano, piano, piá (y se repite cuatro veces)

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTE

Primero cada grupo, después todos juntos.

Sensorial, física e intelectual.

## • EQUILIBRIO ESTÁTICO GENERAL

### **Nombre de la Actividad:**

Estatuas

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los niños (as) estarán dispersos en el área de trabajo y a la señal caminan, a la siguiente se quedarán estáticos.

### **Material Didáctico:**

Silbatos, panderetas, banderines, etc.

### **VARIANTE**

En lugar de caminar se puede trotar o correr.

Sensorial (visual C1, C2 y C3),  
física e intelectual

## • EQUILIBRIO ESTÁTICO GENERAL

### **Nombre de la Actividad:**

Balón arriba

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los niños (as) estarán dispersos en el área de trabajo y a la señal se paran de puntillas y levantan las manos con un balón.

### **Material Didáctico:**

Silbato, panderetas, banderines, etc.

### **VARIANTE**

El balón puede ser imaginario.

Sensorial (visual C1, C2 y C3),  
física e intelectual

- **EQUILIBRIO ESTÁTICO GENERAL**

**Nombre de la Actividad:**

Avioncito

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Global

**Desarrollo de la Actividad:**

Los niños estarán dispersos en el área de trabajo y cuando se le indique avioncito se pararán en un pie y extenderán los brazos hacia los lados.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial (visual C1, C2 y C3),  
física e intelectual

- **EQUILIBRIO ESTÁTICO GENERAL**

**Nombre de la Actividad:**

Pies calientes

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Global

**Desarrollo de la Actividad:**

Los niños estarán dispersos en el área de trabajo y cuando se les indique “pie caliente” levantarán un pie y así mismo lo harán con el otro pie.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial (visual C1, C2 y C3),  
física e intelectual



## • EQUILIBRIO ESTÁTICO SEGMENTARIO

### **Nombre de la Actividad:**

Vasito con agua

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los niños se formarán en hileras, el primer niño de la hilera tendrá un vaso con agua y a la señal elevará los brazos con el vaso y luego lo trasladará al niño que sigue hasta finalizar la hilera.

### **Material Didáctico:**

Vasos, agua, silbato, entre otras.

### **VARIANTE**

Los niños se pueden organizar en hileras enfrentadas.

Sensorial (visual C1, C2 y C3,  
auditivo hipo acústico) física e  
intelectual

## • EQUILIBRIO ESTÁTICO SEGMENTARIO

### **Nombre de la Actividad:**

La botella mágica

### **Forma Organizativa:**

Círculo

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los niños estarán sentados y a la señal todos tratarán de equilibrar una botella plástica hasta que la mayoría mantenga en equilibrio la botella.

### **Material Didáctico:**

botellas plásticas.

### **VARIANTE**

La misma actividad, caminando, trotando y corriendo.

Sensorial (visual C1, C2 y C3,  
auditivo hipo acústico) física e  
intelectual

- **EQUILIBRIO ESTÁTICO SEGMENTARIO**

**Nombre de la Actividad:**

Alfombra mágica

**Forma Organizativa:**

Círculo

**Método Sugerido:**

Global

**Desarrollo de la Actividad:**

Los niños en círculo estarán parados con una hoja de papel en la cabeza y a la señal de sentados se sentarán y a la señal de parados se pararán.

**Material Didáctico:**

Hojas de papel.

Sensorial (visual C1, C2 y C3,  
auditivo hipo acústico) física e  
intelectual

- **EQUILIBRIO ESTÁTICO SEGMENTARIO**

**Nombre de la Actividad:**

El globo

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Global

**Desarrollo de la Actividad:**

Los niños estarán dispersos en el área de trabajo y equilibrar un globo con la mano.

**Material Didáctico:**

Globos

Sensorial (visual C1, C2 y C3,  
auditivo hipo acústico) física e  
intelectual



## • EQUILIBRIO DINÁMICO GENERAL

### **Nombre de la Actividad:**

Transportando el balón

### **Forma Organizativa:**

En hileras enfrentadas

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Transportar un balón en un pedazo de cartón y pasarla a otro niño y así sucesivamente hasta conducir con el grupo.

### **Material Didáctico:**

Balones, cartón y cuaderno.

### VARIANTE

Para que el niño pueda recibir a distancia con un cono en la cabeza y desplazándose libremente guardando el equilibrio.

Sensorial, física (B)  
e intelectual

## • EQUILIBRIO DINÁMICO GENERAL

### **Nombre de la Actividad:**

Desplazándose con un obstáculo

### **Forma Organizativa:**

En hileras

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

El niño se forma en hileras con un cono sobre la cabeza desplazándose adelante 25 mts., lo máximo.

### **Material Didáctico:**

Cono, silbato y yeso.

### VARIANTE

Desplazamiento en parejas un niño convencional y el otro con discapacidad sensorial (auditiva y visual).

Sensorial, física (B)  
e intelectual



## • EQUILIBRIO DINÁMICO GENERAL

### **Nombre de la Actividad:**

Equilibrando el balón

### **Forma Organizativa:**

Acostado en círculo

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

El niño en posición cubito dorsal sostiene un balón con la mano y al momento de recibir la orden se para sin votar el balón corre y deposita el balón en un recipiente.

### **Material Didáctico:**

Pelotas.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## • EQUILIBRIO DINÁMICO GENERAL

### **Nombre de la Actividad:**

Pisando la cuerda

### **Forma Organizativa:**

En hileras

### **Método Sugerido:**

Mando Directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los niños están frente a una cuerda en hileras y con un elemento (pelotas, conos, cubos, etc.) en las manos avanzaran sobre la cuerda pasando primero de puntillas y talones.

### **Material Didáctico:**

Cuerdas, balón, pelotas, globos, etc.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## • EQUILIBRIO DINÁMICO SEGMENTARIO

### **Nombre de la Actividad:**

Avioncito

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

El niño se desplaza con los brazos abiertos llevando una pelota en cada mano.

### **Material Didáctico:**

Pelotas, cuadernos, etc.

### **VARIANTE**

Con un cono en la cabeza y desplazándose libremente guardando el equilibrio.

Sensorial, física e intelectual.

## • EQUILIBRIO DINÁMICO SEGMENTARIO

### **Nombre de la Actividad:**

La culebrita

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Con los brazos abiertos caminando en zig-zag.

### **Material Didáctico:**

Yeso

### **VARIANTE**

Con un cono en la cabeza y desplazándose libremente guardando el equilibrio.

Sensorial, física e intelectual.

## • EQUILIBRIO DINÁMICO SEGMENTARIO

### **Nombre de la Actividad:**

Vasito con agua

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los niños (as) se formaron en hileras el primer niño de la hilera tendrá un vaso con agua y a la señal llevará el vaso a cierta distancia y regresará a entregarlo al siguiente niño (as).

### **Material Didáctico:**

Vaso con agua y silbato.

### **VARIANTE**

Los niños (as) se puedan organizar en hileras enfrentadas.

Sensorial, física e intelectual.

## • EQUILIBRIO DINÁMICO SEGMENTARIO

### **Nombre de la Actividad:**

La botellita mágica

### **Forma Organizativa:**

Círculo

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los niños (as) estarán sentados y a la señal todos tratarán de equilibrar una botella plástica hasta que la mayoría mantenga en equilibrio la botella.

### **Material Didáctico:**

Botella plástica, silbato.

Sensorial, física e intelectual.



# 2do. Primaria

educación  
Física

Para Toda La Vida  
en Familia

## • FORMAS DE DESPLAZAMIENTO

### **Nombre de la Actividad:**

La cuevita del conejo

### **Forma Organizativa:**

Tercias

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se les indica a cada participante que se agrupe de tres, a cada tercia se le entregará un aro, uno de ellos toma un aro y lo coloca frente a él a la altura de la cintura, trotarán en diferentes direcciones a la señal los dos compañeros regresan a donde se encuentra el compañero y se introducen dentro del aro.

### **Material Didáctico:**

Aros

### **VARIANTE**

Trotando irán de un extremo al otro llevando un globo entre las piernas. En parejas.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## • FORMAS DE DESPLAZAMIENTO

### **Nombre de la Actividad:**

El gato jugueteón

### **Forma Organizativa:**

Libre

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se les da cuatro pedazos de esponja a cada participante, se desplazan en diferentes direcciones y con la cabeza empujarán una pelota plástica y así sucesivamente.

### **Material Didáctico:**

Esponja delgada, guanteletas, pelotas plástica.

### **VARIANTE**

Se les agrega un palo para empujar la pelota.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## • FORMAS DE DESPLAZAMIENTO

### Nombre de la Actividad:

Zancos

### Forma Organizativa:

Parejas

### Método Sugerido:

Descubrimiento guiado

### Desarrollo de la Actividad:

Marchando con paso largo, unidos por las manos con un listón moverán en círculos los brazos hasta la distancia indicada por el maestro.

### Material Didáctico:

Listón

### VARIANTE

En silla de ruedas en forma individual, dar dos empujones y rotar los brazos.

Sensorial, física e intelectual.

## • FORMAS DE DESPLAZAMIENTO

### Nombre de la Actividad:

“Corre, Corre”

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Descubrimiento guiado y mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Corriendo por el espacio disponible y delimitado por el maestro, luego deberán regresar al punto de partida aplaudiendo o haciendo un sonido.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTE

Para silla de ruedas empujándose, variando la fuerza para obtener diferentes distancias. Se puede sugerir de que formas se pueden desplazar y a que distancias y direcciones.

Sensorial, física e intelectual.

## • SENTIDO Y DIRECCIÓN DEL DESPLAZAMIENTO

### Nombre de la Actividad:

El hula ja

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Mixto

### Desarrollo de la Actividad:

Se colocarán los alumnos en hileras y cada hilera con un cono a determinada distancia colocado frente a ellos. A la señal del maestro se desplazaran trotando hacia adelante y llevarán un aro hacia el cono, luego el siguiente compañero llegará hacia el cono y traerá el aro (desplazamiento hacia atrás) colocándolo al otro compañero.

### Material Didáctico:

Cono, hulas (aros).

### VARIANTE

El desplazamiento será corriendo.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## • SENTIDO Y DIRECCIÓN DEL DESPLAZAMIENTO

### Nombre de la Actividad:

Formando figuras

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Colocados en hileras se colocarán conos según la figura que se formará, quedando un alumno en cada cono, a la señal del maestro, el primer alumno de la hilera se desplazará hacia el primer cono dando el relevo al compañero y éste se desplazará para relevar al siguiente.

### Material Didáctico:

Conos

### VARIANTE

Al formar la figura realizarán un ejercicio que indique el maestro.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## • SENTIDO Y DIRECCIÓN DEL DESPLAZAMIENTO

### **Nombre de la Actividad:**

El reloj manda.

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocará un reloj en la pared, se dará vuelta a la aguja y se correrá a la dirección donde lo indica (adelante, atrás, derecha, izquierda. Etc.)

### **Material Didáctico:**

Reloj de cartón

### VARIANTE

Colores, figuras, sonidos.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## • SENTIDO Y DIRECCIÓN DEL DESPLAZAMIENTO

### **Nombre de la Actividad:**

Simon dice

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Estarán marchando, saltando o parados solo se desplazará si antes se dice SIMON DICE, y seguirán las instrucciones a donde se desplazaran y luego dice SIMON DICE no se moverán.

### **Material Didáctico:**

Ninguno

### VARIANTE

Flechas, sonidos, estímulos de un compañero que va caminando o corriendo a la par o atrás, le toca en el lado donde se quiere dirigir.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## • FORMAS DE SALTO

### **Nombre de la Actividad:**

Trae el objeto lo más rápido que puedas

### **Forma Organizativa:**

Hilera

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se organizan hileras de acuerdo al número de alumnos, se colocan frente a cada hilera varios aros, luego cada niño pasará saltando con un pie al otro extremo donde tendrán que ir a traer un objeto y regresarán saltando con el otro pie hasta que pasen todos los compañeros.

### **Material Didáctico:**

Aros conos de pelotas plástica, pañuelos entro otros.

### VARIANTE

Agarrados de las manos en parejas.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## • FORMAS DE SALTO

### **Nombre de la Actividad:**

Salta la cuerda

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Libre exploración

### **Desarrollo de la Actividad:**

Colocar diferentes objetos en el área de trabajo, los niños a la indicación saltarán como puedan en diferentes direcciones.

### **Material Didáctico:**

Aros, Cuerdas, etc.

### VARIANTE

En parejas y en equipos.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## • FORMAS DE SALTO

### **Nombre de la Actividad:**

“Corre y cuando se te indique salta”

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Libre exploración.

### **Desarrollo de la Actividad:**

Colocados diferentes objetos en el área, a la indicación los niños comienzan a trotar y a la señal saltan el objeto que se encuentra cerca de ellos y luego sigue trotando, nuevamente a la señal saltan el objeto que encuentren y así sucesivamente.

### **Material Didáctico:**

Conos de pelotas plásticas, aros pañuelos, cuerdas.

### **VARIANTE**

Caminando.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## • FORMAS DE SALTO

### **Nombre de la Actividad:**

“la Familia sapo”

### **Forma Organizativa:**

Individual, grupal (filas)

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Por medio de un canto, cuando el maestro indique ellos saltan siguiendo el ritmo del canto, (Estaba la familia sapo, were were were, y se va repitiendo este canto de acuerdo a la creatividad del maestro.

### **Material Didáctico:**

Aros, pañuelos, cuerdas, etc.

### **VARIANTE**

Con elementos.

Sensorial, física (B) e intelectual.

## • FORMAS DE DESPEGUE DEL SALTO

**Nombre de la Actividad:**  
“Agarro Impulso para saltar”

**Forma Organizativa:**  
Filas

**Método Sugerido:**  
Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Se colocan en fila y a la vez colocar una aro frente a cada fila, a la indicación sale trotando antes de llegar al aro paran, tocan el suelo y luego saltan.

**Material Didáctico:**  
Aros, cuerdas, etc.

VARIANTE  
Parejas

Sensorial (visual C2, C3 y  
auditiva), física e intelectual

## • FORMAS DE DESPEGUE DEL SALTO

**Nombre de la Actividad:**  
Salta y aplaude

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
A la indicación toca el suelo luego salta y da un aplauso al estar en suspensión.

**Material Didáctico:**  
Trompeta, gorgorito.

VARIANTE  
En parejas.

Sensorial (visual C2, C3 y  
auditiva), física e intelectual

## • FORMAS DE DESPEGUE DEL SALTO

### **Nombre de la Actividad:**

En avioncito

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se dibuja un avioncito o se elabora con aros y pasan saltando recogiendo un objeto.

### **Material Didáctico:**

Aros, yeso, diferentes objetos.

Sensorial (visual C2, C3 y  
auditiva), física e intelectual

## • FORMAS DE DESPEGUE DEL SALTO

### **Nombre de la Actividad:**

Salto y caigo con un pie

### **Forma Organizativa:**

Fila

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

En fila a la indicación saltan y caen con un pie, y luego se desplazan al otro extremo.

### **Material Didáctico:**

Aros, cuerda, entre otros

### **VARIANTE**

Con elementos, parejas.

Sensorial (visual C2, C3 y  
auditiva), física e intelectual

## • DESDE LA POSICIÓN INICIAL

### **Nombre de la Actividad:**

Giros en aros

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Hileras de tres aros, los primeros de cada hilera saldrán caminando darán un giro en cada cono.

### **Material Didáctico:**

Aros, conos

### **VARIANTE**

Los niños con discapacidad sensorial serán guiados por el profesor.

Sensorial, física e intelectual.

## • DESDE LA POSICIÓN INICIAL

### **Nombre de la Actividad:**

Giros continuos

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Dispersos en la cancha, cada niño con dos pelotas una en cada mano a la señal darán giros continuos.

### **Material Didáctico:**

Pelotas.

### **VARIANTE**

Los niños con discapacidad física (sillas de ruedas) girarán con la silla.

Sensorial, física e intelectual.

## • DESDE LA POSICIÓN INICIAL

### Nombre de la Actividad:

Cangrejos

### Forma Organizativa:

Filas

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Los alumnos saldrán caminando donde se encontrará un aro y luego tendrá que girar como el cangrejo.

### Material Didáctico:

Aros.

### VARIANTE

Los alumnos con discapacidad física (silla de ruedas) darán giros desplazándose para atrás.

Sensorial, física e intelectual.

## • DESDE LA POSICIÓN INICIAL

### Nombre de la Actividad:

Giro estático

### Forma Organizativa:

Filas

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Posición parado, a la señal darán giros. Izquierda - derecha.

### Material Didáctico:

### VARIANTE

Los alumnos con discapacidad física (silla de ruedas) realizarán giros con una pelota en las manos.

Sensorial, física e intelectual.

## • POR LA DIRECCIÓN DEL GIRO

### **Nombre de la Actividad:**

La máquina de chocolate.

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Hileras de 5 niños, a la señal los primeros de cada hilera darán un giro de 360° luego el segundo hasta pasar todos.

### **Material Didáctico:**

Ninguno

### **VARIANTE**

Los alumnos con discapacidad visual con la ayuda del maestro.

Sensorial, física e intelectual.

## • POR LA DIRECCIÓN DEL GIRO

### **Nombre de la Actividad:**

Papa caliente

### **Forma Organizativa:**

Parejas

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se pasan la pelota de derecha e izquierda

### **Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • POR LA DIRECCIÓN DEL GIRO

### **Nombre de la Actividad:**

Deposito

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los alumnos caminarán donde se encuentra un depósito antes de depositar el objeto tendrá que realizar un giro.

### **Material Didáctico:**

Pelotas.

Sensorial, física e intelectual.

## POR LA DIRECCIÓN DEL GIRO

### **Nombre de la Actividad:**

Cielo y tierra

### **Forma Organizativa:**

Círculo

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Cada niño debe tener una pelota en las manos, al escuchar cielo levantar los brazos y dar un giro, luego al escuchar tierra colocan sus balones en el suelo y giran.

### **Material Didáctico:**

Pelotas.

Sensorial, física e intelectual.

## • FORMAS DE LANZAMIENTO

### **Nombre de la Actividad:**

Tira al blanco

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Resolución de problemas

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan latas sobre un escritorio, el cual los alumnos tendrán que derribar sin dejar ninguno sobre la mesa .

### **Material Didáctico:**

Latas.

Sensorial, física e intelectual.

## • FORMAS DE LANZAMIENTO

### **Nombre de la Actividad:**

Cazando conos

### **Forma Organizativa:**

Filas

### **Método Sugerido:**

Resolución de problemas

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan conos en un lugar determinado el cual el objetivo tendrá que lanzan un aro y procurar que el cono quede dentro del aro

### **Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • FORMAS DE LANZAMIENTO

**Nombre de la Actividad:**

Bolicho de conos

**Forma Organizativa:**

Hileras

**Método Sugerido:**

Resolución de problemas

**Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan los conos en un lugar determinado y el niño tendrá que derribar los conos el que derribe mas será el grupo ganador.

**Material Didáctico:**

Conos, pelotas.

Sensorial, física e intelectual.

## • FORMAS DE LANZAMIENTO

**Nombre de la Actividad:**

Lanzo mi pelota

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Los alumnos se colocan sobre una línea determinada y lanzara la pelota rozando el suelo el cual cada niño tendrá una cubeta el cual tendrá que entrar en la cubeta colocada en forma horizontal.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.



## • COORDINACIÓN ÓCULO-MANUAL

### **Nombre de la Actividad:**

Tiro al blanco

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

A la señal los niños tiran un balón a un blanco específico.

### **Material Didáctico:**

Pelotas

Sensorial, física e intelectual.

## • COORDINACIÓN ÓCULO-MANUAL

### **Nombre de la Actividad:**

Encesto

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los niños lanzarán una pelota a una canasta.

### **Material Didáctico:**

Pelotas, canastas.

### **VARIANTE**

En diferentes distancias y dificultades.

Sensorial, física e intelectual.

## • COORDINACIÓN ÓCULO-MANUAL

### **Nombre de la Actividad:**

Lanzando el globo

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los niños estarán dispersos con un globo cada uno y a la señal lo lanzarán hacia arriba y no lo dejarán caer.

### **Material Didáctico:**

Globos, silbato, banderines, etc.

Sensorial, física e intelectual.

## • COORDINACIÓN ÓCULO-MANUAL

### **Nombre de la Actividad:**

Bolicho

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocarán unas botellas frente a cada hilera a cierta distancia y a la señal lanzarán la pelota hacia las botellas tratando de botarlas.

### **Material Didáctico:**

Botellas, plásticas, pelotas.

Sensorial, física e intelectual.

## • COORDINACIÓN ÓCULO-PIE

### **Nombre de la Actividad:**

A patear el mundo

### **Forma Organizativa:**

Filas enfrentadas

### **Método Sugerido:**

Resolución de problemas

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se forman en filas, luego se colocan conos a cierta distancia y en medio de cada ambas filas, a la señal los de la fila A salen a patear el balón, mientras la fila B coloca nuevamente en el lugar el cono y el tirador trota a tocar a una línea luego retorna para patearlo de nuevo. Luego se invierten los papeles.

### **Material Didáctico:**

Pelotas, conos.

Sensorial, física e intelectual.

## • COORDINACIÓN ÓCULO-PIE

### **Nombre de la Actividad:**

A buscar el balón

### **Forma Organizativa:**

Filas

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Con un balón formando una fila, a la señal patea el balón y al mismo tiempo sale a buscarlo en la misma dirección que va el balón.

### **Material Didáctico:**

Pelotas y conos.

### **VARIANTE**

Colocar un aro al frente a cierta distancia, y al patear el balón tiene que pasar por dentro del aro.

Sensorial, física e intelectual.

## • COORDINACIÓN ÓCULO-PIE

### **Nombre de la Actividad:**

Descubrir el balón

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan en cualquier parte de la cancha con un balón y comienzan a dominar para cualquier dirección.

### **Material Didáctico:**

Conos, balones.

### VARIANTE

Caminado, corriendo y tratando.

Sensorial, física e intelectual.

## • COORDINACIÓN ÓCULO-PIE

### **Nombre de la Actividad:**

Jugar en familia

### **Forma Organizativa:**

Filas enfrentadas

### **Método Sugerido:**

Resolución de problemas

### **Desarrollo de la Actividad:**

Forman dos filas y comienzan a tocar el balón con el pie pasándolo al otro compañero que está al frente, trabajando con los dos pies (derecha – izquierda) sin dejar de trotar cuando no tienen el balón.

### **Material Didáctico:**

Balón, conos.

### VARIANTE

Al momento de tocar el balón da la vuelta sin perder el ritmo de pases.

Sensorial, física e intelectual.



