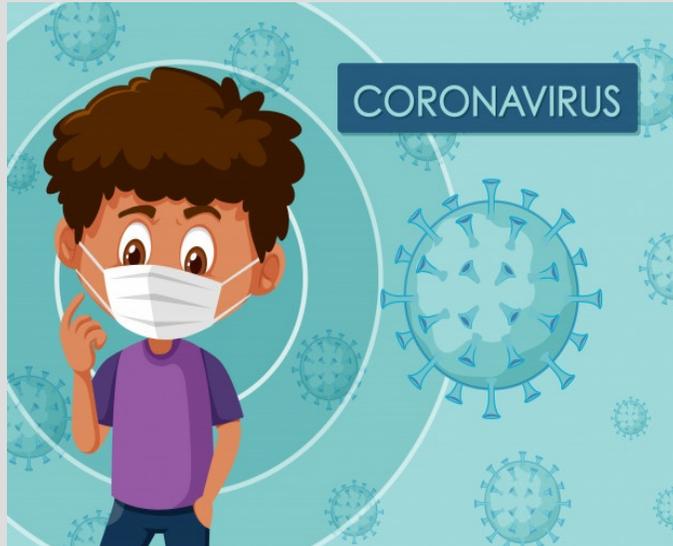


# MANUAL DE ACTIVIDADES



**NIVEL  
PRIMARIA**

**PARA TRABAJAR DESDE  
CASA**



**ELABORADO POR:**

M.E.F. GLADYS CRUZ CRUZ

L.E.F. ANA ROSA GRACIDA NAVARRETE

L.E.F. BETSABÉ TAPIA RUÍZ

**ATP'S DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**DISEÑO**

M.E.F. GLADYS CRUZ CRUZ

**Vo. Bo.**

DR. MANUEL AGUILAR GARCÍA

SUPERVISOR DE EDUCACIÓN FÍSICA

## Estimado padre o madre de familia.

El presente manual surge a partir de la necesidad de implementar actividades en casa, ante la contingencia que está atravesando nuestro País por causa del COVID-19, cuyo propósito es trabajar en conjunto y convivir a través de actividades lúdicas para reafirmar los conocimientos adquiridos durante el presente ciclo escolar.

Es por eso que en el Estado de Oaxaca, nos hemos dado a la tarea de proporcionarte sugerencias y estrategias para mantener la calma y evitar el estrés estando en casa, como una medida preventiva necesaria.

El manual considera:

- a) La realización y ejecución de juegos organizados y juegos de mesa.
- b) La implementación de información de cómo mantener la salud.

Para su realización se tomaron en cuenta dos aspectos importantes: los planes y programas de la SEP, y las sugerencias de maestros que están frente a grupo.

# CÓMO ESTÁ ORGANIZADO

El manual está organizado para trabajar en el Nivel de Primaria, por ciclos (primer ciclo: 1º y 2º grados; segundo ciclo: 3º y 4º grados; tercer ciclo 5º y 6º grados), contempla actividades para dos semanas de trabajo (10 días) y además contiene una tabla en donde se especifican las semanas, los días y las actividades a desarrollar.

Te proponemos que por día desarrolles una actividad, la cual podrás adaptar de acuerdo a tus posibilidades. Recuerda poner en práctica también las variantes.

Es importante que acompañes a tu hijo en los momentos en que realice los juegos o actividades propuestos, ya que eres la persona que guiará su trabajo.