# 3ero. Primaria

EDUCACIÓN  
**FÍSICA**  
PARA TODA LA VIDA  
EN FAMILIA®

## • POR LA VELOCIDAD DEL DESPLAZAMIENTO

### Nombre de la Actividad:

La liebre y tortuga

### Forma Organizativa:

Hileras

### Método Sugerido:

Descubrimiento guiado

### Desarrollo de la Actividad:

Formados en hileras se colocarán cuatro conos cada uno indicará: correr muy lento, correr lento, rápido, muy rápido. A la señal del maestro realizar el ejercicio uno por uno para que los niños que están atrás puedan observar el ejercicio.

### Material Didáctico:

Conos.

### VARIANTE

Utilizando otros objetos, según la velocidad utilizar objetos pequeños, medianos y grandes.  
En caso de discapacidad visual, guiarlos.

Sensorial, física e intelectual.

## • POR LA VELOCIDAD DEL DESPLAZAMIENTO

### Nombre de la Actividad:

Corre, corre conejito

### Forma Organizativa:

Hileras

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Colocar 4 conos delimitando el espacio, formar un cuadro, los alumnos se colocarán en hileras y en frente de cada hilera un cono, a la señal se trabajará velocidad muy lenta y de regreso velocidad lenta, sucesivamente también se trabajará rápido y muy rápido.

### Material Didáctico:

Conos, pelotas de plástico, papel.

### VARIANTE

Utilizar pelotas de papel, pelotas plásticas.

Sensorial, física e intelectual.

- **POR LA VELOCIDAD DEL DESPLAZAMIENTO**

**Nombre de la Actividad:**

Crece bebé crece

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

**Desarrollo de la Actividad:**

En un espacio de un cuadrado delimitado por conos, se desplazaran según indicaciones (muy lento espacio 1, lento espacio 2, rápido espacio 3, muy rápido espacio 4).

**Material Didáctico:**

Conos, planos, tambos, etc.

Sensorial, física e intelectual.

- **POR LA VELOCIDAD DEL DESPLAZAMIENTO**

**Nombre de la Actividad:**

El rayo

**Forma Organizativa:**

Grupal (Ondas)

**Método Sugerido:**

Global

**Desarrollo de la Actividad:**

En el punto de salida se desplazarán muy lento, a la señal, lento, a la otra señal, rápido, a la última señal muy rápido.

**Material Didáctico:**

Conos y tambos.

**VARIANTE**

Remolque, contra ondas y zig-zag.

Sensorial, física e intelectual.

## • POR EL OBJETIVO DEL DESPLAZAMIENTO

### **Nombre de la Actividad:**

Caliente

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Deberán ir corriendo hasta el cono y colocar el aro de pajillas, el grupo deberán pasar en un tiempo de un minuto. El que lo haga en menos tiempo gana.

### **Material Didáctico:**

Conos, pajillas.

### VARIANTE

Trotando

Sensorial, física e intelectual.

## • POR EL OBJETIVO DEL DESPLAZAMIENTO

### **Nombre de la Actividad:**

“Flash Rap”

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Mando Directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Marchando en trencito, a la señal deberán trasladarse por toda la cancha (espacio disponible) sin soltarse pasando varias veces por el mismo lugar, silla de ruedas al frente como capitán.

### **Material Didáctico:**

Ninguno

### VARIANTE

Trotando en parejas.

Sensorial, física e intelectual.

- **POR EL OBJETIVO DEL DESPLAZAMIENTO**

**Nombre de la Actividad:**

“Cesto de Frutas”

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando Directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Se le da una serie de dibujos de frutas a cada grupo, se les indica que se mencionará una fruta y el participante que tenga la fruta mencionada correrá a un extremo, el representante del grupo que llegue primero irán acumulando puntos.

**Material Didáctico:**

Cartulina, marcadores.

**VARIANTE**

Se puede trabajar con números para formar cantidades.

Sensorial, física e intelectual.

- **POR EL OBJETIVO DEL DESPLAZAMIENTO**

**Nombre de la Actividad:**

“Viste y desviste”

**Forma Organizativa:**

Hileras

**Método Sugerido:**

Global

**Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan en hileras, cada participante deberá correr de un extremo a otro, durante el traslado deberá hacer una serie de acciones hasta llegar al otro extremo y así hasta que pasen todos los de cada hilera (acciones: saltar una cuerda como quieran, con un aro pasarlo en todo el cuerpo, tocar la punta de un cono, carrera a velocidad al otro extremo).

**Material Didáctico:**

Aros, cuerda, cajas.

**VARIANTE**

Trasladar unas cajas de un extremo al otro hasta formar una torre con las mismas al extremo.

Sensorial, física e intelectual.

- **POR EL TIPO DE IMPULSO DEL SALTO**

**Nombre de la Actividad:**

Salto Largo

**Forma Organizativa:**

En filas

**Método Sugerido:**

Resolución de Problemas

**Desarrollo de la Actividad:**

Desde el mismo lugar con impulso, saltar hacia adelante lo más lejos posible.

**Material Didáctico:**

Cuerdas.

**VARIANTE**

Libre y parejas.

Sensorial, física e intelectual.

- **POR EL TIPO DE IMPULSO DEL SALTO**

**Nombre de la Actividad:**

“Rojo y Verde”

**Forma Organizativa:**

En filas

**Método Sugerido:**

Mando Directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan los niños en filas y se desplazan hacia adelante con saltitos, cuando se muestra el color rojo paran y cuando se muestra el color verde realizan un salto con impulso.

**Material Didáctico:**

Globos o tarjetas de color.

**VARIANTE**

Con el niño de discapacidad visual se nombran los colores.

Sensorial, física e intelectual.

- **POR EL TIPO DE IMPULSO DEL SALTO**

**Nombre de la Actividad:**

Carreritas

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Mando Directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Correr y a la señal saltar con impulso.

**Material Didáctico:**

VARIANTE

Saltar con impulso en parejas.

Sensorial, física e intelectual.

- **POR EL TIPO DE IMPULSO DEL SALTO**

**Nombre de la Actividad:**

“Saltos Largos”

**Forma Organizativa:**

En parejas

**Método Sugerido:**

Resolución de problemas

**Desarrollo de la Actividad:**

Correrán y a la señal marcada (Cono, aro), salta con impulso y luego sigue corriendo.

**Material Didáctico:**

Aros, conos.

VARIANTE

En parejas.

Sensorial, física e intelectual.

## • POR EL OBJETIVO DEL SALTO

**Nombre de la Actividad:**  
“Conejitos”

**Forma Organizativa:**  
Individual y parejas.

**Método Sugerido:**  
Resolución de problemas

**Desarrollo de la Actividad:**  
Saltar obstáculos en toda el área.

**Material Didáctico:**  
Aros, conos, cuerdas

**VARIANTE**  
Agarrados de la mano saltan los obstáculos.

Sensorial, física e intelectual.

## • POR EL OBJETIVO DEL SALTO

**Nombre de la Actividad:**  
“Gemelos”

**Forma Organizativa:**  
En parejas

**Método Sugerido:**  
Resolución de problemas

**Desarrollo de la Actividad:**  
Corriendo por toda el área con un aro en la mano cada uno, a la señal poner el aro en suelo y saltar adentro y afuera con la pareja.

**Material Didáctico:**  
Aros

Sensorial, física e intelectual.

## • POR EL OBJETIVO DEL SALTO

### **Nombre de la Actividad:**

“Ranitas”

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Resolución de problemas

### **Desarrollo de la Actividad:**

Realizar saltos de ranitas hacia un cono y al llegar al cono lanzar hacia un aro.

### **Material Didáctico:**

Pelotitas de papel, pelotas y aros.

### **VARIANTE**

En parejas corriendo y al llegar al cono lanzar.

Sensorial, física e intelectual.

## • POR EL OBJETIVO DEL SALTO

### **Nombre de la Actividad:**

“Recepcionando y Saltando”

### **Forma Organizativa:**

Parejas

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

En parejas uno frente al otro, uno se coloca frente a un aro y el otro a una distancia con una pelota, cuando el niño salte dentro del aro le lanza la pelota para recibirla.

### **Material Didáctico:**

Pelotas y aros.

### **VARIANTE**

Saltando y lanzando hacia arriba la pelota.

Sensorial, física e intelectual.

- **POR LA COMBINACIÓN DEL SALTO Y CARRERA**

**Nombre de la Actividad:**

“Flor”

**Forma Organizativa:**

Círculo

**Método Sugerido:**

Global

**Desarrollo de la Actividad:**

Con aros hacer un círculo pequeño y grande, pasar con saltos rápido y despacio en los círculos.

**Material Didáctico:**

Aros.

**VARIANTE**

En hileras.

Sensorial, física e intelectual.

- **POR LA COMBINACIÓN DEL SALTO Y CARRERA**

**Nombre de la Actividad:**

Círculos

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando Directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Todos los niños corriendo alrededor de un aro cada uno, a la señal saltar dentro del aro y luego seguir corriendo.

**Material Didáctico:**

Aros.

**VARIANTE**

Varios aros formando un círculo.

Sensorial, física e intelectual.

- **POR LA COMBINACIÓN DEL SALTO Y CARRERA**

**Nombre de la Actividad:**

“Corre corre”

**Forma Organizativa:**

Hileras

**Método Sugerido:**

Global

**Desarrollo de la Actividad:**

En hileras los niños corren y al llegar a un aro, realizan un salto luego seguir corriendo.

**Material Didáctico:**

Aros.

**VARIANTE**

En parejas.

Sensorial, física e intelectual.

- **POR LA COMBINACIÓN DEL SALTO Y CARRERA**

**Nombre de la Actividad:**

“Saltitos”

**Forma Organizativa:**

Hileras, individual.

**Método Sugerido:**

Resolución de problemas

**Desarrollo de la Actividad:**

En hileras se colocarán varias cuerdas formando un caminito, correrán y saltarán encima de las cuerdas que encuentren sin parar de correr.

**Material Didáctico:**

Cuerdas.

Sensorial, física e intelectual.



## • POR EL TIPO DE APOYO

### **Nombre de la Actividad:**

Apoyo en tu pelota

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Apoyándose en una pelota de plástico, a la señal gira y corre quedando dentro de una hula.

### **Material Didáctico:**

Pelotas de plástico y pelotas de papel, hulas.

### **VARIANTE**

Niños con discapacidad física (sillas de ruedas) coloca la pelota entre las piernas y gira.

Sensorial, física e intelectual.

## • POR EL TIPO DE APOYO

### **Nombre de la Actividad:**

Los bailarines

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los niños con una hula en alto, giran 90 grados y sueltan la hula, corre al grupo a formar un círculo.

### **Material Didáctico:**

Hulas o pelotas plásticas (hulas con chinchín).

### **VARIANTE**

El niño con discapacidad física (silla de ruedas) gira cuidadosamente.

Sensorial, física e intelectual.

## • POR EL TIPO DE APOYO

### **Nombre de la Actividad:**

Animalitos a nadar

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Individualmente nadan en el mar, el maestro narra o indica agua o tierra. Patitos a nadar, foquitas a nadar, el narrador dice tierra todos buscan una hoja de papel simulando ser tierra y gira sin caer al agua.

### **Material Didáctico:**

Hojas de papel.

Sensorial, física e intelectual.

## • POR EL TIPO DE APOYO

### **Nombre de la Actividad:**

Hojitas de colores

### **Forma Organizativa:**

Individualmente

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Hojas de papel tiradas en el piso, individualmente realiza giro de 180 grados sobre la hoja de papel, a la señal toman su papel y cambian de sitio.

### **Material Didáctico:**

Hojas de papel de diferentes colores.

### **VARIANTE**

Niños con discapacidad visual indicar que uno (1) es para dar el giro y dos (2) para parar.

Niños con discapacidad física (sillas de ruedas) lo realizarán alrededor de la hoja.

Sensorial, física e intelectual.

## • POR LA COMBINACIÓN DEL GIRO

### **Nombre de la Actividad:**

Marcho y giro

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Formados en fila, marchan a la señal dan un giro de 360 grados y continúan marchando (se puede acompañar con hulas u otro objeto).

Con hulas marchar, a la señal con el apoyo de la hula giran y continúan marchando.

### **Material Didáctico:**

Hulas.

Sensorial, física e intelectual.

## • POR LA COMBINACIÓN DEL GIRO

### **Nombre de la Actividad:**

Tiro al blanco

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

En filas caminan a señal giran y luego lanzan pelotitas de papel hacia la hula.

### **Material Didáctico:**

Hulas con chinchines, pelotitas de papel.

Sensorial, física e intelectual.

- **POR LA COMBINACIÓN DEL GIRO**

**Nombre de la Actividad:**

Vuelta al mundo

**Forma Organizativa:**

Parejas

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

En parejas, a la señal uno gira alrededor del compañero, camina al otro extremo de la cancha.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

- **POR LA COMBINACIÓN DEL GIRO**

**Nombre de la Actividad:**

Baila la licuadora

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Formados en círculos los niños canta: todos los niños bailan la licuadora, baila, baila la licuadora y el maestro le indica cuantos giros de 360 grados deben dar.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • POR EL SENTIDO Y DIRECCIÓN DEL LANZAMIENTO

### **Nombre de la Actividad:**

Lanzo mi pelota

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Resolución de problemas

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los alumnos se colocan en cualquier lado de la cancha y al momento de escuchar cualquier sonido u objeto el lanzará la pelota como el pueda a la dirección indicada.

### **Material Didáctico:**

Pelotas plásticas.

Sensorial, física e intelectual.

## • POR EL SENTIDO Y DIRECCIÓN DEL LANZAMIENTO

### **Nombre de la Actividad:**

Lanzo a la caja

### **Forma Organizativa:**

Filas

### **Método Sugerido:**

Resolución de problemas

### **Desarrollo de la Actividad:**

A la Señal, los alumnos lanzarán la pelota en posición lateral, como ellos la puedan lanzar.

### **Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • POR EL SENTIDO Y DIRECCIÓN DEL LANZAMIENTO

### **Nombre de la Actividad:**

Lanzo al aro

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Resolución de problemas

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan todos alrededor del aro y con una pelota lo lanzarán dentro del aro.

### **Material Didáctico:**

Aro, pelotas sonoras.

Sensorial, física e intelectual.

## • POR EL SENTIDO Y DIRECCIÓN DEL LANZAMIENTO

### **Nombre de la Actividad:**

Lanzo de tras de la cuerda la mica

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Resolución de problemas

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los alumnos se colocan de frente a una cuerda y a la señal lanzarán la pelota de posición de lado.

### **Material Didáctico:**

Pelotas cuerdas sonoras.

Sensorial, física e intelectual.

## • COORDINACIÓN ÓCULO MANUAL Y ÓCULO PIE

### **Nombre de la Actividad:**

Tiro al blanco

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Resolución de problemas

### **Desarrollo de la Actividad:**

Lanzan la pelota hacia el aro situado verticalmente al ras del suelo a un lado.

### **Material Didáctico:**

Pelotas de papel y aros.

Sensorial, física e intelectual.

## • COORDINACIÓN ÓCULO MANUAL Y ÓCULO PIE

### **Nombre de la Actividad:**

Tiro al río

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Lanzar la pelota hacia el aro, colocado en el suelo delante y detrás y dentro de él.

### **Material Didáctico:**

Aros, pelotas.

### **VARIANTE**

En parejas.

Sensorial, física e intelectual.

## • COORDINACIÓN ÓCULO MANUAL Y ÓCULO PIE

### **Nombre de la Actividad:**

Roda, roda, la pelota

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Rodar la pelota con el pie y avanzar junto a ella hasta llevarla a un cono.

### **Material Didáctico:**

Conos, pelotas.

### **VARIANTE**

En el mismo lugar y en desplazamiento.

Sensorial, física e intelectual.

## • COORDINACIÓN ÓCULO MANUAL Y ÓCULO PIE

### **Nombre de la Actividad:**

Zig-zag

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Resolución de problemas

### **Desarrollo de la Actividad:**

Rodar la pelota con el pie en zig-zag entre conos con toques suaves.

### **Material Didáctico:**

Pelotas, conos.

### **VARIANTE**

Un toque con la mano y un toque con el pie rodando la pelota.

Sensorial, física e intelectual.

## • COMBINACIÓN CON CARRERA Y SALTO

### **Nombre de la Actividad:**

Lanzando

### **Forma Organizativa:**

Individual, frontal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Corriendo con una pelota en la mano a la señal realizar un salto y lanzar la pelota hacia arriba.

### **Material Didáctico:**

Pelotas.

### VARIANTE

Caminando y en parejas.

Sensorial, física e intelectual.

## • COMBINACIÓN CON CARRERA Y SALTO

### **Nombre de la Actividad:**

“Conitos”

### **Forma Organizativa:**

Individual, frontal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Correr a un cono, al llegar al cono saltar sobre éste y luego lanzar la pelota al aro.

### **Material Didáctico:**

Pelotas y aros.

### VARIANTE

Correr en parejas.

Sensorial, física e intelectual.

## • COMBINACIÓN CON CARRERA Y SALTO

### **Nombre de la Actividad:**

Corre, salta y lanza

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Correr a una cuerda y al llegar a ella saltarla y lanzar una pelota al aro que estará en el suelo.

### **Material Didáctico:**

Cuerdas, aros, pelotas.

### VARIANTE

En cajitas dispersas por el área.

Sensorial, física e intelectual.

## • COMBINACIÓN CON CARRERA Y SALTO

### **Nombre de la Actividad:**

“Carreritas”

### **Forma Organizativa:**

Frontal

### **Método Sugerido:**

Resolución de problemas

### **Desarrollo de la Actividad:**

En parejas, el alumno A corre y al llegar al aro salta dentro del aro y lanza la pelota al alumno B.

### **Material Didáctico:**

Aros y pelotas

### VARIANTE

El niño con discapacidad visual con guía.

Sensorial, física e intelectual.

- **COMPOSICIÓN**
- **POSICIÓN INICIAL**

**Nombre de la Actividad:**

Caminata alegre

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

El niño camina de forma ritmada hasta donde lo indica la señal agregando una palmada ritmada.

**Material Didáctico:**

Música.

**VARIANTE**

Visual: realiza la caminata y la palmada al escuchar los colores indicados.

Sensorial, física e intelectual.

- **COMPOSICIÓN**
- **POSICIÓN INICIAL**

**Nombre de la Actividad:**

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

En grupo a la señal, levantar brazos para hacer círculos y realizar marcha.

**Material Didáctico:**

Música.

**VARIANTE**

c1, c2, c3 a la señal auditiva.

Sensorial, física e intelectual.

- **COMPOSICIÓN**
- **POSICIÓN INICIAL**

**Nombre de la Actividad:**

A cortar naranjas

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

En posición de pie, los alumnos tendrán que bajar y subir la pelota, al ritmo de la música.

**Material Didáctico:**

Pelotas y música.

Sensorial, física e intelectual.

- **COMPOSICIÓN**
- **POSICIÓN INICIAL**

**Nombre de la Actividad:**

La silla descompuesta

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

En posición de sentados, los alumnos tendrán que mover un aro al lado derecho y luego al lado izquierdo con repetición de cinco cada lado.

**Material Didáctico:**

Aros.

Sensorial, física e intelectual.

- **COMPOSICIÓN**
- **PASOS BÁSICOS**

**Nombre de la Actividad:**

Jugando al nido

**Forma Organizativa:**

Filas

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan en filas, adentro del aro y al ritmo de la música, canción o a la señal realizar los diferentes movimientos adelante, atrás, derecha, izquierda.

**Material Didáctico:**

Aros

Sensorial, física e intelectual.

- **COMPOSICIÓN**
- **PASOS BÁSICOS**

**Nombre de la Actividad:**

Siguiendo el ritmo

**Forma Organizativa:**

Filas

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Formar filas y al ritmo de la música realizan los ejercicios que el guía realiza (ejercicios no complicados).

**Material Didáctico:**

Ninguno.

Sensorial, física e intelectual.

- **COMPOSICIÓN**
- **PASOS BÁSICOS**

**Nombre de la Actividad:**  
Soldadito

**Forma Organizativa:**  
Grupal

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
El niño de pie realiza marcha al ritmo de la música, a la señal cambia de dirección.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

**VARIANTE**  
Los niños con discapacidad visual la señal será oral, los niños con discapacidad auditiva la señal será visual.

Sensorial, física e intelectual.

- **COMPOSICIÓN**
- **PASOS BÁSICOS**

**Nombre de la Actividad:**  
Soldadito Alegre

**Forma Organizativa:**  
Grupal

**Método Sugerido:**  
Mando Directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
Realiza marcha en el mismo lugar, luego da un paso a la derecha al centro y luego a la izquierda.

**Material Didáctico:**  
Ninguna.

Sensorial, física e intelectual.

- **COMPOSICIÓN**
- **FORMACIÓN**

**Nombre de la Actividad:**

El capitán

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo.

**Desarrollo de la Actividad:**

El grupo se colocara en un círculo y realiza un paso básico de marcha y palmada.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

- **COMPOSICIÓN**
- **FORMACIÓN**

**Nombre de la Actividad:**

Ir y venir

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

El grupo se desplaza para realizar 2 filas enfrentadas haciendo el paso básico de abrir y cerrar piernas derecha e izquierda.

**Material Didáctico:**

Música, aros.

Sensorial, física e intelectual.

- **COMPOSICIÓN**
- **FORMACIÓN**

**Nombre de la Actividad:**

Saltitos mágicos

**Forma Organizativa:**

Grupal.

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Se desplazarán en hileras para realizar la letra “T” y al formarla realizar saltos con pies juntos y aros en las manos.

**Material Didáctico:**

Música.

Sensorial, física e intelectual.

- **COMPOSICIÓN**
- **FORMACIÓN**

**Nombre de la Actividad:**

Alegría

**Forma Organizativa:**

Grupal.

**Método Sugerido:**

Mando Directo.

**Desarrollo de la Actividad:**

Se desplazarán en hileras para formar un círculo con un aro en la mano, estando en la formación se acuestan, levantan y bajan el aro.

**Material Didáctico:**

Aros, música.

Sensorial, física e intelectual.

- **COMPOSICIÓN**
- **DESPLAZAMIENTO**

**Nombre de la Actividad:**

Marcha rítmica

**Forma Organizativa:**

Hilera

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Los alumnos estarán formados en hileras, al ritmo de un tambor sobre una marca establecida iniciaran a partir de la marca de salida .

**Material Didáctico:**

Tambor.

Sensorial, física e intelectual.

- **COMPOSICIÓN**
- **DESPLAZAMIENTO**

**Nombre de la Actividad:**

Hilera feliz

**Forma Organizativa:**

Hileras

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Los niños se organizarán en tres grupos y se formarán en hileras, al ritmo de pandereta ingresará cada hilera, el desplazamiento lo realizará caminado y aplaudiendo.

**Material Didáctico:**

Pandereta o botella plásticas con piedrecillas.

Sensorial, física e intelectual.

- **COMPOSICIÓN**
- **DESPLAZAMIENTO**

**Nombre de la Actividad:**

Trabajando lateralidad

**Forma Organizativa:**

Cuadro gimnástico.

**Método Sugerido:**

Mando directo.

**Desarrollo de la Actividad:**

En un cuadro gimnástico se desplazan hacia el lado izquierdo aplaudiendo y luego hacia el lado derecho al momento de la señal.

**Material Didáctico:**

Música.

Sensorial, física e intelectual.

- **COMPOSICIÓN**
- **DESPLAZAMIENTO**

**Nombre de la Actividad:**

Desplazamiento con salto y aplauso.

**Forma Organizativa:**

Círculo.

**Método Sugerido:**

Mando directo.

**Desarrollo de la Actividad:**

Los alumnos formados en círculos darán cinco saltos adelante y cinco saltos para atrás con aplausos simultáneos.

**Material Didáctico:**

Música.

Sensorial, física e intelectual.

## • COREOGRAFÍA

### **Nombre de la Actividad:**

Líneas

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Líneas paralelas formado con hileras.

### **Material Didáctico:**

Ninguno

### VARIANTE

Caminar hacia dos puntas.

Sensorial, física e intelectual.

## • COREOGRAFÍA

### **Nombre de la Actividad:**

Triangulitos

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocarán en forma de triángulo y luego a la señal empiezan a aplaudir al ritmo de las música.

### **Material Didáctico:**

Música listones.

### VARIANTE

Formación círculo.

Sensorial, física e intelectual.

## • COREOGRAFÍA

### **Nombre de la Actividad:**

Cuatro esquinas

### **Forma Organizativa:**

Grupal (hileras)

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

En X, en filas encontradas.

Desplazándose al ritmo de los aplausos hasta encontrarse.

### **Material Didáctico:**

Pompones.

### VARIANTE

Elevación de brazos sobre la cabeza con aros.

Sensorial, física e intelectual.

## • COREOGRAFÍA

### **Nombre de la Actividad:**

Formación de figuras

### **Forma Organizativa:**

Círculos dobles

### **Método Sugerido:**

Mando directo.

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los alumnos tendrán un aro y lo moverán adelante y atrás sobre la cabeza.

### **Material Didáctico:**

Aros.

### VARIANTE

Moverán el aro hacia los lados (derecha, izquierda).

Sensorial, física e intelectual.



# 4to. Primaria

EDUCACIÓN  
**FÍSICA**  
PARA TODA LA VIDA  
EN FAMILIA®

## • CARRERA LARGA Y CORTA

### **Nombre de la Actividad:**

Corre que te alcanzo

### **Forma Organizativa:**

Parejas, hileras, tercias

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Todos los niños se formarán en parejas, correrán a una distancia de 5 o 6 metros, la primera pareja que salga tendrá que correr lo más rápido posible porque la siguiente pareja tendrá que darles alcance, cada pareja estará unida por un lazo, cincho, pañuelo.

### **Material Didáctico:**

Lazo, cincho, pañuelo, conos.

### VARIANTE

Los niños podrán correr a una distancia mayor y podrán hacerlo en tercias o más.

Sensorial, física e intelectual.

## • CARRERA LARGA Y CORTA

### **Nombre de la Actividad:**

Quita pone

### **Forma Organizativa:**

Parejas, hileras

### **Método Sugerido:**

Resolución de problemas, global, descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los niños se formarán en parejas, se colocará una hilera de 10 a 14 aros, a cada dos aros se ubicarán casi juntos y dos separados, uno de los niños pasará a quitar pelota y el otro niño a poner la pelota, así sucesivamente hasta pasar en todos los aros.

### **Material Didáctico:**

Aros, pelotas

### VARIANTE

Cambian de acciones los niños.

Sensorial, física e intelectual.

- **CARRERA LARGA Y CORTA**

**Nombre de la Actividad:**

Gallinitas al corral

**Forma Organizativa:**

Filas

**Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

**Desarrollo de la Actividad:**

Colocar aros a 5 y 10 metros de distancia, los niños corren a los primeros aros cuando se de la señal o cuando se indique que las gallinitas van al corral, luego hacia los aros de 10 metros de distancia.

**Material Didáctico:**

Aros

**VARIANTE**

Simón dice el profesor pide que corran de un lado a otro.

Sensorial, física e intelectual.

- **CARRERA LARGA Y CORTA**

**Nombre de la Actividad:**

Viene y va

**Forma Organizativa:**

Filas

**Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

**Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan en filas, teniendo dos pelotas cada uno, a la señal corren hacia los primeros aros dejando una pelota regresan a recoger la otra pelota y a dejar al segundo aro, sigue el segundo grupo

**Material Didáctico:**

Aros, pelotas.

**VARIANTE**

Recogiendo la pelota y volverla a su lugar de inicio.

Sensorial, física e intelectual.



- **SALTO DE LONGITUD**

**Nombre de la Actividad:**

Pajaritos a volar

**Forma Organizativa:**

Hileras, parejas, individual

**Método Sugerido:**

Mando directo, descubrimiento guiado, libre exploración.

**Desarrollo de la Actividad:**

Al decir pajaritos a volar, todos corren en cualquier dirección y al gritar nidos, todos van hacia los aros que tendrán una entrada hecha de un lazo o pita sobre la que deben saltar y caer dentro del aro.

**Material Didáctico:**

Lazos, cuerdas, aros.

Sensorial, física e intelectual.

- **SALTO DE LONGITUD**

**Nombre de la Actividad:**

Brincando Islas

**Forma Organizativa:**

Hileras

**Método Sugerido:**

Mando directo, descubrimiento guiado, libre exploración

**Desarrollo de la Actividad:**

Todos los niños se formarán en 2 hileras, en cada hilera habrá 6 aros, ubicados en línea recta en la cual los niños tienen que saltar lo más lejos posible para llegar a ellos.

**Material Didáctico:**

Aros

**VARIANTE**

Pueden saltar en parejas.

Sensorial, física e intelectual.

## • SALTO DE LONGITUD

### **Nombre de la Actividad:**

Corre por tu vida

### **Forma Organizativa:**

Filas

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan a los niños en filas, corren una distancia de 2 mts., donde esta una cuerda que deben saltar sin pisar, luego saltar dentro de un aro que tampoco deben pisar.

### **Material Didáctico:**

Aros, cuerdas.

### **VARIANTE**

Saltar como un canguro de un lugar a otro.

Sensorial, física e intelectual.

## • SALTO DE LONGITUD

### **Nombre de la Actividad:**

Brinca para ganar

### **Forma Organizativa:**

Grupos de 5 integrantes

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan 5 niños dentro de un aro al aplauso salen corriendo, llegan donde esta una cuerda que no deben pisar, luego saltan hacia el frente y atrapan una prenda de papel que está colgado.

### **Material Didáctico:**

Cuerda, aros, pitas y prendas de papel.

Sensorial, física e intelectual.

## • SALTO DE ALTURA ESTILO TIJERETA

### **Nombre de la Actividad:**

Saltando como monito.

### **Forma Organizativa:**

Hileras.

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado.

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los niños formarán dos hileras, saltando con pie izquierdo y luego con pie derecho, tratan de pasar un obstáculo saltando el cual serán un hilo de lana y caerán sobre una colchoneta.

### **Material Didáctico:**

Lana, pita, colchoneta.

### **VARIANTE**

Saltar con dos pies.

Sensorial, física e intelectual.

## • SALTO DE ALTURA ESTILO TIJERETA

### **Nombre de la Actividad:**

Saltar como una cabrita.

### **Forma Organizativa:**

Hileras y parejas.

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado.

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los niños formados en dos hileras, saldrán uno a uno, elevarán la pierna derecha al pasar por obstáculos de una altura considerada y para luego intentar hacer con pierna izquierda y al final intentarán hacerlo un poco más rápido.

### **Material Didáctico:**

Burritos bajos o material similar.

### **VARIANTE**

Al final lo harán en parejas como competencia.

Sensorial, física e intelectual.



- **SALTO DE ALTURA ESTILO TIJERETA**

**Nombre de la Actividad:**

El angelito.

**Forma Organizativa:**

Hileras.

**Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado.

**Desarrollo de la Actividad:**

Los niños se colocaran en hileras, saltaran con el pie derecho y luego con el izquierdo, por último caer con los dos pies sobre vejigas y reventarlas.

**Material Didáctico:**

Vejigas y pedazos de papel.

Sensorial, física e intelectual.

- **SALTO DE ALTURA ESTILO TIJERETA**

**Nombre de la Actividad:**

Pasando el Burrito.

**Forma Organizativa:**

Hileras y filas.

**Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado.

**Desarrollo de la Actividad:**

Los niños se colocan en forma cuadrupedia y uno de ellos pasará sobre ellos, iniciando con el pie derecho y pie izquierdo, lo deberán de hacer todos.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.



## • LANZAMIENTO LIBRE

### **Nombre de la Actividad:**

Pasa la bola

### **Forma Organizativa:**

Hileras enfrentadas

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento Guiado, mando directo.

### **Desarrollo de la Actividad:**

Con la primera hilera de niños, estarán lanzando una pelota a una altura media, luego la hilera dos lanzara un poco más alto.

### **Material Didáctico:**

Pelotas.

### VARIANTE

Podrán lanzar en parejas y con trote.

Sensorial, física e intelectual.

## • LANZAMIENTO LIBRE

### **Nombre de la Actividad:**

Lanzando y atrapando

### **Forma Organizativa:**

Parejas e Hileras

### **Método Sugerido:**

Libre exploración y Mando directo.

### **Desarrollo de la Actividad:**

Todos los niños se formarán en parejas, un niño lanzará al frente y un niño tendrá un cono, este tendrá que recibir el lanzamiento del otro niño.

### **Material Didáctico:**

Pelotas plastica.

### VARIANTE

Se puede hacer en movimiento.

Sensorial, física e intelectual.

## • LANZAMIENTO LIBRE

### **Nombre de la Actividad:**

El avión volador.

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado y global.

### **Desarrollo de la Actividad:**

Todos los niños con un avioncito en la mano, dispersos lanzan el avión a donde quiera.

### **Material Didáctico:**

Avioncito de papel.

### **VARIANTE**

En filas se realizan las actividades de lanzar en forma competitiva haber quien llega lejos.

Sensorial, física e intelectual.

## • LANZAMIENTO LIBRE

### **Nombre de la Actividad:**

Lanza bolas

### **Forma Organizativa:**

Filas

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Todos los niños con una pelotita en la mano y colocar un cartón enfrente, a la señal lanzan con el fin de que la pelotita quede dentro del mismo.

### **Material Didáctico:**

Pelotitas de papel y cartón.

### **VARIANTE**

La guerrita: Trata que todos estén dispersos y tratan de pegarle al compañero con su pelotita.

Sensorial, física e intelectual.

## • MANEJO DE BALÓN Y TRABAJO DE PIES I

### Nombre de la Actividad:

“Paradas”

### Forma Organizativa:

Hileras

### Método Sugerido:

Mixto y Global

### Desarrollo de la Actividad:

Colocar conos en el área, a la señal driblar el balón hacia un cono y se detiene realizando un salto hacia delante y cae con piernas separadas al ancho de los hombros, a la siguiente señal dirigirse al otro cono y realizar la misma actividad.

### Material Didáctico:

Balones de baloncesto y conos.

### VARIANTE

Los niños de discapacidad física (sillas de rueda) solo se detienen y levantan el balón con las dos manos.

Sensorial, física e intelectual.

## • MANEJO DE BALÓN Y TRABAJO DE PIES I

### Nombre de la Actividad:

“Driblando y parando”

### Forma Organizativa:

Hileras

### Método Sugerido:

Global y Mixto.

### Desarrollo de la Actividad:

A la primera señal driblar el balón a un punto determinado y a la segunda señal detenerse y levantar el balón con las dos manos.

### Material Didáctico:

Balones de baloncesto

### VARIANTE

Visual C-1 al C-3 lo realizarán el drible con dos manos.

Sensorial, física e intelectual.

## • MANEJO DE BALÓN Y TRABAJO DE PIES I

### **Nombre de la Actividad:**

“Botando el balón”

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Global y Mixto.

### **Desarrollo de la Actividad:**

De pie separando las piernas al ancho de los hombros, con flexión de rodillas desplazándose a diferentes direcciones, realizar bote de balón con una mano.

### **Material Didáctico:**

Balones de baloncesto.

### **VARIANTE**

Visual C-1 al C-3 lo realizarán el drible con dos manos.

Sensorial, física e intelectual.

## • MANEJO DE BALÓN Y TRABAJO DE PIES I

### **Nombre de la Actividad:**

“Botando el balón y saltando”

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Mixto.

### **Desarrollo de la Actividad:**

De pie driblar el balón y a la señal realizar un salto hacia delante y realizar una caída colocando un pie adelante y el otro atrás. (Paso)

### **Material Didáctico:**

Balón de baloncesto.

### **VARIANTE**

El bote puede ser alterno según la discapacidad.

Sensorial, física e intelectual.



- **DRIBLE CON CAMBIO DE MANO Y DIRECCIÓN**

**Nombre de la Actividad:**

“Carritos Locos”

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Mando directo y global

**Desarrollo de la Actividad:**

Driblar el balón hacia un lugar determinado y a la señal cambio de mano retornando al lugar de inicio.

**Material Didáctico:**

Balones de baloncesto y conos para delimitar el área.

Sensorial, física e intelectual.

- **DRIBLE CON CAMBIO DE MANO Y DIRECCIÓN**

**Nombre de la Actividad:**

“Mis figuras”

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Mando directo y global

**Desarrollo de la Actividad:**

Formar figuras con conos o cuerdas, los alumnos driblarán el balón en el contorno de la figura y a la señal cambiarán de dirección y de mano.

**Material Didáctico:**

Conos, cuerdas, balones de baloncesto.

**VARIANTE**

Desplazarse en zig-zag de una figura a otra driblando el balón.

Sensorial, física e intelectual.

## • DRIBLE CON CAMBIO DE MANO Y DIRECCIÓN

### Nombre de la Actividad:

“Pasamano”

### Forma Organizativa:

Hileras

### Método Sugerido:

Mando directo y global

### Desarrollo de la Actividad:

Driblar el balón con la mano derecha hacia el lugar donde se encuentra ubicado un cono y regresar con la mano izquierda.

### Material Didáctico:

Conos y pelota de plástico.

### VARIANTE

Alternando manos y variando distancias.

Sensorial, física e intelectual.

## • DRIBLE CON CAMBIO DE MANO Y DIRECCIÓN

### Nombre de la Actividad:

“Calles y avenidas”

### Forma Organizativa:

Hileras

### Método Sugerido:

Global y mixto.

### Desarrollo de la Actividad:

Driblar el balón hacia un cono con la mano dominante, al sonido de un chinchín, cambiar de dirección de acuerdo a la señalización.

### Material Didáctico:

Chinchín, conos y balones de baloncesto.

### VARIANTE

En parejas, realizando el efecto de espejo.

Sensorial, física e intelectual.

## • PASE Y RECEPCIÓN A DOS MANOS I

### Nombre de la Actividad:

“Pase y voy”

### Forma Organizativa:

Filas enfrentadas

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

En filas enfrentadas, realizar pase y recepción a dos manos en zig-zag.

### Material Didáctico:

Balones de baloncesto

### VARIANTE

Traslado hacia el lugar de la persona que recibe el balón.

Sensorial, física e intelectual.

## • PASE Y RECEPCIÓN A DOS MANOS I

### Nombre de la Actividad:

“Agujas de reloj”

### Forma Organizativa:

Círculo.

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Se colocará un alumno al centro del círculo y pasará el balón hacia los alumnos que forman el círculo.

### Material Didáctico:

Balones de baloncesto

### VARIANTE

Círculo rotativo.

Sensorial, física e intelectual.

## • PASE Y RECEPCIÓN A DOS MANOS I

**Nombre de la Actividad:**  
“Estrellas”

**Forma Organizativa:**  
Círculo doble

**Método Sugerido:**  
Mando directo y libre exploración

**Desarrollo de la Actividad:**  
Realizar pase y recepción a dos manos desplazándose en la formación de círculo en la misma dirección.

**Material Didáctico:**  
Balones de baloncesto.

**VARIANTE**  
Los niños con discapacidad física (sillas de ruedas) lo realizarán en parejas enfrentadas.

Sensorial, física e intelectual.

## • PASE Y RECEPCIÓN A DOS MANOS I

**Nombre de la Actividad:**  
“Los chaparros también juegan”

**Forma Organizativa:**  
Parejas

**Método Sugerido:**  
Mando directo o libre exploración.

**Desarrollo de la Actividad:**  
Sentados uno frente al otro realizan pase hacia el compañero colocado a una distancia de 2 mts.

**Material Didáctico:**  
Balones de baloncesto

**VARIANTE**  
En posición de cuclillas o hincado.

Sensorial, física e intelectual.

## • TIRO A DOS MANOS

### **Nombre de la Actividad:**

“Anotando en cajas”

### **Forma Organizativa:**

Individual, grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo y descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se proporciona a los alumnos un balón, colocados detrás de un cono, a la señal lanzar con dos manos hacia tres cajas que estarán ubicadas a diferentes distancias, en las que deberán encestar (utilizando diferentes estilos de tiro).

### **Material Didáctico:**

Balones de baloncesto, cajas.

### **VARIANTE**

Para los alumnos con deficiencia visual (C-2 y C-3) lanzarán el balón hacia un compañero.

Para C-1 con acción sonora.

Sensorial, física e intelectual.

## • TIRO A DOS MANOS

### **Nombre de la Actividad:**

“Tira al centro”

### **Forma Organizativa:**

Filas, onda y contra onda.

### **Método Sugerido:**

Mando directo y global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colgará un aro en la pared o en las porterías, luego se proporcionara a los alumnos un balón el cual deberán lanzar hacia el centro del aro, después de lanzar buscarán el balón y la entregarán al compañero que sigue.

### **Material Didáctico:**

Balones de baloncesto y aros.

### **VARIANTE**

Para los alumnos con deficiencia visual (C-2 y C-3) lanzarán el balón hacia un compañero ubicado a una distancia de 2 mts. (Realizando supervisiones constantes)

Sensorial, física e intelectual.

## • TIRO A DOS MANOS

### **Nombre de la Actividad:**

“Supera la red”

### **Forma Organizativa:**

Frontal, parejas

### **Método Sugerido:**

Mando directo.

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se coloca una pita (red) a una altura de 3 mts. Las parejas se ubican dejando la red en medio, lanzaran el balón hacia su compañero por arriba de la red.

### **Material Didáctico:**

Red, lazo con periódico y balones

### **VARIANTE**

Para los alumnos con deficiencia visual (C-2 y C-3) lanzarán el balón hacia un compañero o a puntos fijos.

Sensorial, física e intelectual.

## • TIRO A DOS MANOS

### **Nombre de la Actividad:**

“Tiro a la canasta”

### **Forma Organizativa:**

Hilera y grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo.

### **Desarrollo de la Actividad:**

Realizar lanzamientos hacia el aro, utilizando diferentes modalidades del tiro a dos manos, recibirá el rebote, trasladara el balón al compañero que sigue y se formará al final de la hilera.

### **Material Didáctico:**

Balones de baloncesto.

### **VARIANTE**

Realizar la actividad un C-2 y un C-3 en pareja.

Sensorial, física e intelectual.

## • DOBLE RITMO I

### **Nombre de la Actividad:**

“Palmeando con ritmo”

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Mando directo y global.

### **Desarrollo de la Actividad:**

Caminar sobre el área de trabajo de forma individual y a la señal, el alumno dará dos palmadas y elevación de muslo con la rodilla flexionada y sigue caminando.

### **Material Didáctico:**

Bandera de color.

### VARIANTE

Trotando y lanzando pelotitas de periódico hacia arriba.

Sensorial, física e intelectual.

## • DOBLE RITMO I

### **Nombre de la Actividad:**

“Saltos de canguro”

### **Forma Organizativa:**

Filas

### **Método Sugerido:**

Mando directo y global.

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocarán dos conos y un obstáculo, el alumno deberá saltar al lado de los conos con diferente pie y saltar sobre el obstáculo en salto split.

### **Material Didáctico:**

Conos, cajas medianas de cartón.

### VARIANTE

En el salto sobre la caja utilizar una pelota y lanzarla hacia delante, con una mano.

Sensorial, física e intelectual.

• DOBLE RITMO I

**Nombre de la Actividad:**

“Pelota Saltarina”

**Forma Organizativa:**

Hilera y círculo

**Método Sugerido:**

Global

**Desarrollo de la Actividad:**

Se colocarán 2 tiras de maskin tape de 30 cms., de largo a una distancia de 1 mt., entre cada una, a la señal los primeros de cada hilera se desplazarán hacia las señales y colocarán un pie sobre cada una de ellas y luego lanzan el balón.

**Material Didáctico:**

Maskin tape y balones de baloncesto.

VARIANTE

R.M. tomar en cuenta la edad cronológica.

C-1 a C-3 lo realizarán con apoyo de un alumno convencional.

Sensorial, física e intelectual.

• DOBLE RITMO I

**Nombre de la Actividad:**

“Baloncesto”

**Forma Organizativa:**

Hilera

**Método Sugerido:**

Analítico

**Desarrollo de la Actividad:**

Caminar hacia delante y al llegar al primer aro colocar un pie y luego el otro en el otro aro, saltar y lanzar cayendo con pies juntos en el tercer aro.

**Material Didáctico:**

Balones de baloncesto, aros o tiza.

VARIANTE

C-1 realizarlo sin elementos con ayuda de un alumno convencional.

C-2 y C-3 lo realizarán con apoyo de un alumno convencional.

Sensorial, física e intelectual.



## • CONDUCCIÓN

**Nombre de la Actividad:**

Zig - zag

**Forma Organizativa:**

Hileras, Filas

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Conducir el balón hacia un cono ubicado a determinada distancias con cualquier parte del pie trotando, a la siguiente señal en zig-zag y al l llegar colocarse en frente.

**Material Didáctico:**

Balones con chinchín, balones y conos

Sensorial, física e intelectual.

## • CONDUCCIÓN

**Nombre de la Actividad:**

Conducción

**Forma Organizativa:**

Hileras, filas

**Método Sugerido:**

Mando Directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Trotando conducir el balón hacia un cono con cualquier parte del pie, cambiando derecha e izquierda.

**Material Didáctico:**

Balones con chinchín, balones y conos

**VARIANTE**

Conducir el balón con cualquier parte del pie y regresara a velocidad.

Sensorial, física e intelectual.



- **CONDUCCIÓN**

**Nombre de la Actividad:**

A Donde vas

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Mando directo y descubrimiento guiado

**Desarrollo de la Actividad:**

Cada alumno con una pelota o con un balón deberá conducir el balón con el borde que se le indique, tratando de chocarse con un compañero. Se debe evitar que la pelota no se les despegue mucho del pie.

**Material Didáctico:**

Pelotas de plástico o balones

## VARIANTE

Variar el tamaño de las pelotas. Para niños con discapacidad visual trabajar con balones que emitan sonido.

Sensorial, física e intelectual.

- **CONDUCCIÓN**

**Nombre de la Actividad:**

Esquivando objetos

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Mando Directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Deberá del conducir la pelota, debe esquivar objetos que se encuentren en el trayecto, a la señal esquivar a los compañeros.

**Material Didáctico:**

Tapones, botellas, conos, aros, chumpas, etc.

## VARIANTE

Conducir de un lugar a otro.

Para niños con discapacidad visual trabajar con balones que emitan sonido.

Sensorial, física e intelectual.

- PASES CON BORDE INTERNO Y EXTERNO

**Nombre de la Actividad:**

Realizo mi pase

**Forma Organizativa:**

Filas

**Método Sugerido:**

Global

**Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan los alumnos en filas, uno al externo del otro cuando se da la señal el alumno debe realizar pase con el borde interno del pie, en el siguiente con el borde externo, las filas deben estar separadas a 5 metros de distancia.

**Material Didáctico:**

Pelotas plásticas.

Sensorial, física e intelectual.

- PASES CON BORDE INTERNO Y EXTERNO

**Nombre de la Actividad:**

Juego pelota

**Forma Organizativa:**

Fila

**Método Sugerido:**

Global

**Desarrollo de la Actividad:**

Ubicado frente a una pared, el alumno inicia tocando la pelota con el borde interno y externo variando distancias.

**Material Didáctico:**

Pelotas Plásticas.

**VARIANTE**

Antes de pegarle al balón realizar un giro.

Sensorial, física e intelectual.



## • PASES CON BORDE INTERNO Y EXTERNO

### **Nombre de la Actividad:**

Dámela que te la doy

### **Forma Organizativa:**

Parejas

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

- En pareja pase con el borde interno.
- En tercias efectuar el pase con el borde externo

### **Material Didáctico:**

Balones y Conos

### VARIANTE

En tercias realizar el pase con el borde externo.

Sensorial, física e intelectual.

## • PASES CON BORDE INTERNO Y EXTERNO

### **Nombre de la Actividad:**

Dámela que te la devuelvo

### **Forma Organizativa:**

Círculo

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se realizan círculos de cinco alumnos, se ubica un alumno al centro de cada círculo y este realizará el pase con el borde externo a cada integrante del círculo.

### **Material Didáctico:**

Balones y conos.

### VARIANTE

Pase borde interno y externo individual o en parejas.

Sensorial, física e intelectual.



## • RECEPCIÓN CON EL PIE Y EL MUSLO

### Nombre de la Actividad:

Recepción activa

### Forma Organizativa:

Parejas

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

En pareja, los alumnos lanzan con las manos hacia arriba el balón y realiza recepción con el pie y luego con el muslo, seguidamente lo realiza el otro niño.

### Material Didáctico:

Balones

### VARIANTE

Para niños con discapacidad visual trabajar con balones que emitan sonido.

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN CON EL PIE Y EL MUSLO

### Nombre de la Actividad:

Recepción y Corre

### Forma Organizativa:

Parejas

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

En pareja, el alumno A lanza con las manos hacia arriba el balón y realiza recepción con el pie, seguidamente de la recepción corre a dar una vuelta al alumno B que le lanza el balón, regresando a la posición inicial.

### Material Didáctico:

Balones

### VARIANTE

Para niños con discapacidad visual trabajar con balones que emitan sonido.

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN CON EL PIE Y EL MUSLO

### **Nombre de la Actividad:**

Te la doy me la devuelves

### **Forma Organizativa:**

Parejas

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocarán enfrentadas las parejas, el alumno A le lanza el balón al alumno B con cualquier borde del pie, el alumno B recibe el balón con el borde interno del pie y luego la acción la realiza el alumno A.

### **Material Didáctico:**

Balones y Conos

### **VARIANTE**

Para niños con discapacidad visual trabajar con balones que emitan sonido.

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN CON EL PIE Y EL MUSLO

### **Nombre de la Actividad:**

Te la lanzo y la recepcionas

### **Forma Organizativa:**

Parejas

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

El alumno lanzará la pelota hacia enfrente a media altura y el compañero recepcionará el balón con el muslo derecho y luego se invierten las acciones.

### **Material Didáctico:**

Balones y conos

### **VARIANTE**

Se trabajará con el muslo izquierdo. Para niños con discapacidad visual trabajar con balones que emitan sonido.

Sensorial, física e intelectual.

## • DOMINIO DEL BALÓN CON EL PIE

### Nombre de la Actividad:

Cuelgo mi Pelota

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

A todos los alumnos se les dará un globo con un hilo o lana, luego se les dice que tienen que deben sostener el hilo y luego realizar ejercicios de dominio del globo con el pie.

### Material Didáctico:

Globos, hilos o lana

### VARIANTE

Realizar la misma actividad con pelotas de fútbol en una red.

Sensorial, física e intelectual.

## • DOMINIO DEL BALÓN CON EL PIE

### Nombre de la Actividad:

Me pongo la pelota

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

A todos los alumnos se les dará un globo, colocarlo en el empeine para que caminen con el globo y así puedan familiarizarse con el dominio de balón. Con el empeine frontal.

### Material Didáctico:

Globo, masking type.

### VARIANTE

Pelota plástica o pelota de papel.

Sensorial, física e intelectual.

## • DOMINIO DEL BALÓN CON EL PIE

### Nombre de la Actividad:

Pica y Toca

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Lanzará la pelota hacia arriba y después del pique del balón le da un toque con el pie, después lo vuelve a lanzar con las manos después del pique le da dos toques y así aumentar sucesivamente.

### Material Didáctico:

Balones.

### VARIANTE

Para niños con discapacidad visual trabajar con balones que emitan sonido.

Los niños con discapacidad intelectual trabajan con un convencional.

Sensorial, física e intelectual.

## • DOMINIO DEL BALÓN CON EL PIE

### Nombre de la Actividad:

Varios Toques

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Los niños llevarán el balón con las manos, a la señal el niño lanzará el balón y dará dos toques, después se trabajarán con tres toques.

### Material Didáctico:

Balones

### VARIANTE

Para niños con discapacidad visual trabajar con balones que emitan sonido.

Los niños con discapacidad intelectual trabajan con un convencional.

Sensorial, física e intelectual.

## • ENTRADA

### **Nombre de la Actividad:**

Entrada en diagonal

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se forman hileras en los cuatro esquinas del área a utilizar, a la señal caminarán hacia los puntos establecidos, quedando en formación de cuatro filas.

### **Material Didáctico:**

Masking tape, gorgorito, pandereta.

### VARIANTE

Para personas no videntes conteo de pasos y a través de sonidos.

Sensorial, física e intelectual.

## • ENTRADA

### **Nombre de la Actividad:**

Entrada en x

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

En cada esquina del área indicada, se forma una hilera luego entran caminando y aplaudiendo para formar en el centro del área una X.

### **Material Didáctico:**

Conos

Sensorial, física e intelectual.

## • ENTRADA

### **Nombre de la Actividad:**

En hileras enfrentadas

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Formados en hileras, se coloca una en cada lado del área, luego caminan hasta quedar en formación de dos filas.

### **Material Didáctico:**

Conos

Sensorial, física e intelectual.

## • ENTRADA

### **Nombre de la Actividad:**

Entrada en ondas

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

A un costado del área, formados en filas, una detrás de la otra, enumeradas según la cantidad de filas, cuando se indique caminará la fila número 1, y así sucesivamente, para quedar formados en un cuadro gimnástico.

### **Material Didáctico:**

Ninguna

### **VARIANTE**

En bloque.

Sensorial, física e intelectual.

## • FORMAS

### **Nombre de la Actividad:**

La flecha

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se forman en hileras, a la señal caminan hacia el centro del campo y forman una flecha.

### **Material Didáctico:**

Conos

### VARIANTE

Para las personas no videntes se apoyará con un guía y/o a través de un sonido.

Sensorial, física e intelectual.

## • FORMAS

### **Nombre de la Actividad:**

Espiral

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Formados en una sola hilera, caminan hacia el centro del campo y forman una espiral

### **Material Didáctico:**

Yeso

### VARIANTE

Se desplazan hacia el centro y luego se pueden desplazar hacia afuera como que se cerrará y abrirá la espiral.

Sensorial, física e intelectual.

- **FORMAS**

**Nombre de la Actividad:**

Doble círculo

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Se forman dos grupos, el primer camina al centro del campo se toman de la mano y forman un círculo pequeño, luego el segundo grupo forma un círculo fuera del primero.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

- **FORMAS**

**Nombre de la Actividad:**

Estrella

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Se forman cinco grupos en hileras, caminan al centro y formarán una estrella.

**Material Didáctico:**

Cono

Sensorial, física e intelectual.



## • DESPLAZAMIENTO

**Nombre de la Actividad:**

Movimiento de la flecha

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Se desplazarán diez a quince pasos hacia delante luego hacia atrás.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • DESPLAZAMIENTO

**Nombre de la Actividad:**

Enrolla y desenrolla

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Formados en espiral, darán media vuelta y se desplazan hacia otro punto marcado para formar todos un segundo espiral.

**Material Didáctico:**

Yeso, cono

Sensorial, física e intelectual.



## • DESPLAZAMIENTO

### Nombre de la Actividad:

Doble remolino

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

El círculo interno girará hacia el lado derecho y el círculo externo girará hacia el lado izquierdo.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTE

Abrir y cerrar. Usando hulas.

Sensorial, física e intelectual.

## • DESPLAZAMIENTO

### Nombre de la Actividad:

Pasos laterales

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

En filas enfrentadas, una fila se desplaza 5 pasos a la derecha y la otra 5 pasos a la izquierda.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTE

Pueden variar el número de pasos, y el número de filas.

Sensorial, física e intelectual.

- **SALIDA**

**Nombre de la Actividad:**

Salida en hileras.

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Salen del campo hacia los extremos.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

- **SALIDA**

**Nombre de la Actividad:**

En bloque

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

En formación de bloque se desplazan hacia la línea lateral del campo.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

- **SALIDA**

**Nombre de la Actividad:**

Salida hacia atrás

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Formados en filas, la fila de atrás será la primera en salir con desplazamiento hacia atrás, luego continuarán las demás hileras sucesivamente.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

- **SALIDA**

**Nombre de la Actividad:**

En parejas

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

En parejas salen hacia ambos extremos.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.



## • COREOGRAFÍA

**Nombre de la Actividad:**

Parabrisas

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

En filas enfrentadas, todos realizando movimiento de brazos hacia la derecha e izquierda.

**Material Didáctico:**

Ninguno

VARIANTE

Con aplausos, con pompones, hulas, listones, pelotas.

Sensorial, física e intelectual.

## • COREOGRAFÍA

**Nombre de la Actividad:**

Movimientos alternos

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

En cuadro gimnástico realizar movimiento de brazo hacia arriba y hacia abajo y luego movimiento de la pierna contraria abriendo y cerrando.

**Material Didáctico:**

Ninguno

VARIANTE

Hacia los lados, atrás, adelante.

Sensorial, física e intelectual.

## • COREOGRAFÍA

### **Nombre de la Actividad:**

Flexión y extensión de brazos

### **Forma Organizativa:**

Círculo

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Flexionar y extender los brazos hacia lado izquierdo y derecho.

### **Material Didáctico:**

Ninguno

### **VARIANTE**

Puede realizarse al frente, lateral y hacia abajo.

Sensorial, física e intelectual.

## • COREOGRAFÍA

### **Nombre de la Actividad:**

Ritmo con palmas

### **Forma Organizativa:**

Filas

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

En filas enfrentadas, se tocan los muslos dos veces, luego chocan una vez palmas con el compañero de enfrente.

### **Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • POSICIONES ALTA Y MEDIA

### **Nombre de la Actividad:**

Despierta

### **Forma Organizativa:**

Filas enfrentadas

### **Método Sugerido:**

Demostrativo, explicativo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Al momento de realizar la posición alta el maestro debe de explicarles a los alumnos en forma demostrativa la actividad a desarrollar a la hora de hacer posición alta un aplauso, posición baja dos aplausos.

### **Material Didáctico:**

Ninguno

### VARIANTE

A los niños con discapacidad sensorial será demostrativo excepto los no videntes que las indicaciones serán de forma verbal, a los de discapacidad física será demostrativo y a los intelectuales será demostrativo y la acción se repetirá varias veces. Todas las actividades por parejas.

Sensorial, física e intelectual.

## • POSICIONES ALTA Y MEDIA

### **Nombre de la Actividad:**

Lleva el Ritmo

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Bailando se trasladarán por distintos puntos, al parar al ritmo se colocarán en posición media y el que se mueva saldrá de la ronda.

### **Material Didáctico:**

Grabadora disco de música.

### VARIANTE

A los niños con discapacidad sensorial será demostrativo excepto los no videntes que las indicaciones serán de forma verbal, a los de discapacidad física será demostrativo y a los intelectuales será demostrativo y la acción se repetirá varias veces. Todas las actividades por parejas.

Sensorial, física e intelectual.

## • POSICIONES ALTA Y MEDIA

### Nombre de la Actividad:

Gatea bebé

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Al momento de realizar la posición alta el maestro debe de explicarles a los alumnos en forma demostrativa la actividad a desarrollar, los niños deberán de gatear.

A la hora de hacer posición alta un aplauso, posición baja dos aplausos.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTE

A los niños con discapacidad sensorial será demostrativo excepto los no videntes que las indicaciones serán de forma verbal, a los de discapacidad física será demostrativo y a los intelectuales será demostrativo y la acción se repetirá varias veces. Todas las actividades por parejas.

Sensorial, física e intelectual.

## • POSICIONES ALTA Y MEDIA

### Nombre de la Actividad:

1, 2, 3 posición

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Se coloca a una distancia de 4 mts. Se dice 1, 2, 3 posición, desplazándose mientras el maestro esta de espalda al voltearse se colocaran como estatuas en posición media sin movimiento, el que se mueva regresará al inicio y el prime que llegue al maestro le toca dirigir.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTE

A los niños con discapacidad sensorial será demostrativo excepto los no videntes que las indicaciones serán de forma verbal, a los de discapacidad física será demostrativo y a los intelectuales será demostrativo y la acción se repetirá varias veces.

Todas las actividades por parejas.

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN ALTA Y MEDIA

### **Nombre de la Actividad:**

Atento a la señal

### **Forma Organizativa:**

Filas enfrentadas, parejas

### **Método Sugerido:**

Analítico

### **Desarrollo de la Actividad:**

Al momento de hacer la señal, el alumno que tiene la pelota la lanza y el que está de frente hace la posición de recepción alta, luego cambia y el otro hace la otra actividad y así sucesivamente.

### **Material Didáctico:**

Pelotas.

### **VARIANTE**

A los niños con discapacidad sensorial será demostrativo excepto los no videntes que las indicaciones serán de forma verbal, a los de discapacidad física será demostrativo y a los intelectuales será demostrativo y la acción se repetirá varias veces.

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN ALTA Y MEDIA

### **Nombre de la Actividad:**

Coordinación

### **Forma Organizativa:**

Tercias

### **Método Sugerido:**

Analítico

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan en tercias, uno de ellos llevará una pelota y lanzará a los compañeros y ellos deberán realizar la recepción, siempre una vez alta y otra media.

### **Material Didáctico:**

Ninguno

### **VARIANTE**

A los niños con discapacidad sensorial será demostrativo excepto los no videntes que las indicaciones serán de forma verbal, a los de discapacidad física será demostrativo y a los intelectuales será demostrativo y la acción se repetirá varias veces. Todas las actividades por parejas.

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN ALTA Y MEDIA

### **Nombre de la Actividad:**

Atento a tu pareja

### **Forma Organizativa:**

Parejas

### **Método Sugerido:**

Analítico

### **Desarrollo de la Actividad:**

En parejas, una deberá de llevar el balón, al momento de colocarse música a todos deberán bailar y trasladarse a distintos lugares del área y seguir a la pareja al momento de detener la música el que lleva el balón deberá lanzar rápido al compañero y el otro que no lleva nada debe de estar listo.

### **Material Didáctico:**

Pelotas, música y grabadora.

### **VARIANTE**

A los niños con discapacidad sensorial será demostrativo excepto los no videntes que las indicaciones serán de forma verbal, a los de discapacidad física será demostrativo y a los intelectuales será demostrativo y la acción se repetirá varias veces.

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN ALTA Y MEDIA

### **Nombre de la Actividad:**

Levántate

### **Forma Organizativa:**

Filas enfrentadas

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

El maestro debe de explicar, se colocan en filas enfrentadas una fila sentada frente a la otra, al momento de la señal deberán levantarse y colocar posición de recepción, una vez alta y la otra media luego cambian las acciones.

### **Material Didáctico:**

Ninguno

### **VARIANTE**

A los niños con discapacidad sensorial será demostrativo excepto los no videntes que las indicaciones serán de forma verbal, a los de discapacidad física será demostrativo y a los intelectuales será demostrativo y la acción se repetirá varias veces.

Sensorial, física e intelectual.

## • VOLEO FRONTAL

### **Nombre de la Actividad:**

Ponla en el aro

### **Forma Organizativa:**

Global

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Realizará el voleo tratando de meter el balón en medio del aro.

### **Material Didáctico:**

Aros, balones.

### VARIANTE

Con niños con discapacidad visual, se realizará solo la acción con una pareja, sosteniendo y parando el impulso para volver a realizarlo.

Sensorial, física e intelectual.

## • VOLEO FRONTAL

### **Nombre de la Actividad:**

Frontón

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan en la pared y realiza la acción esperando el retorno del balón a las manos.

### **Material Didáctico:**

Balones voleibol.

### VARIANTE

Con niños con discapacidad visual, se realizará solo la acción lo mas pegado a la pared.

Sensorial, física e intelectual.

## • VOLEO FRONTAL

### **Nombre de la Actividad:**

Pégale

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan 4 hileras y se les ubica coloca un cono a 5 metros aproximadamente y a la señal trata de pegarle.

### **Material Didáctico:**

Balones, conos

### VARIANTE

A los niños con discapacidad sensorial será demostrativo excepto los no videntes que las indicaciones serán de forma verbal y se colocarán a 2 metros, a los de discapacidad física será demostrativo y a los intelectuales será demostrativo y la acción se repetirá varias veces.

Sensorial, física e intelectual.

## • VOLEO FRONTAL

### **Nombre de la Actividad:**

Tópala

### **Forma Organizativa:**

Filas enfrentadas

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan las filas frente afrente a 50 cm., y se realizara la acción del voleo, el compañero solo le colocará las manos para hacerle un bote y que regrese a las manos para realizarla.

### **Material Didáctico:**

Balones.

### VARIANTE

A los niños con discapacidad sensorial será demostrativo excepto los no videntes que las indicaciones serán de forma verbal, a los de discapacidad física será demostrativo y a los intelectuales será demostrativo y la acción se repetirá varias veces.

Sensorial, física e intelectual.

## • SERVICIO FRONTAL BAJO

### **Nombre de la Actividad:**

Pégale al mundo

### **Forma Organizativa:**

Filas enfrentadas

### **Método Sugerido:**

Libre exploración

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los alumnos se adecuarán en dos grupos A y B, el juego consiste, en que cada grupo debe efectuar su servicio frontal bajo. Iniciando el grupo A, el Grupo B deberá atrapar las pelotas sin botarlas, el equipo que atrape la máxima cantidad GANA.

### **Material Didáctico:**

Yeso / pelotas de Vinil.

### **VARIANTE**

A los niños con discapacidad sensorial será demostrativo excepto los no videntes que las indicaciones serán de forma verbal, a los de discapacidad física será demostrativo y a los intelectuales será demostrativo y la acción se repetirá varias veces.

Sensorial, física e intelectual.

## • SERVICIO FRONTAL BAJO

### **Nombre de la Actividad:**

Corre y va de nuevo

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Resolución de problemas

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se harán grupos, el juego consiste en colocar un bote de basura etc. Colocándose cada grupo detrás de un línea con dificultad, deberán pasar la pelota e introducirla en el bote u otros.

### **Material Didáctico:**

Un lazo, bote u otros, yeso

### **VARIANTE**

A los niños con discapacidad sensorial será demostrativo excepto los no videntes que las indicaciones serán de forma verbal, a los de discapacidad física será demostrativo y a los intelectuales será demostrativo y la acción se repetirá varias veces.

Sensorial, física e intelectual.

## • SERVICIO FRONTAL BAJO

### **Nombre de la Actividad:**

Tiro al Blanco

### **Forma Organizativa:**

Filas enfrentadas

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los alumnos se colocarán en un área a la distancia de 5 mts. El juego consiste en que la pelota o balón debe pegarle a cada niño, similar al juego de matado, siempre y cuando se ejecute con el servicio frontal bajo.

### **Material Didáctico:**

Balón, yeso, cuerda, pelotas de vinil.

### **VARIANTE**

A los niños con discapacidad sensorial será demostrativo excepto los no videntes que las indicaciones serán de forma verbal, a los de discapacidad física será demostrativo y a los intelectuales será demostrativo y la acción se repetirá varias veces.

Sensorial, física e intelectual.

## • SERVICIO FRONTAL BAJO

### **Nombre de la Actividad:**

Anota el gol

### **Forma Organizativa:**

Filas enfrentadas

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los alumnos se colocan frontal frente, a una distancia de 5 mts. Un grupo tendrá aros en posición alta a dos manos, el grupo contrario deberá ejecutar con el balón el ingreso a dicho aro, posteriormente se da la variación.

### **Material Didáctico:**

Balón

### **VARIANTE**

A los niños con discapacidad sensorial será demostrativo excepto los no videntes que las indicaciones serán de forma verbal, a los de discapacidad física será demostrativo y a los intelectuales será demostrativo y la acción se repetirá varias veces.

Sensorial, física e intelectual.





# 5to. Primaria

educación  
Física  
Para Toda La Vida  
en Familia®

## • CARRERA DE RELEVOS

### Nombre de la Actividad:

Lleva y trae

### Forma Organizativa:

Hileras encontradas

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Colocar hileras encontradas A y B a 20 pasos de distancia, a la señal la hilera A corre hacia B y entrega la estafeta, colocándose al final de la hilera B, y luego B corre hacia A repitiendo la acción.

### Material Didáctico:

Estafeta, conos, cuerdas pelotas, silbato.

### VARIANTE

Llevar diferentes objetos a diferentes distancias.

Sensorial, física e intelectual.

## • CARRERA DE RELEVOS

### Nombre de la Actividad:

La escalera

### Forma Organizativa:

Hilera en ondas

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Se coloca 2 parejas a 10 pasos de distancia entre c/u en línea recta, y en la línea de salida el resto. A la señal la primera pareja de la hilera corre con la estafeta hacia la pareja # 1, mientras esta corre hacia la #2 y esta a su vez hacia la línea inicial.

### Material Didáctico:

Conos, silbatos, cuerdas, pelotas.

### VARIANTE

Llevar diferentes objetos a diferentes distancias, hacer mayor número de relevos.

Sensorial, física e intelectual.

## • CARRERA DE RELEVOS

### Nombre de la Actividad:

Lleva y Trae

### Forma Organizativa:

Grupal. Procedimiento Organizativo: Hileras en Ondas.

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Se desplaza hacia el frente, deposita un objeto dentro de un recipiente ubicado a cierta distancia y regresa a tocar la mano del que sigue, éste va a traer el objeto regresa y lo entrega al siguiente y continua la misma dinámica.

### Material Didáctico:

Palos, pelotas pequeñas de: plástico, papel, trapo u otro material fácil de manipular. Cajas, aros o recipiente para depositar. Yeso, tiza o carbón para dibujar círculos.

VARIANTES 1) En hileras enfrentadas, se desplaza y deposita el objeto en el recipiente colocado en el centro, se desplaza hacia la hilera y toca la mano de quien está al frente, para que éste recoja el implemento y lo entregue, así sucesivamente de modo que pasen varias veces.

2) Se desplaza y entrega el objeto a quien está en frente, este recibe y se desplaza para entregar al siguiente de enfrente, así sucesivamente a ver quien termina primero. Para trabajar con discapacidad sensorial (visual) agrupar en parejas con un convencional.

Sensorial, física e intelectual.

## • CARRERA DE RELEVOS

### Nombre de la Actividad:

Pasa Mano.

### Forma Organizativa:

Grupal. Procedimiento Organizativo: Hileras simples.

### Método Sugerido:

Global.

### Desarrollo de la Actividad:

Se desplazan hacia el frente, sobre una línea, el último de la hilera entrega el objeto al de adelante, este recibe colocando la mano atrás a la altura de la cadera para luego entregarlo al de adelante, así sucesivamente hasta que la recibe el primero, quien se desplaza atrás para iniciar la entrega.

### Material Didáctico:

Trozos de madera u otro material fácil de manipular.

### VARIANTE

La misma actividad en diferente recorrido, círculo, rectángulo, cuadrado, etc.

Sensorial, física e intelectual.

## • SALTO DE LONGITUD

### **Nombre de la Actividad:**

Canguro

### **Forma Organizativa:**

Filas

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan en la línea de salida, filas de 5 cada una. A la señal el alumno da un salto al frente, tratando de llegar lo más lejos posible, impulsándose con dos pies y cayendo con ambos pies, volviendo atrás para formarse de nuevo.

### **Material Didáctico:**

Yeso, silbato.

### VARIANTE

Impulso con un pie y caída con dos.

Sensorial, física e intelectual.

## • SALTO DE LONGITUD

### **Nombre de la Actividad:**

Salto del tigre

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

A 6 pasos de la línea de salida se marca la línea de salto, cada alumno corre contando las zancadas hasta la línea de salto, luego correrá y saltará impulsándose con un pie cayendo con dos pies.

### **Material Didáctico:**

Ninguno

### VARIANTE

Diferentes distancias.

Para discapacidad sensorial (visual) realizarlo en parejas.

Sensorial, física e intelectual.

## • SALTO DE LONGITUD

### **Nombre de la Actividad:**

SaltaTín Tín Tín

### **Forma Organizativa:**

Individual y Parejas.

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se desplaza y a la señal salta hacia el frente, impulsándose con un pie, cayendo con el otro.

### **Material Didáctico:**

Ninguno

### **VARIANTE**

Realiza 3 pasos salta al frente cae primero a un pie y luego a dos pies.

Sensorial, física e intelectual.

## • SALTO DE LONGITUD

### **Nombre de la Actividad:**

Trampolín

### **Forma Organizativa:**

Grupal. Procedimiento Organizativo: cuartas. Distribución: Hileras.

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Parado sobre la superficie se impulsa con un pie hacia el frente y cae a dos pies.

### **Material Didáctico:**

Rectángulos de cartón, tabla u otro material que no represente peligro. De ser tierra, clavar la pica en la superficie.

### **VARIANTE**

Se desplaza a velocidad hacia la superficie, coloca un pie para impulsarse hacia el frente y cae a dos pies.

Sensorial, física e intelectual.

- **SALTO DE ALTURA ESTILO VENTRAL Y/O TIJERETA**

**Nombre de la Actividad:**

El cerco

**Forma Organizativa:**

Tercias

**Método Sugerido:**

Global

**Desarrollo de la Actividad:**

Una pareja sostiene una cuerda a la altura de la rodilla. El alumno se coloca lateralmente a la cuerda y a la señal pasa al otro lado realizando movimiento de piernas sucesivo y simultáneo.

**Material Didáctico:**

Cuerdas.

**VARIANTE**

Realizarlo a diferentes distancias y velocidades, con apoyo visual de pañuelos para discapacidad auditiva para la señal de salida y tocando el hombro y en parejas para discapacidad visual.

Sensorial, física e intelectual.

- **SALTO DE ALTURA ESTILO VENTRAL Y/O TIJERETA**

**Nombre de la Actividad:**

El muro

**Forma Organizativa:**

Hilera

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Una pareja sostiene un lazo a la altura de la rodilla y el resto corre en línea recta saltando lateralmente en tijera. Luego en línea curva.

**Material Didáctico:**

Lazos, pañuelos, conos.

**VARIANTE**

Realizarlo a diferentes alturas con apoyo visual de pañuelos para discapacidad auditiva agitándolos para la señal de salida y para discapacidad visual tocando el hombro y en parejas.

Sensorial, física e intelectual.

## • SALTO DE ALTURA ESTILO VENTRAL Y/O TIJERETA

### Nombre de la Actividad:

A saltar Todos

### Forma Organizativa:

Grupal. Procedimiento organizativo: Hileras

### Método Sugerido:

Analítico-asociativo-sintético

### Desarrollo de la Actividad:

Se coloca un lazo extendido a 50 cm. de altura.

- 1) Se ubica a la par del lazo y eleva a la altura de la cadera la pierna cercana al lazo y la baja.
- 2) Se desplaza hacia el lazo, se impulsa con un pie y eleva la pierna cercana al lazo y la baja.
- 3) Se desplaza hacia el lazo, se impulsa con un pie eleva la pierna cercana al lazo y la pasa por arriba del lazo, para caer con el pie de la pierna que hizo de péndulo.

### Material Didáctico:

Lazo, lana, regla de madera u otro material que pueda utilizarse horizontalmente elevado del suelo.

### VARIANTE

Realizar el salto con el otro lateral elevando la altura del lazo.

Sensorial, física e intelectual.

## • SALTO DE ALTURA ESTILO VENTRAL Y/O TIJERETA

### Nombre de la Actividad:

Mejorando mi altura

### Forma Organizativa:

Hileras

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

En hilera, correr realizando la técnica correcta de la carrera y saltar el lazo o elástico a cierta altura, se debe variar la altura en cada repetición.

### Material Didáctico:

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • LANZAMIENTO DE LA PELOTA DE TENIS

### **Nombre de la Actividad:**

La bala

### **Forma Organizativa:**

Parejas enfrentadas

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Colocar parejas encontradas a 10 pasos entre cada integrante. Lanzar suavemente al frente, a la altura del hombro y en línea recta hacia el compañero y viceversa. A la señal cambiar de parejas

### **Material Didáctico:**

Pelotas de tenis, de papel, conos, pañuelos.

### **VARIANTE**

Lanzar arriba y al frente, a diferentes distancias y velocidades. Utilizar señales visuales para discapacidad auditiva y de contacto para discapacidad visual.

Sensorial, física e intelectual.

## • LANZAMIENTO DE LA PELOTA DE TENIS

### **Nombre de la Actividad:**

Francotirador

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Colocados en hilera lanzar al frente, tratando de golpear los objetivos que se colocarán colgados transversalmente al frente, a 10 pasos de distancia de la línea de tiro. Lanzar recoger la pelota y volver a la formación.

### **Material Didáctico:**

Pelotas de tenis, pañuelos, figuras, lazos, aros.

### **VARIANTE**

Realizarlo a diferentes distancias y alturas en el tiro y el objetivo. Utilizar punto sonoro de referencia para discapacidad visual

Sensorial, física e intelectual.

## • LANZAMIENTO DE LA PELOTA DE TENIS

**Nombre de la Actividad:**

**Forma Organizativa:**

Grupal. Procedimiento Organizativo: Circuitos.

**Método Sugerido:**

Global

**Desarrollo de la Actividad:** Pasará en cada estación durante un tiempo estipulado realizando lo siguiente:

- 1) Lanza el objeto hacia una marca dibujada en la pared.  
En discapacidad visual establecer puntos de referencia en cuanto a distancia y altura deseada.
- 2) En pareja uno lanza la pelota por arriba del hombro al compañero de enfrente y éste la regresa de la misma forma. En discapacidad visual utilizar pelota con sonido y que antes caiga al suelo para recibirla.
- 3) Lanza la pelota hacia objetos distantes.
- 4) En pareja lanza la pelota lo más alto posible.

**Material Didáctico:**

Círculos, pelotas de tenis o de otro material que tenga peso un poco de peso, pelota con chinchín adentro o que tenga sonido. Objetos de diferentes formas.

Sensorial, física e intelectual.

## • LANZAMIENTO DE LA PELOTA DE TENIS

**Nombre de la Actividad:**

Pégale al blanco

**Forma Organizativa:**

Hileras

**Método Sugerido:**

Global

**Desarrollo de la Actividad:**

En hileras, lanzar la pelota de tenis a un punto en movimiento.

**Material Didáctico:**

Pelotas de tenis, platos plásticos y cuerdas para ubicarlos como blancos.

Sensorial, física e intelectual.

## • MANEJO DE BALÓN Y TRABAJO DE PIES II

**Nombre de la Actividad:**  
“Pasando el balón en mi cintura”

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
De pie pasar el balón alrededor de la cintura y detenerse a la señal.

**Material Didáctico:**  
Balones de baloncesto.

VARIANTE  
En diferentes partes del cuerpo.

Sensorial, física e intelectual.

## • MANEJO DE BALÓN Y TRABAJO DE PIES II

**Nombre de la Actividad:**  
“Lanzando y botando el balón”

**Forma Organizativa:**  
Hileras enfrentadas

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
Desplazarse lanzando el balón hacia arriba, a la señal detenerse y realizar bote de balón, a la segunda señal iniciar la actividad y así sucesivamente.

**Material Didáctico:**  
Balones de baloncesto

VARIANTE  
Para discapacidad visual solo realizar el bote de balón con dos manos.

Sensorial, física e intelectual.

## • MANEJO DE BALÓN Y TRABAJO DE PIES II

### **Nombre de la Actividad:**

“De una mano a otra”

### **Forma Organizativa:**

Hileras enfrentadas.

### **Método Sugerido:**

Mando directo y global.

### **Desarrollo de la Actividad:**

Desplazándose cambiando el balón de una mano a otra y a la señal driblar hacia el cono.

### **Material Didáctico:**

Balones de baloncesto, conos.

### **VARIANTE**

Para discapacidad visual realizar el bote de balón con dos manos y la señal será sonora.

Sensorial, física e intelectual.

## • MANEJO DE BALÓN Y TRABAJO DE PIES II

### **Nombre de la Actividad:**

“Realizando medio giro”

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Driblar hacia un cono ubicado a cierta distancia y realizar parada de un tiempo, media vuelta y regresar driblando al punto de inicio.

### **Material Didáctico:**

Balones de baloncesto

### **VARIANTE**

Para discapacidad visual realizar el bote de balón con dos manos.

Sensorial, física e intelectual.

- **DRIBLE CON CAMBIO DE VELOCIDAD Y CAMBIO DE DIRECCIÓN**

**Nombre de la Actividad:**  
“Mi velocidad”

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Mando directo y global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Driblar con balón hacia el cono a una velocidad moderada y aumentar la velocidad para el retorno.

**Material Didáctico:**  
Balones de baloncesto y conos.

**VARIANTE**  
Después de cambios de velocidad cambiar de dirección.

Sensorial, física e intelectual.

- **DRIBLE CON CAMBIO DE VELOCIDAD Y CAMBIO DE DIRECCIÓN**

**Nombre de la Actividad:**  
“Espejito, espejito”

**Forma Organizativa:**  
Parejas enfrentadas.

**Método Sugerido:**  
Mando directo.

**Desarrollo de la Actividad:**  
En parejas driblando uno de los dos realizará los movimientos de cambio de velocidad y dirección y el compañero lo imitará.

**Material Didáctico:**  
Balones de baloncesto

**VARIANTE**  
Con efecto de sombra.

Sensorial, física e intelectual.

## • DRIBLE CON CAMBIO DE VELOCIDAD Y CAMBIO DE DIRECCIÓN

**Nombre de la Actividad:**  
“Mis dos tiempos”

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Mando directo y global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Driblar el balón hacia el primer cono en forma rápida y al llegar al segundo cono en forma lenta y el retorno es a un lado de los conos a una velocidad normal.

**Material Didáctico:**  
Balones de baloncesto y conos.

VARIANTE  
Driblar hacia delante, atrás, derecha e izquierda a diferentes velocidades.

Sensorial, física e intelectual.

## • DRIBLE CON CAMBIO DE VELOCIDAD Y CAMBIO DE DIRECCIÓN

**Nombre de la Actividad:**  
“Mi ruedita”

**Forma Organizativa:**  
Grupal (círculo)

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
En posición sentado con un balón, a la señal se pondrá el primero de pie y driblara el balón alrededor del círculo a diferentes velocidades y cambios de dirección.

**Material Didáctico:**  
Balones de baloncesto.

VARIANTE  
Formaciones de diferentes figuras.

Sensorial, física e intelectual.

## • PASE Y RECEPCIÓN A DOS MANOS II

**Nombre de la Actividad:**  
“Pásamela”

**Forma Organizativa:**  
En parejas

**Método Sugerido:**  
Mando directo, descubrimiento guiado.

**Desarrollo de la Actividad:**  
Uno frente al otro, a la señal se pasan el balón consecutivamente.

**Material Didáctico:**  
Balones de baloncesto

**VARIANTE**  
A diferentes alturas. En desplazamiento.  
Los alumnos con discapacidad visual deben realizar la actividad a una distancia prudencial.

Sensorial, física e intelectual.

## • PASE Y RECEPCIÓN A DOS MANOS II

**Nombre de la Actividad:**  
“De ladito”

**Forma Organizativa:**  
Grupal (Tercias)

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
De pie uno al lado de otro, el alumno del centro realiza el pase hacia el lado derecho y e izquierdo, retornando después de cada pase el balón hacia el centro y así sucesivamente.

**Material Didáctico:**  
Balones de baloncesto.

**VARIANTE**  
En desplazamiento.

Sensorial, física e intelectual.

## • PASE Y RECEPCIÓN A DOS MANOS II

### **Nombre de la Actividad:**

“Los Cuadros”

### **Forma Organizativa:**

Grupal (cuartas)

### **Método Sugerido:**

Mando directo o descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se forma un cuadro y se realiza pase a dos manos hacia un lado en forma estacionaria.

### **Material Didáctico:**

Balones de baloncesto.

### VARIANTE

Se trasladarán al lugar donde realizaron el pase.

En desplazamiento.

Los alumnos con discapacidad visual lo realizarán a distancias cortas.

Sensorial, física e intelectual.

## • PASE Y RECEPCIÓN A DOS MANOS II

### **Nombre de la Actividad:**

“Pica y pica”

### **Forma Organizativa:**

Grupal: parejas y filas: ondas y contra ondas

### **Método Sugerido:**

Mando directo.

### **Desarrollo de la Actividad:**

En parejas uno frente al otro realiza un pase con pique a la altura del pecho.

### **Material Didáctico:**

Balones de baloncesto

### VARIANTE

Pase de pecho.

Sensorial, física e intelectual.

## • TIRO A UNA MANO

### **Nombre de la Actividad:**

“El Basurerito”

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se le da un balón a cada alumno el cual deberá lanzar hacia un bote colocado a una distancia moderada, según la discapacidad utilizando únicamente una mano.

### **Material Didáctica:**

Balones de baloncesto, botes grandes

### **VARIANTE**

En parejas 1 pasa con una mano y el otro lanza al bote o caja.

Sensorial, física e intelectual.

## • TIRO A UNA MANO

### **Nombre de la Actividad:**

“Matado”

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo y libre exploración

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los niños con una pelota plástica tratarán de pegarle a un compañero que llevará un recipiente para encestar.

### **Material Didáctica:**

Pelota plástica

### **VARIANTE**

Para los alumnos con deficiencia visual se jugará dándole un chinchín a cada uno para que el que tenga la pelota se le pueda dar un seguimiento auditivo, el deberá tirar siempre con una mano.

Sensorial, física e intelectual.

## • TIRO A UNA MANO

### **Nombre de la Actividad:**

“El tendedero”

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Libre exploración

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan dos cuerdas a 10 cm. de distancia entre ellas y a una altura de 2 metros, luego se amarran ocho bolsas plásticas completamente abiertas, en seguida se les proporciona a los alumnos bolas de papel las cuales tratarán de meter en las bolsas lanzándolas a una mano.

### **Material Didáctico:**

Lazo, bolsas, periódico

### **VARIANTE**

Para los niños con discapacidad visual se utilizaran cajas.

Sensorial, física e intelectual.

## • TIRO A UNA MANO

### **Nombre de la Actividad:**

“Encestando”

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se dará un número a cada alumno, luego se desplazarán driblando con el balón y cuando se mencione un número, el que tenga ese número deberá acercarse a un cono a tratar de encestar rápidamente.

### **Material Didáctico:**

Pelotas y conos

### **VARIANTE**

Para los alumnos con discapacidad visual e intelectual, realizarán la actividad de manera ordenada llamándolos uno por uno.

Sensorial, física e intelectual.

## • DOBLE RITMO II

**Nombre de la Actividad:**  
“Balonchin”

**Forma Organizativa:**  
Individual, grupal: hilera y círculo

**Método Sugerido:**  
Analítico

**Desarrollo de la Actividad:**  
Se distribuyen aros en toda la cancha en parejas, quedando algunos aros cerca de la canasta, para que puedan realizar el doble ritmo con enceste, los alumnos estarán caminando por toda la cancha, a la señal los niños buscaran los aros y realizaran el doble ritmo colocando un pie en cada aro.

**Material Didáctico:**  
Aros y balones de baloncesto

**VARIANTE**  
Se puede realizar la misma acción con los aros pero dispersos por el centro de la cancha.

Sensorial, física e intelectual.

## • DOBLE RITMO II

**Nombre de la Actividad:**  
“El Triple”

**Forma Organizativa:**  
Hilera

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
Al señal deben desplazarse hacia las señales que están marcadas en el suelo y con el pie derecho cuenta cada alumno uno, dos y lanza el balón.

**Material Didáctico:**  
Cinta adhesiva.

**VARIANTE**  
Discapacidad sensorial (visual) caminando con ayuda de un convencional.

Sensorial, física e intelectual.



## • DOBLE RITMO II

**Nombre de la Actividad:**  
“Básquet-bolito”

**Forma Organizativa:**  
Hileras enfrentadas

**Método Sugerido:**  
Analítico

**Desarrollo de la Actividad:**  
Con un balón en las manos marcar con los pies uno, dos y lanzarlo al compañero que está al frente y así lo realizarán hasta pasar todos.

**Material Didáctico:**  
Balones

**VARIANTE**  
Corriendo realizando el doble ritmo sobre círculos marcados en el suelo con yeso.

Sensorial, física e intelectual.

## • DOBLE RITMO II

**Nombre de la Actividad:**  
“Las Canastas”

**Forma Organizativa:**  
Hileras

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
Colocados a una distancia de dos metros del aro a la señal del maestro deberá marcar los dos pasos con el balón sobre el hombro y lanzar a canasta.

**Material Didáctico:**  
Aros y balones de baloncesto.

**VARIANTE**  
Colocar una pelota colgando del aro, luego se marcan los dos pasos de doble ritmo donde los niños pasaran, al llegar a la última marca deberá dar un salto para darle un golpe con el puño a la pelota que esta colgando del aro. (Altura de la pelota mínimo 2mts).

Sensorial, física e intelectual.



## • DOMINIO DEL BALÓN CON EL PIE Y CON EL MUSLO

### **Nombre de la Actividad:**

No dejarla caer

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Con el pie derecho realiza dos técnicas y luego con el izquierdo. Posteriormente se va aumentando el número de técnicas a realizar.

### **Material Didáctico:**

Balones y balones especiales para discapacidad visual.

### **VARIANTE**

Realizarlo con diferentes zonas del cuerpo.

Sensorial, física e intelectual.

## • DOMINIO DEL BALÓN CON EL PIE Y CON EL MUSLO

### **Nombre de la Actividad:**

Tecnuquitas

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Mando Directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Realizar técnicas con el muslo derecho e izquierdo y pie izquierdo y derecho.

### **Material Didáctico:**

Pelota especial. Y balones

### **VARIANTE**

Que se realice más técnicas.

Sensorial, física e intelectual.



## • DOMINIO DEL BALÓN CON EL PIE Y CON EL MUSLO

### **Nombre de la Actividad:**

Dominio del balón con el Pie.

### **Forma Organizativa:**

Tercias

### **Método Sugerido:**

Mando directo.

### **Desarrollo de la Actividad:**

Distribuidos en tercias, con un balón lo tendrán que dominar tratando de que no caiga al suelo, cada grupo realizará el mayor número de técnicas posibles.

### **Material Didáctico:**

Pelotas

### VARIANTE

Papa caliente: a cada niño se les dará una pelota la dominarán con el pie y pasarla a los compañeros que se caiga.

Sensorial, física e intelectual.

## • DOMINIO DEL BALÓN CON EL PIE Y CON EL MUSLO

### **Nombre de la Actividad:**

El Abecedario

### **Forma Organizativa:**

Círculos

### **Método Sugerido:**

Mando Directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los niños en círculo, deberán dominar el balón con el muslo tratando de decir todo el abecedario sin que caiga el balón.

### **Material Didáctico:**

Balones

### VARIANTE

El alumno caminará dominando el balón con el muslo hasta un punto específico señalado.

Sensorial, física e intelectual.

## • PASES CON EL EMPEINE Y DE TALÓN

**Nombre de la Actividad:**

Peine

**Forma Organizativa:**

Parejas

**Método Sugerido:**

Mando Directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Cada pareja deberá tener un balón y se colocan frente a frente a una distancia prudente y realizan pases del balón con el empeine del pie derecho e izquierdo.

**Material Didáctico:**

Balones

**VARIANTE**

Aumentar la distancia de los pases y dirección del mismo.

Sensorial, física e intelectual.

## • PASES CON EL EMPEINE Y DE TALÓN

**Nombre de la Actividad:**

El Tunelito

**Forma Organizativa:**

Hileras

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

En hileras con las piernas abiertas, el primero de la hilera deberá tener el balón, a la señal lo tendrá que pasar con el talón por en medio de las piernas de los compañeros después se forma de último.

**Material Didáctico:**

Balones

**VARIANTE**

Realizar túnel de conos y el balón no tendrá que tocar los conos.

Sensorial, física e intelectual.



## • PASES CON EL EMPEINE Y DE TALÓN

### Nombre de la Actividad:

Pase estacionario

### Forma Organizativa:

Parejas

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Los niños realizan el pase de empeine de forma estática.

### Material Didáctico:

Balones

### VARIANTE

Niños no videntes con balones especiales.

Sensorial, física e intelectual.

## • PASES CON EL EMPEINE Y DE TALÓN

### Nombre de la Actividad:

Pase activo

### Forma Organizativa:

Parejas

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

En parejas los niños se desplazan libremente realizando pases de empeine y talón.

### Material Didáctico:

Balones

### VARIANTE

Niños no videntes con pelota de chin chin.

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN DE PECHO Y DE CABEZA

### **Nombre de la Actividad:**

Recepciono mi Pelota

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los alumnos llevarán un globo en la cabeza. Para familiarizarse con la recepción de cabeza y pecho con masking tape. Luego se les despegan del cuerpo y lo dominan.

### **Material Didáctico:**

Globos y pelotas plásticas

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN DE PECHO Y DE CABEZA

### **Nombre de la Actividad:**

No dejo caer mi pelota

### **Forma Organizativa:**

Dispersos

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los alumnos llevarán en la mano un cono o una bolsa de nylon, a la señal lanzará la pelota plástica y hará la recepción con el elemento en las manos, se le quita el elemento que lleva en la mano y luego lo realizara con el pecho.

### **Material Didáctico:**

Vejiigas, pelotas plásticas, bolsas y conos.

### VARIANTE

Con redes de pelotas.

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN DE PECHO Y DE CABEZA

### Nombre de la Actividad:

Recepción individual

### Forma Organizativa:

Individual, parejas

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

A la señal cada niño lanzara el balón hacia arriba y realiza la recepción con el pecho.

### Material Didáctico:

Balones y conos

### VARIANTE

En parejas uno lanza el balón hacia arriba, con las manos y el otro realiza la recepción de pecho.

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN DE PECHO Y DE CABEZA

### Nombre de la Actividad:

Recepción

### Forma Organizativa:

Parejas, tercias

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

A la señal los alumnos se colocarán en tercias, uno toma el balón con las manos y lo lanza hacia arriba, el otro compañero realiza la recepción con la cabeza, toma el balón y la vuelve a lanzar al otro compañero.

### Material Didáctico:

Balones.

### VARIANTE

A la señal cada alumno lanza el balón hacia arriba y ejecuta la recepción con la cabeza.

Sensorial, física e intelectual.

## • CABECEO ESTACIONARIO DE FRENTE, LATERAL Y HACIA ATRÁS

### **Nombre de la Actividad:**

Cabeceo al aro

### **Forma Organizativa:**

Filas

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Lanzar la pelota con las manos hacia arriba y cabecearla hacia el aro para introducirlo al mismo.

### **Material Didáctico:**

Balones y balones especiales para no videntes.

### **VARIANTE**

Lanzar la pelota hacia arriba con las manos y cabecearla hacia el aro.

Sensorial, física e intelectual.

## • CABECEO ESTACIONARIO DE FRENTE, LATERAL Y HACIA ATRÁS

### **Nombre de la Actividad:**

Cabeceo hacia atrás

### **Forma Organizativa:**

Tercias

### **Método Sugerido:**

Mando Directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se coloca uno en medio de los dos compañeros a una cierta distancia, uno de ellos le lanzara la pelota al compañero que está en medio con las manos y el tendrá que cabecearla hacia atrás al otro, repiten la acción varias veces y luego se rotan.

### **Material Didáctico:**

Pelotas

### **VARIANTE**

Tiene que lanzarla hacia los lados con partes laterales.

Sensorial, física e intelectual.

## • CABECEO ESTACIONARIO DE FRENTE, LATERAL Y HACIA ATRÁS

### **Nombre de la Actividad:**

Cabeceando el globo

### **Forma Organizativa:**

Filas e Hileras

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan globos amarrados en una pita según el número de alumnos para realizar la acción del cabeceo de frente.

### **Material Didáctico:**

Pita, globos, conos

### VARIANTE

A la señal el alumno lanza la pelota hacia arriba y cabecea sobre su eje de forma lateral.

Sensorial, física e intelectual.

## • CABECEO ESTACIONARIO DE FRENTE, LATERAL Y HACIA ATRÁS

### **Nombre de la Actividad:**

Cabeceo estacionario

### **Forma Organizativa:**

Tercias

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan tres alumnos, uno al centro y los otros dos a los extremos de frente al que está en medio, uno lanza y el de en medio cabecea y el otro toma el balón para realizar la misma actividad.

### **Material Didáctico:**

Pelotas y conos

### VARIANTE

A la señal los alumnos agarran el balón y cabecean hacia atrás y la vuelven agarrar.

Sensorial, física e intelectual.

## • ENTRADA

### **Nombre de la Actividad:**

Entrada en diagonal

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se forman hileras en las cuatro esquinas del área utilizada, a la señal trotarán y moverán los brazos para los lados, hacia los puntos establecidos, quedando en formación de cuatro filas.

### **Material Didáctico:**

Masking tape, gorgorito, pandereta.

### VARIANTE

Para personas no videntes conteo de pasos y a través de sonidos.

Sensorial, física e intelectual.

## • ENTRADA

### **Nombre de la Actividad:**

Entrada en x

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

En cada esquina del área indicada se forma una hilera, luego entran trotando y levantado brazos, para formar en el centro del área una X.

### **Material Didáctico:**

Conos

Sensorial, física e intelectual.

## • ENTRADA

### **Nombre de la Actividad:**

En hileras enfrentadas

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Formados en dos hileras y se coloca una en cada lado del área, luego se desplazan bailando hasta quedar en formación de dos filas.

### **Material Didáctico:**

Conos

Sensorial, física e intelectual.

## • ENTRADA

### **Nombre de la Actividad:**

Entrada en ondas

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

A un costado del área, formados en filas, una detrás de las otras enumeradas según la cantidad de filas, cuando se indique trotará la fila número 1, y así sucesivamente, para quedar formados en un cuadro gimnástico.

### **Material Didáctico:**

Ninguna

### **VARIANTE**

En bloque.

Sensorial, física e intelectual.

## • POSTURAS

### Nombre de la Actividad:

Firmes

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Todos los alumnos colocados en fila, vista hacia el docente, se colocan con las manos pegadas a cuerpo y los pies juntos.

### Material Didáctico:

Ninguna

### VARIANTE

Mismo ejercicio, solo que con diferente formación, (hileras, círculos, etc.)

Sensorial, física e intelectual.

## • POSTURAS

### Nombre de la Actividad:

Posición en X

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

En posición de pie, separar las piernas a lo ancho de los hombros, y levantar y abrir los brazos, arriba de la cabeza.

### Material Didáctico:

Ninguna

Sensorial, física e intelectual.

## • POSTURAS

**Nombre de la Actividad:**

Avioncito

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

A la señal todos se colocan como avioncitos.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • POSTURAS

**Nombre de la Actividad:**

Sentados

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

A la señal todos se sientan con piernas estiradas y espalda recta (escuadra).

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.



- **FORMAS**

**Nombre de la Actividad:**

Los círculos

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Formados en hileras, forman cuatro círculos.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

- **FORMAS**

**Nombre de la Actividad:**

Letras

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Se forman diferentes letras.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

- **FORMAS**

**Nombre de la Actividad:**

Números

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Se forman diferentes números.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

- **FORMAS**

**Nombre de la Actividad:**

Figuras geométricas

**Forma Organizativa:**

Grupal

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

En grupos cada grupo formará una figura geométrica diferente.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • SALIDA

### **Nombre de la Actividad:**

Salida en hileras.

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Salen del campo hacia los extremos trotando con movimiento de brazos hacia arriba y hacia abajo.

### **Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • SALIDA

### **Nombre de la Actividad:**

En bloque

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

En formación de bloque se desplazan hacia la línea lateral del campo marchando.

### **Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • SALIDA

### Nombre de la Actividad:

Salida hacia atrás

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Formados en filas, la de atrás será la primera en salir con desplazamiento hacia atrás, con movimiento de brazos disociado, luego continuarán las demás hileras sucesivamente.

### Material Didáctico:

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • SALIDA

### Nombre de la Actividad:

En parejas

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

En parejas salen hacia ambos extremos, uno detrás del otro tomándose de la cintura en forma de gusano.

### Material Didáctico:

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • COREOGRAFÍA

**Nombre de la Actividad:**

Paso v

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Pie derecho al frente, luego izquierdo y dos saltos uniendo los pies hacia atrás

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • COREOGRAFÍA

**Nombre de la Actividad:**

Flexión

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

En posición de pie, pies abiertos al ancho de los hombros, tocar muslos, luego pies, luego muslos y por último palmada.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • COREOGRAFÍA

**Nombre de la Actividad:**

Movimientos alternos de piernas.

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

Pierna derecha abre y cierra, luego pierna izquierda, y repite varias veces.

**Material Didáctico:**

Ninguno

**VARIANTE**

Con salto.

Sensorial, física e intelectual.

## • COREOGRAFÍA

**Nombre de la Actividad:**

Movimientos sentados

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Mando Directo

**Desarrollo de la Actividad:**

En posición sentados con flexión de rodillas, planta de pies en el suelo, brazo derecho hacia adelante y luego izquierdo, después pierna derecha extiende y flexiona, luego izquierda.

**Material Didáctico:**

Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN BAJA

### Nombre de la Actividad:

Atento en movimiento

### Forma Organizativa:

Parejas, filas enfrentadas

### Método Sugerido:

Analítico

### Desarrollo de la Actividad:

A la señal el alumno deberá trasladarse a cierta distancia y regresar a su lugar en movimiento y al llegar el compañero le lanzara la pelota para recepcionar en posición baja, repite dos veces y cambia.

### Material Didáctico:

Balones

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN BAJA

### Nombre de la Actividad:

No te duermas

### Forma Organizativa:

Parejas

### Método Sugerido:

Analítico

### Desarrollo de la Actividad:

En parejas deberán estar sentados y a la señal del compañero se levantara, realizará la recepción y 5 repeticiones y luego cambio.

### Material Didáctico:

Balones

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN BAJA

### Nombre de la Actividad:

Tócala rápido porque te quemas

### Forma Organizativa:

Hileras

### Método Sugerido:

Analítico

### Desarrollo de la Actividad:

Tendrán que pasar por los conos en forma de zig-zag con tiempo y recepcionar en posición baja y pasa el siguiente.

### Material Didáctico:

Balón

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) deberá tomar en cuenta más distancia y darle más tiempo.

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN BAJA

### Nombre de la Actividad:

Sol, estrella y luna

### Forma Organizativa:

Hilera

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Al momento de mencionar estrella deberá hacer la recepción baja y al mencionar sol se queda estático y luna deberá hacer movimientos de pierna.

### Material Didáctico:

Balones

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal

Sensorial, física e intelectual.

## • VOLEO LATERAL

### Nombre de la Actividad:

Asereje, je, ja

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

La actividad consiste en la posición inicial, manos colocadas a la altura de la frente y al ritmo de la canción se hará las variaciones asereje – manos al frente, ja posición lateral derecha y posición lateral izquierda je, consecutivamente.

### Material Didáctico:

Grabadora

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal

Sensorial, física e intelectual.

## • VOLEO LATERAL

### Nombre de la Actividad:

Canchun- cachun ra, ra

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

La actividad consiste en trotar individualmente a la señal cachun el alumno se deberá colocar en la posición de voleo, a la siguiente señal de cachun deberá estar listo y a la señal de ra ..... ra .....ra . ra.... Deberá hacer el movimiento de derecha e izquierda, siempre teniendo la posición base.

### Material Didáctico:

Grabadora

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.

## • VOLEO LATERAL

### **Nombre de la Actividad:**

Derecha -izquierda

### **Forma Organizativa:**

Global

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

A la señal enviara la pelota a un bote colocado a la derecha y luego a la izquierda, quien no la meta pierde un turno.

### **Material Didáctico:**

Balones, botes

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.

## • VOLEO LATERAL

### **Nombre de la Actividad:**

Buscar sujeto

### **Forma Organizativa:**

Parejas

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

En parejas se realizara el voleo, se colocarán de forma lateral a cierta distancia, y pasara el balón al compañero pero el compañero se moverá al otro lado rápidamente.

### **Material Didáctico:**

Balones

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.

## • SERVICIO POR ABAJO LATERAL

### Nombre de la Actividad:

1 machete – machete!

### Forma Organizativa:

Parejas

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Los alumnos deberán colocarse con un balón a cierta distancia, con la dificultad de pasar el balón por debajo de las piernas del compañero, con 5 intentos para cada uno.

### Material Didáctico:

Pelota

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal

Sensorial, física e intelectual.

## • SERVICIO POR ABAJO LATERAL

### Nombre de la Actividad:

Alita de pollo

### Forma Organizativa:

Grupal: Hileras enfrentadas

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Los alumnos en grupos, habrá grupo A y B, el grupo “A” servirá a bajo lateral, el grupo B, atraparan las pelotas y posteriormente se cambiaran a un tiempo establecido.

### Material Didáctico:

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal

Sensorial, física e intelectual.



## • SERVICIO POR ABAJO LATERAL

### Nombre de la Actividad:

Boomedan

### Forma Organizativa:

Filas enfrentadas

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Los alumnos se colocarán en un punto de inicio y se trasladaban a otro lado, a la señal deberán colocarse en posición de servicio, el alumno que no tenga su postura regresara al inicio.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal

Sensorial, física e intelectual.

## • SERVICIO POR ABAJO LATERAL

### Nombre de la Actividad:

Oro y plata

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Los alumnos dispersos en una área de 5 a 8 metros, a la señal oro trotaran libremente, postreramente a la señal plata se colocaran en posición de servicio lateral bajo. Relativamente se desarrollará la actividad.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.



## • REMATE

### Nombre de la Actividad:

Dale duro

### Forma Organizativa:

Filas encontradas

### Método Sugerido:

Respuesta guiada

### Desarrollo de la Actividad:

En filas encontradas uno de ambos sostiene el balón y el otro realiza la acción de remate.

### Material Didáctico:

Balones

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.

## • REMATE

### Nombre de la Actividad:

San wichito

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Descubrimiento guiado

### Desarrollo de la Actividad:

Se coloca con un balón en mano izquierda en alto y con la derecha se pega fuerte con la intención de golpearla técnicamente y enviarla a puntos específicos.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.

## • REMATE

### Nombre de la Actividad:

Molinete

### Forma Organizativa:

Parejas

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Se coloca las piernas levemente abiertas pie de apoyo al frente y se realiza un giro de 360° grado y pegarle al balón que se encuentra elevado por otro niño.

### Material Didáctico:

Balones

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.

## • REMATE

### Nombre de la Actividad:

Pégale

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Descubrimiento guiado

### Desarrollo de la Actividad:

Se coloca a 5 mts. conos, bote, caja etc. Y a la señal hará el remate para pasarla a puntos específicos y botar objetos.

### Material Didáctico:

Balones, caja, conos, botes.

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.



# 6to. Primaria

EDUCACIÓN  
FÍSICA  
PARA TODA LA VIDA  
EN FAMILIA

## • CARRERA DE OBSTÁCULOS

### **Nombre de la Actividad:**

Vuelta al cono

### **Forma Organizativa:**

Hileras enfrentadas

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Hacer cuatro hileras, a la señal correr hacia los conos y pasar en zig-zag entre los conos, luego formarse al otro lado de nuevo en las hileras.

### **Material Didáctico:**

Conos

### VARIANTE

Correr y saltar sobre los conos

Sensorial, física e intelectual.

## • CARRERA DE OBSTÁCULOS

### **Nombre de la Actividad:**

Saltando al compañero

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Hacer hileras, un grupo de compañeros se colocaran como obstáculos en cuadrupedia la mitad de los alumnos correrán y saltaran a los otros compañeros, luego a la señal del maestro cambiaran y realizaran el mismo ejercicio.

### **Material Didáctico:**

Aros

### VARIANTE

En vez de saltar compañeros se saltarán aros colocados en el piso.

Sensorial, física e intelectual.

## • CARRERA DE OBSTÁCULOS

### **Nombre de la Actividad:**

Caracol

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Resolución de problemas

### **Desarrollo de la Actividad:**

Hacer dos caracoles con objetos, a la señal el alumno saldrá y saltará los obstáculos hacia el centro del caracol, cuando llegue al centro regresará corriendo y saltando los obstáculos y luego pasará el siguiente alumno.

### **Material Didáctico:**

Conos, aros, prenda de vestir.

### VARIANTE

Pintar el caracol señalando círculos en el suelo a manera que lo interprete como obstáculo.

Sensorial, física e intelectual.

## • CARRERA DE OBSTÁCULOS

### **Nombre de la Actividad:**

Circuito motriz

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se trazarán dos o más circuitos, el alumno correrá, saltará aros, después de los aros saltará sobre una colchoneta, luego seguirá corriendo y saltará aros y otra colchoneta para regresar hacia el punto de salida.

### **Material Didáctico:**

Aros, conos, cuerda, colchonetas.

### VARIANTE

Realizar el recorrido en parejas, variando los materiales.

Sensorial, física e intelectual.

## • SALTO TRIPLE

### **Nombre de la Actividad:**

Colores

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se dibujará en el piso con yeso el esquema del salto, el alumno se colocará sobre el dibujo y hará lo que el dibujo pide, el pie izquierdo rojo y el derecho azul, solo se saltará sin tomar distancia.

### **Material Didáctico:**

Yeso

### **VARIANTE**

Igual al anterior pero agregando distancia para tomar más impulso.

Sensorial, física e intelectual.

## • SALTO TRIPLE

### **Nombre de la Actividad:**

Saltando aros

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan aros para guiar al alumno en el salto, y después de dos saltos se amplía la distancia entre los aros a fin de aumentar el rendimiento del alumno.

### **Material Didáctico:**

Aros

### **VARIANTE**

Tomar distancia para alcanzar una mayor longitud del salto.

Sensorial, física e intelectual.



## • SALTO TRIPLE

### **Nombre de la Actividad:**

El avioncito

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Libre exploración

### **Desarrollo de la Actividad:**

Dibujar un avioncito con tres cuadros simples y un cuadro doble, se dan instrucciones al alumno y a través del juego va memorizando el movimiento correcto del ejercicio.

### **Material Didáctico:**

Yeso, papel.

### VARIANTE

Dibujar un avioncito que tenga más repeticiones pintarlo en forma permanente en el patio.

Sensorial, física e intelectual.

## • SALTO TRIPLE

### **Nombre de la Actividad:**

Salto de rendimiento

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se marcan pistas para carrera y al final se colocan dos o tres colchonetas y se marca las zonas probables de contacto y se le pide al alumno que salte con todas sus fuerzas recordando la técnica correcta de salto triple.

### **Material Didáctico:**

Colchonetas, yeso.

### VARIANTE

En pareja en forma de competencia para una co-evaluación.

Sensorial, física e intelectual.

## • CONSOLIDACIÓN DEL SALTO VENTRAL Y TIJERA

### **Nombre de la Actividad:**

Saltando la cuerda

### **Forma Organizativa:**

Tercias

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

En tercias, se colocarán dos alumnos sosteniendo un pedazo de lana y el otro saltará la lana con la técnica de tijera, tratando de no tocar la lana, luego se rotan y repiten la acción.

### **Material Didáctico:**

Lana, colchonetas

### **VARIANTE**

Se subirá la altura de la lana y se colocaran colchonetas debajo de los alumnos.

Sensorial, física e intelectual.

## • CONSOLIDACIÓN DEL SALTO VENTRAL Y TIJERA

### **Nombre de la Actividad:**

Salto a la colchoneta

### **Forma Organizativa:**

Tercias

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

En tercias, se colocarán dos alumnos sosteniendo un pedazo de lana y el otro saltará la lana con la técnica ventral, tratando de no tocar la lana y aterrizando en las colchonetas previamente puestas para tal efecto.

### **Material Didáctico:**

Colchonetas, lana.

### **VARIANTE**

Elevar la altura de la lana o cambiar la lana por un material más resistente como un lazo o cuerda.

Sensorial, física e intelectual.

## • CONSOLIDACIÓN DEL SALTO VENTRAL Y/O TIJERA

### **Nombre de la Actividad:**

Saltando el burro

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se coloca una viga de madera resistente a manera que el alumno pueda apoyar las manos en la madera para realizar la técnica de salto de altura tijera

### **Material Didáctico:**

Viga de madera

### **VARIANTE**

Se colocan varias vigas para hacer competencias y a medida que pasan se aumenta la altura de las vigas.

Sensorial, física e intelectual.

## • CONSOLIDACIÓN DEL SALTO VENTRAL Y/O TIJERA

### **Nombre de la Actividad:**

Saltando la ropa

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Amarramos varios suéteres o pañuelos, dos alumnos sostienen la ropa y los demás del grupo saltan la ropa usando la técnica correcta de tijera.

### **Material Didáctico:**

Ropa

### **VARIANTE**

Se amarran la ropa a dos palos de madera y todos tratan de saltar al mismo tiempo.

Sensorial, física e intelectual.

## • LANZAMIENTO DE LA PELOTA DE SOFTBOL O DE OBJETOS

### **Nombre de la Actividad:**

Dale a la caja

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Libre exploración

### **Desarrollo de la Actividad:**

Lanzarán una pelota de softbol con bastante fuerza tratando de darle a la caja que se ha ubicado a una distancia considerable, entre mas aciertos acumula puntos.

### **Material Didáctico:**

Pelota de softbol

### **VARIANTE**

A medida que van pasando los alumnos aumentar la distancia de la caja.

Sensorial, física e intelectual.

## • LANZAMIENTO DE LA PELOTA DE SOFTBOL O DE OBJETOS

### **Nombre de la Actividad:**

Precisión

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

En grupos se lanzará hacia un cono colocado a una distancia considerable tratando de golpear el cono más veces que los otros grupos.

### **Material Didáctico:**

Pelotas de cualquier material.

### **VARIANTE**

Los alumnos con una pelota cada uno y lanzan en forma simultánea.

Sensorial, física e intelectual.

## • LANZAMIENTO DE LA PELOTA DE SOFTBOL O DE OBJETOS

### **Nombre de la Actividad:**

Lanzando el bulto

### **Forma Organizativa:**

Grupal

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se enrolla varios trapos sobre un trozo de madera, y cada participante del grupo tendrá la oportunidad de lanzar el bulto lo más lejos que pueda, tratando de aumentar la distancia del objeto.

### **Material Didáctico:**

Trozo de madera, trapos.

### **VARIANTE**

Se lanza el objeto hacia un punto determinado.

Sensorial, física e intelectual.

## • LANZAMIENTO DE LA PELOTA DE SOFTBOL O DE OBJETOS

### **Nombre de la Actividad:**

Lanzamiento de precisión

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

En un campo grande, lanzar cada alumno la pelota de softbol procurando lograr la mayor distancia posible, hacer bastantes repeticiones

### **Material Didáctico:**

Pelota de softbol.

### **VARIANTE**

Hacer una competencia para ver el rendimiento de los alumnos.

Sensorial, física e intelectual.

## • MANEJO DE BALÓN Y TRABAJO DE PIES III

### **Nombre de la Actividad:**

“Cambiando mi pie”

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Mixto o global.

### **Desarrollo de la Actividad:**

De pie y en forma estacionaria driblar con la mano derecha, a la señal, mover el pie derecho hacia atrás, después de varias repeticiones cambio de pie.

### **Material Didáctico:**

Balones de baloncesto.

### **VARIANTE**

Bote de balón según la discapacidad.

Discapacidad Física (silla de rueda) realiza únicamente el drible.

Sensorial, física e intelectual.

## • MANEJO DE BALÓN Y TRABAJO DE PIES III

### **Nombre de la Actividad:**

“El reloj”

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Mixto

### **Desarrollo de la Actividad:**

Driblar hacia el cono, a la señal realizar parada de un tiempo y pivote, regresando al punto de inicio.

### **Material Didáctico:**

Balones de baloncesto y conos.

### **VARIANTE**

El C-1 al C-3 solo realizar el bote de balón con dos manos.

Sensorial, física e intelectual.



## • MANEJO DE BALÓN Y TRABAJO DE PIES III

**Nombre de la Actividad:**  
“Jugando a dos tiempos”

**Forma Organizativa:**  
Hileras

**Método Sugerido:**  
Mixto

**Desarrollo de la Actividad:**  
Driblar el balón y a la señal parada de dos tiempos en onda y contra onda.

**Material Didáctico:**  
Balones de baloncesto

**VARIANTE**  
El C-1 al C-3 solo realizar el bote de balón con dos manos.

Sensorial, física e intelectual.

## • MANEJO DE BALÓN Y TRABAJO DE PIES III

**Nombre de la Actividad:**  
“Estaciones”

**Forma Organizativa:**  
Hileras.

**Método Sugerido:**  
Mixto

**Desarrollo de la Actividad:**  
Ubicar dos conos a cierta distancia, a la señal driblar hacia el cono # 1 y realizar parada de un tiempo y media vuelta, y al Cono #2 realizar parada de dos tiempos.

**Material Didáctico:**  
Balones de baloncesto.

**VARIANTE**  
El C-1 al C-3 solo realizar el bote de balón con dos manos, según la discapacidad.

Sensorial, física e intelectual.

## • DRIBLE LATERAL Y CON GIRO

### **Nombre de la Actividad:**

“Zomperos

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Mando directo y global.

### **Desarrollo de la Actividad:**

Driblar lateralmente el balón en el área de trabajo y a la señal realizar un giro hacia el lado derecho.

### **Material Didáctico:**

Balones de baloncesto.

### VARIANTE

En lugar de esperar la señal, en el lugar que se encuentre ubicado el cono deberán realizar un giro hacia el lado que se les indique.

Sensorial, física e intelectual.

## • DRIBLE LATERAL Y CON GIRO

### **Nombre de la Actividad:**

“Botando”

### **Forma Organizativa:**

Individual

### **Método Sugerido:**

Mando directo y global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Driblar lateralmente el balón hacia un lado y cada 5 dribles realizar un giro.

### **Material Didáctico:**

Balones de baloncesto y conos.

### VARIANTE

Realizándolo como relevo.

Sensorial, física e intelectual.



## • DRIBLE LATERAL Y CON GIRO

### **Nombre de la Actividad:**

“Luchita”

### **Forma Organizativa:**

Parejas

### **Método Sugerido:**

Mando directo y global.

### **Desarrollo de la Actividad:**

Driblar lateralmente el balón hacia el cono, proteger el balón frente a un compañero, a la señal realizar un giro, regresar al punto de partida.

### **Material Didáctico:**

Balones de baloncesto.

### VARIANTE

Realizar la actividad en forma individual.

Sensorial, física e intelectual.

## • DRIBLE LATERAL Y CON GIRO

### **Nombre de la Actividad:**

“Caracol”

### **Forma Organizativa:**

Círculo

### **Método Sugerido:**

Mando directo y global.

### **Desarrollo de la Actividad:**

En formación de círculo grande, realizar un giro hacia el centro, driblar y al llegar a la señal realizar otro giro, y retornar de la misma manera.

### **Material Didáctico:**

Yeso, balones de baloncesto.

### VARIANTE

Enumerándolos y al mencionar su número deberán realizar la actividad en forma individual.

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN A DOS MANOS Y PASE A UNA MANO

### Nombre de la Actividad:

“Los Dúos”

### Forma Organizativa:

En parejas

### Método Sugerido:

Mando directo y global.

### Desarrollo de la Actividad:

Uno frente al otro realiza el pase con pique a una mano,

### Material Didáctico:

Balones de baloncesto.

### VARIANTE

En desplazamiento.

C-1 no lo realiza, el C-2 y el C-3 a distancias cortas.

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN A DOS MANOS Y PASE A UNA MANO

### Nombre de la Actividad:

“Solo dos nunca tres”

### Forma Organizativa:

Grupal = parejas

### Método Sugerido:

Mando directo y descubrimiento guiado.

### Desarrollo de la Actividad:

De pie, uno frente al otro realiza el pase con pique a la altura del pecho a una mano en forma diagonal.

### Material Didáctico:

Balones de baloncesto.

### VARIANTE

A diferentes alturas.

En desplazamiento.

C-1 no lo realiza, el C-2 y el C-3 a distancias cortas.

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN A DOS MANOS Y PASE A UNA MANO

### Nombre de la Actividad:

“Las Tripletas”

### Forma Organizativa:

Grupal = Tercias

### Método Sugerido:

Mando directo y descubrimiento guiado.

### Desarrollo de la Actividad:

En formación de triángulo, alternando el pase directo y con pique a una mano.

### Material Didáctico:

Balones de baloncesto

### VARIANTE

Rotando las posiciones.

C-1 no lo realiza, el C-2 y el C-3 a distancias cortas.

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN A DOS MANOS Y PASE A UNA MANO

### Nombre de la Actividad:

“Arriba y abajo”

### Forma Organizativa:

Grupal = parejas

### Método Sugerido:

Mando directo y descubrimiento guiado.

### Desarrollo de la Actividad:

Uno frente al otro, se pasan el balón uno realiza el pase de pique y el otro el pase de pecho simultáneamente.

### Material Didáctico:

Balones de baloncesto.

### VARIANTE

C-1 no lo realiza, el C-2 y el C-3 a distancias cortas.

Sensorial, física e intelectual.



## • TIRO EN SUSPENSIÓN

**Nombre de la Actividad:**  
“Sapo y tira”

**Forma Organizativa:**  
Grupal

**Método Sugerido:**  
Analítico

**Desarrollo de la Actividad:**  
La actividad se realizara por bloque, ubicados de pie detrás de los conos, a la señal lanzaran los balones, luego correrán a alcanzarla, toman el balón y ejecutan el tiro en suspensión.

**Material Didáctico:**  
Balones de básquetbol y conos

**VARIANTE**  
Los C-1, C-2 y C-3 lo harán sin lanzar el balón solo con balón cargado a la señal auditiva lo lanzaran.

Sensorial, física e intelectual.

## • TIRO EN SUSPENSIÓN

**Nombre de la Actividad:**  
“El Aro”

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Libre exploración

**Desarrollo de la Actividad:**  
Los alumnos se desplazarán por toda la cancha, se colocara un aro en el área de dos tiros, a la señal todos deberán buscar el aro, el que llegue de primero deberá lanzar en suspensión.

**Material Didáctico:**  
Pelotas y aros

**VARIANTE**  
Para los C-1, C-2 y C-3 se desplazarán caminando y a la señal auditiva darán el salto y lanzarán hacia cualquier lado, se hará en grupos por bloque.

Sensorial, física e intelectual.

## • TIRO EN SUSPENSIÓN

**Nombre de la Actividad:**  
“lanza y salta”

**Forma Organizativa:**  
Grupal: filas e hileras

**Método Sugerido:**  
Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**  
Se forman dos grupos, se colocan conos amarrados de la punta de manera que quede un obstáculo para pasar saltando, entre los obstáculos se colocaran pelotitas de papel, cuando vaya a salvar un obstáculo deberán de lanzar la pelotita que tendrán que tomar al pasar cada obstáculo.

**Material Didáctico:**  
Conos, periódico y pita.

Sensorial, física e intelectual.

## • TIRO EN SUSPENSIÓN

**Nombre de la Actividad:**  
“El Esquive”

**Forma Organizativa:**  
Individual

**Método Sugerido:**  
Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Se colocarán conos en dirección a la canasta, los alumnos pasaran en zig-zag esquivando conos al llegar al último darán un salto y al mismo tiempo harán un lanzamiento en suspensión.

**Material Didáctico:**  
Conos y pelotas plásticas.

**VARIANTE**  
Para los C-1, C-2 y C-3 Realizarán el ejercicio en bloque desplazándose y rebotando a la señal sonora realizará un salto y tiro.

Sensorial, física e intelectual.



## • DOBLE RITMO III

### **Nombre de la Actividad:**

“Los tres aros”

### **Forma Organizativa:**

Filas

### **Método Sugerido:**

Mando directo y descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

En filas pasa uno por uno saltando tratando de caer en un pie, en cada aro y en el último salto lanza y cae con los dos pies juntos.

### **Material Didáctico:**

Balones

### VARIANTE

Separando más los aros.

Sensorial, física e intelectual.

## • DOBLE RITMO III

### **Nombre de la Actividad:**

“Uno, dos y tripas”

### **Forma Organizativa:**

Individual, parejas

### **Método Sugerido:**

Global y mixto

### **Desarrollo de la Actividad:**

Desplazarse marcando con los pies uno, dos y al tercero deberá lanzar el balón hacia un compañero que no tenga el balón (pareja).

### **Material Didáctico:**

Aros y balones

### VARIANTE

Corriendo marcando los pasos y lanzar con mano izquierda hacia el lado derecho.

Sensorial, física e intelectual.

- **DOBLE RITMO III**

**Nombre de la Actividad:**

“A que si me encestas”

**Forma Organizativa:**

Hileras

**Método Sugerido:**

Mando directo y descubrimiento guiado

**Desarrollo de la Actividad:**

A la señal, el primero de cada hilera realizara el doble ritmo en el cual se colocarán dos señales con yeso, dependiendo la discapacidad para que en cada una coloque el pie, y por ultimo lance hacia la canasta.

**Material Didáctico:**

Balones, yeso, masking type, cajas para las variantes.

**VARIANTE**

Silla de ruedas, cada jalón que realiza le cuenta como un paso siempre llevará el balón sobre sus piernas en la primera fase del doble ritmo y en la segunda fase deberá tirar.

A los C-1, C-2 y C-3 se les indicará como trabajarán (arriba) pero siempre con señales auditivas.

Referencia: a los intelectuales se les tomará en cuenta por edad cronológica.

Sensorial, física e intelectual.

- **DOBLE RITMO III**

**Nombre de la Actividad:**

“La carretera”

**Forma Organizativa:**

Parejas

**Método Sugerido:**

Mando directo

**Desarrollo de la Actividad:**

En parejas enfrentadas, realizar el doble ritmo, siguiendo las señales del suelo y lanzarle al compañero para que realice la actividad.

**Material Didáctico:**

Yeso, balones de básquetbol.

Sensorial, física e intelectual.

## • CONTROL DEL BALÓN CON EL PIE, MUSLO Y CABEZA

### Nombre de la Actividad:

Sentado y control

### Forma Organizativa:

En parejas

### Método Sugerido:

Grupal

### Desarrollo de la Actividad:

Los alumnos se ubican por parejas, dependiendo del grado de discapacidad, se sienta uno y el otro parado, a la señal se levanta y recepciona con el pie, se levanta y recepciona con muslo, se levanta y recepciona con cabeza, luego se cambian para realizar la misma actividad.

### Material Didáctico:

Tapitas

Sensorial, física e intelectual.

## • CONTROL DEL BALÓN CON EL PIE, MUSLO Y CABEZA

### Nombre de la Actividad:

Desarrollo mi control.

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Los alumnos estarán dispersos en el espacio, lanzan la vejiga hacia arriba y recepcionan con la cabeza, agarran la vejiga luego la lanzan y recepcionan con el muslo, de la misma manera lo hará con el pie, dicha actividad debe cambiarse por pelota plástica.

### Material Didáctico:

Vejigas y pelotas plásticas.

### VARIANTE

Pueden realizar la actividad con cabeza muslo y pie sin dejar caer el elemento.

Sensorial, física e intelectual.

## • CONTROL DEL BALÓN CON EL PIE, MUSLO Y CABEZA

### Nombre de la Actividad:

Control mixto.

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Los niños se ubicarán dispersos en el campo, a la señal realizan control con el pie, a la señal muslo, a la señal cabeza.

### Material Didáctico:

Balones.

### VARIANTE

Circuito, estación uno, control pie, estación dos control muslo, estación tres, control cabeza.

Sensorial, física e intelectual.

## • CONTROL DEL BALÓN CON EL PIE, MUSLO Y CABEZA

### Nombre de la Actividad:

Control en parejas.

### Forma Organizativa:

Parejas

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

En parejas, un niño realiza control con el pie, el otro cuenta las repeticiones, seguidamente cambia de rol, el niño que contaba realiza control con el pie, el otro cuenta, lo mismo ocurre con el control de muslo y cabeza.

### Material Didáctico:

Balones.

### VARIANTE

Se puede utilizar globos en lugar de balón, los niños juegan control del balón.

Sensorial, física e intelectual.



## • DRIBLE CON FINTA, ESQUIVE Y PASE

### **Nombre de la Actividad:**

Drible y Finta.

### **Forma Organizativa:**

Hileras enfrentadas

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los alumnos se colocarán en hileras enfrentadas, a la señal el primero de cada hilera deberá salir corriendo hacia la mitad de la cancha en donde realizará una finta hacia el lado contrario del compañero que viene en frente y cambiará de hilera.

### **Material Didáctico:**

Conos.

### **VARIANTE**

Individual. A la señal realizará una finta al cono que encuentre, en la cancha y seguirá corriendo.

Sensorial, física e intelectual.

## • DRIBLE CON FINTA, ESQUIVE Y PASE

### **Nombre de la Actividad:**

Esquive y Pase

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

El primero de cada hilera tendrá un balón, con el cual realiza una finta frente al cono y lo esquiva, conduciendo el balón hacia el siguiente cono y regresará un pase a la pared.

### **Material Didáctico:**

Conos y balones.

### **VARIANTE**

En tercias, uno del trillo deberá realizar la finta a un compañero de la tercia y esquivarlo, luego realizar un pase al otro compañero.

Sensorial, física e intelectual.

## • DRIBLE CON FINTA, ESQUIVE Y PASE

### **Nombre de la Actividad:**

Esquivando obstáculos.

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Mando Directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Driblar con el balón y al llegar al cono realizar la bicicleta y al pasar el cono realizar el pase al compañero.

### **Material Didáctico:**

Pelota, pelota especial y conos.

### VARIANTE

Esquivar los conos y realizar los pases.

Sensorial, física e intelectual.

## • DRIBLE CON FINTA, ESQUIVE Y PASE

### **Nombre de la Actividad:**

Esquivando al compañero

### **Forma Organizativa:**

Tercias

### **Método Sugerido:**

Mando Directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Driblar al compañero, fintar hacia la derecha y realizar el pase a la izquierda.

### **Material Didáctico:**

Pelotas.

### VARIANTE

Esquivar al compañero y realizar el pase.

Sensorial, física e intelectual.

## • TIRO AL MARCO A BALÓN PARADO Y EN MOVIMIENTO

### **Nombre de la Actividad:**

Tiro a balón parado.

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Mando Directo, Global.

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocarán en hileras, se ubicarán conos frente a las hileras que simularán los marcos, el primero de cada hilera colocará el balón en el suelo y pateará el balón hacia la dirección de los conos.

### **Material Didáctico:**

Conos, balones.

### **VARIANTE**

Se dibuja una portería en la pared y el alumno trata de de tirar y anotar un gol de forma estacionaria.

Sensorial, física e intelectual.

## • TIRO AL MARCO A BALÓN PARADO Y EN MOVIMIENTO

### **Nombre de la Actividad:**

Golín

### **Forma Organizativa:**

Hileras

### **Método Sugerido:**

Mando Directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

Al primero de cada hilera deberá correr conduciendo el balón, a la señal deberá de tirar hacia la portería tratando de anotar un gol.

### **Material Didáctico:**

Portería y balones.

### **VARIANTE**

En hilera el último de la hilera lanzará el balón mientras el primero de hilera, saldrá corriendo alcanzar el balón y tirar hacia la portería, tratando de anotar.

Sensorial, física e intelectual.

## • TIRO AL MARCO A BALÓN PARADO Y EN MOVIMIENTO

### **Nombre de la Actividad:**

Tiro a corta Distancia

### **Forma Organizativa:**

Fila e Hilera.

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

En el tiro a balón parado el profesor explica la técnica al marco y después en formación de fila frente al marco, a corta distancia los niños y niñas tiran al marco de forma ordenada. En el tiro en movimiento el profesor se coloca de espaldas al marco y sus alumnos le envían el balón en formación de hileras al profesor y este se la devuelve para que patee al marco.

### **Material Didáctico:**

Balones.

### **VARIANTE**

Niños no videntes pelotas de chinchines.

Sensorial, física e intelectual.

## • TIRO AL MARCO A BALÓN PARADO Y EN MOVIMIENTO

### **Nombre de la Actividad:**

Tiro a mayor distancia.

### **Forma Organizativa:**

Filas e hileras

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

BALON PARADO: en fila frente al marco a mayor distancia los niños patean el balón en dirección al marco. BALON EN MOVIMIENTO: Dos hileras una con balón y la otra sin balón, el niño que tiene el balón se la pasa al niño de la hilera sin balón, este último dispara al marco.

### **Material Didáctico:**

Balones y conos

### **VARIANTE**

Niño no vidente, pelotas con sonido, también se puede tirar al marco después de que el niño esquite conos.

Sensorial, física e intelectual.



## • CABECEO CON SALTO Y EN DESPLAZAMIENTO

### **Nombre de la Actividad:**

Cabeceo en Parejas

### **Forma Organizativa:**

Parejas

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

En parejas y de forma estática, uno de los niños sujeta el balón con los brazos extendidos, arriba de la cabeza de su compañero, este último salta y cabecea el balón; lo mismo ocurre en el desplazamiento las parejas se desplazan repitiendo el ejercicio anterior.

### **Material Didáctico:**

Balones

### VARIANTE

Niño no vidente: pelota especial con sonido, se puede sujetar una pelota de plástico en pequeño palo de escoba y los niños juegan a pegarle a la pelota con la cabeza.

Sensorial, física e intelectual.

## • CABECEO CON SALTO Y EN DESPLAZAMIENTO

### **Nombre de la Actividad:**

Cabeceo de parejas al marco

### **Forma Organizativa:**

Filas

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Dos filas, uno con balón y la otra sin balón el niño que tiene balón le lanza al niño de la otra hilera que no tiene balón y este corre, salta y cabecea.

### **Material Didáctico:**

Balones, conos

### VARIANTE

Niño no vidente: lo ayuda un convencional con pelota especial con sonido; hileras enfrentadas el niño corre y después del salto del cono cabecea el balón.

Sensorial, física e intelectual.

## • CABECEO CON SALTO Y EN DESPLAZAMIENTO

**Nombre de la Actividad:**

Cabeceo en Movimiento

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Global

**Desarrollo de la Actividad:**

En parejas, a la señal un alumno lanza el balón el otro salta y cabecea el desplazamiento será de frente

**Material Didáctico:**

Ninguno

**VARIANTE**

En parejas, a la señal se desplazaran hacia un punto determinado, lanzando el balón un alumno y el otro salta dando un cabeceo regresa cabeceando el que lanzo

Sensorial, física e intelectual.

## • CABECEO CON SALTO Y EN DESPLAZAMIENTO

**Nombre de la Actividad:**

Cabeceo en Movimiento

**Forma Organizativa:**

Círculo

**Método Sugerido:**

Global

**Desarrollo de la Actividad:**

Se colocan en círculos y un monitor al centro , a la señal giran hacia el lado derecho, lanza el monitor el balón a un compañero quien salta y cabecea el balón .

**Material Didáctico:**

Balones

**VARIANTE**

A la señal el alumno lanza el balón sobre su eje salta y cabecea el balón .

Sensorial, física e intelectual.

## • COMPOSICIÓN GIMNÁSTICA CON MÚSICA MODERNA NACIONAL

**Nombre de la Actividad:**  
Composición gimnástica 1

**Forma Organizativa:**  
Hileras, círculos

**Método Sugerido:**  
Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
En 4 hileras por el centro desplazándose, luego hacia una formación de dos hileras, realizar flexión – extensión de brazos a los laterales, realizar toque de muslo con palmadas laterales, luego formación de dos círculos, y luego salida en espiral.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • COMPOSICIÓN GIMNÁSTICA CON MÚSICA MODERNA NACIONAL

**Nombre de la Actividad:**  
Composición gimnástica 2

**Forma Organizativa:**  
Grupal

**Método Sugerido:**  
Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Entrada:  
En bloque por el centro desplazándose, luego hacia una formación en X, realizar dos pasos laterales con movimientos de brazos haciendo círculos, luego formación de caracol, y luego salida en hilera.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • COMPOSICIÓN GIMNÁSTICA CON MÚSICA MODERNA NACIONAL

**Nombre de la Actividad:**  
Composición gimnástica 3

**Forma Organizativa:**  
Grupal

**Método Sugerido:**  
Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Entrada: En diagonal por los extremos, luego hacia una formación en 4 filas, realizara el paso de la V, luego formación de figuras geométricas, y luego salida en bloque.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • COMPOSICIÓN GIMNÁSTICA CON MÚSICA MODERNA NACIONAL

**Nombre de la Actividad:**  
Composición gimnástica 4

**Forma Organizativa:**  
Grupal

**Método Sugerido:**  
Global

**Desarrollo de la Actividad:**  
Entrada: En ondas, luego hacia una formación de filas encontradas, realizará el paso de dos toques de muslo y una palmada al frente, luego formación de figuras de números, y luego salida en parejas.

**Material Didáctico:**  
Ninguno

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN BAJA

### Nombre de la Actividad:

Baila al ritmo

### Forma Organizativa:

Parejas

### Método Sugerido:

Analítico

### Desarrollo de la Actividad:

Un compañero deberá llevar una pelota y el otro deberá estar atento al momento de detenerse la música lanzara la pelota al compañero y este realiza la recepción baja, posteriormente se cambian las acciones.

### Material Didáctico:

Pelotas, grabadora

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN BAJA

### Nombre de la Actividad:

Trasládate y recepciona

### Forma Organizativa:

Filas

### Método Sugerido:

Analítico

### Desarrollo de la Actividad:

Passar en zig-zag en conos al llegar a terminar la fila de conos deberá recepcionar luego deberá trasladarse a la otra fila de aros pasar y al final recepcionar.

### Material Didáctico:

Conos, hula hula, pelotas.

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN BAJA

### **Nombre de la Actividad:**

Atento a la señal

### **Forma Organizativa:**

Hileras enfrentadas

### **Método Sugerido:**

Analítico

### **Desarrollo de la Actividad:**

Al momento de que el compañero le da señal se levanta y da 3 saltos y una vuelta y hace la recepción baja, luego cambian.

### **Material Didáctico:**

Pelotas

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.

## • RECEPCIÓN BAJA

### **Nombre de la Actividad:**

Piso caliente

### **Forma Organizativa:**

Filas enfrentadas y parejas

### **Método Sugerido:**

Mando directo

### **Desarrollo de la Actividad:**

El alumno deberá trasladarse a una distancia lo más rápido que pueda hacia el lugar establecido, el compañero le lanzará la pelota y deberá hacer la recepción baja y regresará a su lugar, a lo ancho de la cancha.

### **Material Didáctico:**

Pelotas

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.



## • VOLEO LATERAL CON DESPLAZAMIENTO Y SALTO

### **Nombre de la Actividad:**

La ranita saltarina

### **Forma Organizativa:**

Filas enfrentadas

### **Método Sugerido:**

Global

### **Desarrollo de la Actividad:**

Los alumnos se agruparán en grupo A y B, el grupo “A” lanzarán el balón sobre o a la altura de una cuerda (altura 1.60 – 1.80) el grupo B deberá posicionarse y voleará lateralmente, lanzándole al alumno de la par, desplazando a la derecha e izquierda.

### **Material Didáctico:**

Cuerda, balón.

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.

## • VOLEO LATERAL CON DESPLAZAMIENTO Y SALTO

### **Nombre de la Actividad:**

Ingresa al túnel

### **Forma Organizativa:**

Hileras enfrentadas

### **Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

### **Desarrollo de la Actividad:**

Se colocarán los alumnos en un punto de inicio, frente a ellos habrán aros en posición de zig-zag, un grupo tendrá los balones y lo lanzarán a la señal indicada, los alumnos contrarios deberán de saltar e ingresar al aro y volear lateralmente.

### **Material Didáctico:**

Aros, balones

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.

- **VOLEO LATERAL CON DESPLAZAMIENTO Y SALTO**

**Nombre de la Actividad:**

Muévete árbol

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Descubrimiento guiado

**Desarrollo de la Actividad:**

Lanzará el balón hacia arriba, saltará hacia cualquier lado y se moverá a recibir el balón para volver a realizar la acción.

**Material Didáctico:**

Balones, cuerdas.

**VARIANTES**

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.

- **VOLEO LATERAL CON DESPLAZAMIENTO Y SALTO**

**Nombre de la Actividad:**

Terremoto

**Forma Organizativa:**

Individual

**Método Sugerido:**

Global

**Desarrollo de la Actividad:**

Los alumnos de forma individual estarán trotando al primer silbatazo, tendrán que saltar al frente, dos silbatazos saltarán hacia atrás y tres silbatazos se posicionaran en voleo lateral posición inicial. Consecutivamente 3 – 5 veces.

**Material Didáctico:**

Ninguno

**VARIANTES**

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.



## • SERVICIO POR ARRIBA DE LA CABEZA

### Nombre de la Actividad:

Tira lejos

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Descubrimiento guiado

### Desarrollo de la Actividad:

Realizará el servicio hacia un compañero a 5 mts. este la recibe y la pasa.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.

## • SERVICIO POR ARRIBA DE LA CABEZA

### Nombre de la Actividad:

Que entre el aro

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Descubrimiento guiado

### Desarrollo de la Actividad:

En el otro campo se colocan aros y el alumno en el otro campo, este trata de enviar la pelota al otro lado tratando de ponerlo dentro de los aros.

### Material Didáctico:

Balones, aros

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.

## • SERVICIO POR ARRIBA DE LA CABEZA

### Nombre de la Actividad:

La batalla

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Descubrimiento guiado

### Desarrollo de la Actividad:

Se forman dos grupos y se lanzarán el balón de lado a lado, mientras un equipo tiene el balón el otro grupo se moverá para no ser alcanzado y sucesivamente.

### Material Didáctico:

Balones, etc.

### VARIANTE

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.

## • SERVICIO POR ARRIBA DE LA CABEZA

### Nombre de la Actividad:

Anota

### Forma Organizativa:

Grupal

### Método Sugerido:

Descubrimiento guiado

### Desarrollo de la Actividad:

En grupos, se forman unos círculos y otros están lanzando las pelotas tratando de meterlas al centro de cada círculo.

### Material Didáctico:

Balones.

### VARIANTE

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.



## • REMATE Y BLOQUEO

### Nombre de la Actividad:

Palmas contra palmas

### Forma Organizativa:

Filas enfrentadas

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

Los alumnos deberán estar en una distancia de 1mt. A la señal del maestro tendrán que contar 1-2 y 3 saltarán, con las extremidades superiores tendrán que golpear las manos del compañero. Consecutivamente se hará de 3-5 veces el ejercicio.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.

## • REMATE Y BLOQUEO

### Nombre de la Actividad:

Alcanza la estrella

### Forma Organizativa:

Filas enfrentadas

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

La actividad consiste en que los niños deberán estar frente a frente sentados, a la señal, se deberán de parar y saltar palmeando al compañero. Sucesivamente 3-5 veces.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal

Sensorial, física e intelectual.



## • REMATE Y BLOQUEO

### Nombre de la Actividad:

Premiada

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Global

### Desarrollo de la Actividad:

Deberá de colocarse una cuerda a una altura 1.60 – 1.80 cms., de altura, el alumno tendrá un globo- colocado a 1 metro de la cuerda a la indicación deberá de rematar a una mano sobrepasando la altura y pegándole al globo.

### Material Didáctico:

Cuerda, yeso y globos.

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.

## • REMATE Y BLOQUEO

### Nombre de la Actividad:

Pégate tu mismo

### Forma Organizativa:

Individual

### Método Sugerido:

Mando directo

### Desarrollo de la Actividad:

El alumno enfrentado a la pared, lanzará el balón a la pared y tendrá que saltar a 2 manos en extensión en posición de bloqueo, se deberá ejecutar de 3-5 veces.

### Material Didáctico:

Ninguno

### VARIANTES

1. A los auditivos - demostrativo
2. A los físicos (sillas de ruedas) - demostrativo
3. A los físicos (ambulantes) – demostrativo
4. Retraso mental leve, se repite varias veces
5. Sensorial (no videntes) verbal.

Sensorial, física e intelectual.

## GLOSARIO

### **Acondroplasia:**

Talla corta debido a múltiples causas entre ellas por desordenes en los fibroplastos, lo cual ocasiona que los huesos crezcan transversalmente pero no longitudinalmente.

### **Adaptación:**

Es el proceso a través del cual el individuo asimila una nueva forma de supervivencia. Por consecuencia se adapta a nuevas situaciones y busca formas de interrelación.

### **Artrogriposis:**

Enfermedad de tipo óseo que afecta con el paso del tiempo los músculos circundantes afectando la movilidad articular y amplitud de movimiento.

### **Atrofia muscular espinal de la niñez:**

Es una degeneración progresiva de las células nerviosas motoras, su característica principal es la debilidad progresiva de los músculos.

### **Autonomía:**

Condición de quien, para ciertas cosas, no depende de nadie.

### **Contorsionista:**

Personas con gran elasticidad y/o flexibilidad que adoptan ciertas posturas de enorme dificultad y

prácticamente imposibles para la gran mayoría del personas; la esencia de estas posturas radica fundamentalmente en doblar las articulaciones en sentido inverso con facilidad o bien prolongar el margen dinámico de movimiento natural en ellas.

### **Cuadriplejía o Cuadriparesia:**

Los cuatro miembros están paralizados.

### **Déficit de atención:**

Comportamiento asociado a las dificultades de aprendizaje, que consiste en falta de atención a las tareas, la cual limita seriamente las posibilidades de aprender correctamente.

Los problemas de hiperactividad y de atención son comunes entre los niños y niñas con problemas de aprendizaje y son característicos los que presentan déficit de atención con hiperactividad.

### **Diplejía o Diparesia:**

La mitad inferior está más afectada que la superior.

### **Discapacidad:**

Deficiencia en las funciones corporales y en las estructuras corporales, limitaciones en la actividad y restricciones en la participación, indica los aspectos negativos de la interacción entre individuo y los factores contextuales.

### **Discapacidad física:**

La discapacidad física se evidencia en las personas que tienen problemas de locomoción (falta o deterioro de uno o varios miembros del cuerpo) puede ser: brazos o piernas, mutilación de miembros superior o inferior (o de ambos). No debe tomarse como una discapacidad a las personas que por causa accidental han sufrido fracturas o esguinces.

### **Discapacidad auditiva:**

La discapacidad auditiva es aquella que no permite escuchar el mensaje correctamente, o bien oírlo en una intensidad disminuida, o no oírlo en lo absoluto.

### **Discapacidad visual:**

La definición de discapacidad visual engloba diferentes aspectos como: la agudeza visual, el campo visual, visión binocular entre otras, pero, para el tema educativo interesa la agudeza visual y el campo visual.

También podemos hablar de las deficiencias visuales, que son los trastornos de las funciones visuales que provocan dificultades en el proceso de percepción de los objetos del mundo circundante. Surgen como consecuencia de enfermedades oculares, anomalías en el desarrollo del analizador visual y de la refracción del ojo y de otras enfermedades.

### **Discapacidad visual profunda:**

Tipo de discapacidad visual en la que las personas presentan

dificultad para realizar tareas visuales gruesas. Imposibilidad de realizar tareas que requieren visión de detalle.

### **Discapacidad visual severa:**

Tipo de discapacidad visual en la que se presenta posibilidad de realizar tareas visuales con inexactitudes, requiriendo adecuación de tiempo, ayudas y modificaciones.

### **Discapacidad visual moderada:**

Tipo de discapacidad visual en la que se presenta la posibilidad de realizar tareas visuales con el empleo de ayudas especiales e iluminación adecuada, similares a las que utilizan las personas de visión normal.

### **Dislexia:**

Se refiere a los problemas que se pueden presentar en la lectura. Cuando el o la alumna omite letras, cuando cambia una por otra, y cuando lee sin hacer ninguna pausa.

### **Disgrafía:**

Son los problemas que tienen relación con los grafismos, es decir, se puede evidenciar, desde que el o la alumna inicia su proceso de enseñanza de la escritura. Son las dificultades presentadas al escribir. Puede observarse este problema en varias ocasiones, desde que se inician los primeros ejercicios gráficos en el cuaderno o en hojas de trabajo.

### **Disortografía:**

Se refiere a los problemas en la ortografía, está íntimamente ligada a problemas de lectura y escritura.

**Discalculia:**

Dificultad presentada en el desarrollo del cálculo aritmético; se evidencia en el desempeño escolar. “Es la dificultad para interpretar o traducir los símbolos aritméticos. No se comprende la relación entre los conceptos y los símbolos numéricos”.

**Distrofia Muscular Progresiva:**

Es una enfermedad que se transmite por herencia ligada al sexo, las madres tienen ese gen y se lo transmiten a los hijos.

**Distonía Muscular:**

Es un síndrome que consiste en contracciones musculares sostenidas en el tiempo. Estos desórdenes musculares no afectan las otras funciones del cerebro, como la personalidad, la memoria, las emociones, los sentidos, la capacidad intelectual y la actividad sexual se mantiene absolutamente normal.

**Epilepsia:**

Disfunción del cerebro, causada por descargas eléctricas desordenadas, es decir, que existe una mala transmisión entre una neurona y otra, pueden haber o no, crisis convulsivas.

**Espasmos:**

Se trata de una contracción involuntaria de los músculos que puede hacer que estos se endurezcan o se abulten.

**Espina Bífida:**

Enfermedad congénita debido a deficiencia en el cierre del tubo neural en el día veinticuatro, lo cual permite la exposición de medula espinal y líquido cefalorraquídeo.

**Focomelia:**

Es un problema congénito que se inicia en el período de la gestación. A las personas les hace falta la parte media de una extremidad. Por ejemplo: pueden tener el brazo y la mano pero les hace falta el antebrazo.

**Hemiplejía o Hemiparesia:**

Se encuentra afectado uno de los dos lados del cuerpo.

**Hiperactividad:**

Cuando se presenta una actividad demasiado aumentada. Son los y las alumnos que no pueden permanecer sentados por más de 5 minutos en una misma actividad, se distraen fácilmente, se suben a todos los muebles de la clase, corren, presentan inquietud y por lo general el resto de la clase desvía su atención por las conductas que presentan.

**Hipoacusia:**

Tipo de discapacidad auditiva que consiste en la disminución de la audición, las personas con este tipo de discapacidad alcanzan a escuchar sonidos del medio ambiente y la voz; además manifiestan problemas en su articulación y atención. Los de grado moderado tienen afectada la recepción del mensaje, discriminación y comprensión en medios ruidosos. Deben utilizar permanentemente el audífono.

**Inhabilidad:**

Falta de conocimiento, preparación o medios para realizar una acción o una función. Incapacidad.

**Lesión Medular:**

Diseción de la Médula Espinal por compresión, contorsión o desprendimiento brusco producto de un fuerte trauma.

**Malformaciones:**

Multiplicidad de malformaciones congénitas por razones varias, bacterias, virus y toxinas que influyen negativamente en el desarrollo del embrión

**Monoplejía o Monoparesia:**

Se encuentra afectado un sólo miembro.

**Neuromuscular:**

Pertenece o relativo a los músculos, nervios y a las relaciones entre ellos.

**Osteogénesis Imperfecta:**

Enfermedad degenerativa en la cual se ve afectado el cartílago del crecimiento del hueso, dando como consecuencia debilidad ósea.

**Parálisis cerebral:**

Trastorno incurable causado por un daño en el cerebro, que limita la capacidad para controlar los músculos que mueven alguna parte del cuerpo.

Es un trastorno motor que afecta el tono, la postura y el movimiento, causado por una lesión cerebral (del encéfalo) producida antes, durante o poco tiempo después del parto. La lesión ocurre durante el periodo madurativo del sistema nervioso central. La parálisis cerebral se caracteriza principalmente por la inhabilidad de poder controlar completamente las funciones del sistema motor. Esto puede incluir espasmos o rigidez en los músculos, movimientos involuntarios, y/o trastornos en la postura o movilidad del cuerpo.

La parálisis cerebral no es una enfermedad, no es contagiosa y no es progresiva. Es causada por una lesión a una o más áreas específicas del cerebro y no a los músculos.

**Paraplejía o Paraparesia:**

Afecta los miembros inferiores.

**Pérdida conductiva:**

Es un tipo de discapacidad auditiva que se produce por una disfunción del oído externo o del oído medio.

**Pérdida neurosensorial:**

Es un tipo de discapacidad auditiva producida por una lesión en el oído interno, a nivel de la cóclea o del nervio auditivo. Este tipo de pérdida auditiva no se puede corregir, pero se puede ayudar con el uso de audífonos.

**Pérdida mixta:**

Tipo de discapacidad auditiva que presenta combinación de la pérdida conductiva y neurosensorial.



### **Problemas de Aprendizaje:**

Es la dificultad de aprender y usar ciertas destrezas. Las destrezas que son afectadas con mayor frecuencia son: lectura, ortografía, escuchar, hablar, razonar, y matemática. Una dificultad de aprendizaje no implica necesariamente falta de inteligencia, tiene que ver con las limitaciones para aprender. Estas limitaciones pueden manifestarse de distintos modos, como: un problema específico con el lenguaje oral o escrito, coordinación, autocontrol o atención.

### **Problemas de Desorganización espacial y/o temporal:**

Estos problemas se caracterizan por la dificultad que tienen algunos alumnos y alumnas para manejar el espacio y el tiempo. Ejemplo: cuando se les dificulta decir qué está arriba y abajo, o qué pasó antes y después.

### **Poliomielitis:**

Enfermedad adquirida, producida por virus, el cual afecta el Sistema Nervioso Central, razón por la cual compromete el sistema músculo esquelético.

### **Retraso mental:**

Término que identifica una persona con ciertas limitaciones en su funcionamiento mental y en destrezas como la comunicación, cuidado personal y social.

Estas limitaciones causan que el niño aprenda y se desarrolle más lentamente que un niño común. El retraso mental se manifiesta antes de los dieciocho años de edad.

Hace referencia a limitaciones sustanciales en el desenvolvimiento corriente, tiene lugar junto a limitaciones asociadas en dos o más de las áreas de habilidades adaptativas. El retraso mental, en la escala de medición de la inteligencia está por debajo de 70 de CI (cociente intelectual) Es la contraparte al otro extremo de la inteligencia, que es la superdotación, esta se encuentra por arriba de 130 de CI.

### **Retraso mental leve:**

Grado de discapacidad intelectual en la que los y las niñas, durante los años preescolares, desarrollan habilidades sociales y de comunicación. Su discapacidad a nivel sensorial y psicomotora es mínima y generalmente no se identifica fácilmente, hasta edades más avanzadas, por un profesional.

### **Retraso mental moderado:**

Grado de discapacidad intelectual en la que la mayoría de personas adquieren habilidades de comunicación durante los años de pre primaria.

Con supervisión pueden cuidar de sí mismos, también pueden desarrollar habilidades sociales y ocupacionales.

### **Retraso mental severo:**

Tipo de retraso mental en el que se desarrollan muy poco el lenguaje y comunicación, durante los primeros 6 años de vida.

**Síndrome de Down:**

El síndrome de Down, es un trastorno cromosómico que incluye una combinación de defectos congénitos, entre ellos, cierto grado de retraso mental y con frecuencia defectos cardíacos y otros problemas de salud. La gravedad de estos problemas varía enormemente entre las distintas personas afectadas.

**Trastorno:**

La enfermedad es un proceso y el status consecuente de afección de un ser vivo, caracterizado por una alteración de su estado ontológico de salud

**Topografía corporal:**

La topografía es la ciencia que estudia la representación gráfica de la superficie y el índice de masa corporal de una medida de asociación entre el peso y la talla de un individuo.

**Triplejía o Triparesia:**

Se encuentran afectados tres miembros.



## BIBLIOGRAFÍA

- ANDRES, T. et.: necesidades educativas especiales: intervención psicoeducativas. Madrid: Editorial CCS, 1995. Coordinación de Eugenia González.
- BARBARA T. Doyie, M.S. EMILY DOYLE ILAND, B.A. Los trastornos del espectro de autismo, de la A a la Z, 2005.
- ADMIRAAL, R.J. “Síndrome genéticos raros asociados con deterioros visuales y auditivos”, en tercer sentido. Revista sobre sordo ceguera. N.12 ONCE. Madrid 1992.
- BABIO GALAN, M et al.: Recursos materiales para alumnos con necesidades especiales. Orientaciones ministerio de educación y ciencias, centro nacional de recursos para la educación especial, 1991.
- EDUARDO FUENTESAL ESCUDERO, ANTONIO JIMENEZ MARTIN, FRANCISCA ORDOÑEZ MANZANO, Atención educativa a las personas con parálisis cerebral y discapacidades afines, cuaderno de parálisis cerebral. Madrid
- RAFAEL BAUTISTA, ANTONIO ABAD. Colección: educación para la diversidad, Deficiencia Visual. Aspectos psicoevolutivos y educativos. Málaga, España 1994.
- DIAZ ARNAL, I.: niveles de educación especial. Madrid: Escuela Española, 1989.
- DONLON E.T. y FULTON BURTON, L.: La enseñanza de os discapacitados severos y profundos: Un enfoque practico. Madrid: ed. Siglo XXI, 1998.
- FERNANDEZ MATAMOROS, I. et al.: Deficiencia motriz y necesidades educativas especiales. Vitoria: servicio central de comunicación del gobierno Vasco, 1992.
- MERCEDES RIOS, actividades físicas adaptadas. El juego y los alumnos con Discapacidad.
- MIRIAM E. CHACON RAMIREZ. Educación Física para Niños con Necesidades Educativas Especiales, Editorial Universidad Estatal a Distancia San José, Costa Rica, 2005
- Yturalde, www.yturalde.com/lúdica; camii y devries, 1982.
- GERDA HANKO. Las necesidades educativas especiales en las aulas ordinas, Edición 1993, Barcelona España
- ELIZABETH MUNSTERBERG KOPFITZ, NIÑOS CON DIFICULTADES DE APRENDIZAJE. Segunda Edición, Buenos Aires Argentina, 1976.
- SUZANNE MAJOR-MARY ANN WALSH. Actividades para niños con problemas de aprendizaje, España, Diciembre 1983.
- ANNE WARRICK, Comunicación sin habla, Comunicación aumentativa y alternativa alrededor del mundo, Ministerio de Trabajo y asuntos sociales, Centro Estatal de Autonomía personal y ayudas Técnicas, Madrid, 1998.
- MINISTERIO DE EDUCACION DIRECCION GENERAL DE EDUCACION FISICA. Macro currículo nacional de educación física.
- ALFONSO MARTINEZ RODRIGUEZ Y ANGEL VEGA GARCIA. Trastorno del espectro autismo y bienestar físico. Junta de Castilla y León 2007.
- MANUEL. G. JIMENEZ TORRES, MANUEL LOPEZ SANCHEZ. Deficiencia Auditiva, evaluación, intervención y recursos psicopedagógicos Madrid 2006.
- CARLOS SOLER GARCIA, JUAN MANUEL BELDA LOIS, RAKEL POVEDA PUENTE, JAVIER ZANCHEZ-LACUESTA, Catálogo valorado de ayudas para caminar (I). ministerio de trabajo y asuntos sociales Madrid 1998.

# DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN FÍSICA

## VISIÓN

Población escolar guatemalteca sana, activa y unida a través de la Educación Física, el Deporte y la Recreación Física, con calidad de vida, principios, valores y convicciones que fundamentan su conducta dentro de la diversidad.

## MISIÓN

Formamos a la población escolar, por medio de procesos educativos y programas de calidad y excelencia que promueven la cultura física, fortaleciendo su desarrollo integral y la convivencia pacífica.

# EDUCACIÓN FÍSICA

PARA TODA LA VIDA  
EN FAMILIA®

Ministerio de Educación  
Dirección General de Educación Física  
Guatemala, C.A.  
32 Calle 9-10, zona 11 Colonia Granai I  
PBX (502) 2422-6800



GOBIERNO DE GUATEMALA