**MANOS A LA OBRA...**

# CONTENIDO PARA PRIMER CICLO (1º y 2º GRADOS)

SEMANA 1	JUEGO/ACTIVIDAD	CAMPO DE FORMACIÓN ACADÉMICA Y ÁREA DE DESARROLLO
LUNES	ACT. 1. ¿POR QUÉ ESTAMOS EN CASA?	ATENCIÓN DEL CUERPO Y LA SALUD
MARTES	ACT. 2. SALTANDO EL CAMINO	EDUCACIÓN FÍSICA LENGUAJE Y COMUNICACIÓN PENSAMIENTO MATEMÁTICO
MIÉRCOLES	ACT. 3. MIÉRCOLES DE PELÍCULA "WONDER"	CONVIVENCIA Y CIUDADANÍA
JUEVES	ACT. 4. SOPA DE LETRAS	EDUCACIÓN FÍSICA LENGUAJE Y COMUNICACIÓN PENSAMIENTO MATEMÁTICO
VIERNES	ACT. 5. MEMORAMA	EDUCACIÓN FÍSICA LENGUAJE Y COMUNICACIÓN PENSAMIENTO

SEMANA 2	JUEGO/ACTIVIDAD	CAMPO DE FORMACIÓN ACADÉMICA Y ÁREA DE DESARROLLO
LUNES	ACT. 6. VAMOS AVANZANDO	ATENCIÓN AL CUERPO Y LA SALUD
MARTES	ACT. 7. ¿QUÉ SERÁ?	EDUCACIÓN FÍSICA LENGUAJE Y COMUNICACIÓN PENSAMIENTO MATEMÁTICO
MIÉRCOLES	ACT. 8. MIÉRCOLES DE PELÍCULA "DEL REVÉS"	CONVIVENCIA Y CIUDADANÍA
JUEVES	ACT. 9. LANZANDO PELOTAS	EDUCACIÓN FÍSICA LENGUAJE Y COMUNICACIÓN PENSAMIENTO MATEMÁTICO
VIERNES	ACT. 10. CUBO MÁGICO	EDUCACIÓN FÍSICA LENGUAJE Y COMUNICACIÓN PENSAMIENTO MATEMÁTICO

# CONTENIDO PARA SEGUNDO CICLO (3º y 4º GRADOS)

SEMANA 1	JUEGO/ACTIVIDAD	CAMPO DE FORMACIÓN ACADÉMICA Y ÁREA DE DESARROLLO
LUNES	ACT. 1. ¿POR QUÉ ESTAMOS EN CASA?	ATENCIÓN DEL CUERPO Y LA SALUD
MARTES	ACT. 2. EL JUEGO DE LA CAJA	EDUCACIÓN FÍSICA LENGUAJE Y COMUNICACIÓN PENSAMIENTO MATEMÁTICO
MIÉRCOLES	ACT. 3. MIÉRCOLES DE PELÍCULA "WONDER"	CONVIVENCIA Y CIUDADANÍA
JUEVES	ACT. 4. ENCUENTRA EL TESORO	EDUCACIÓN FÍSICA PENSAMIENTO CRÍTICO Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS EXPLORACIÓN Y COMPRENSIÓN DEL MUNDO NATURAL.
VIERNES	ACT. 5. PASES LOCOS	EDUCACIÓN FÍSICA LENGUAJE Y COMUNICACIÓN PENSAMIENTO MATEMÁTICO

SEMANA 2	JUEGO/ACTIVIDAD	CAMPO DE FORMACIÓN ACADÉMICA Y ÁREA DE DESARROLLO
LUNES	ACT. 6. VAMOS AVANZANDO	ATENCIÓN AL CUERPO Y LA SALUD
MARTES	ACT. 7. MATATENA	EDUCACIÓN FÍSICA LENGUAJE Y COMUNICACIÓN PENSAMIENTO MATEMÁTICO
MIÉRCOLES	ACT. 8. MIÉRCOLES DE PELÍCULA "DEL REVÉS"	CONVIVENCIA Y CIUDADANÍA
JUEVES	ACT. 9. JUEGO DE PIES Y MANOS	EDUCACIÓN FÍSICA LENGUAJE Y COMUNICACIÓN PENSAMIENTO MATEMÁTICO
VIERNES	ACT. 10. EL TELÉGRAFO DESCOMPUESTO	EDUCACIÓN FÍSICA LENGUAJE Y COMUNICACIÓN COLABORACIÓN Y TRABAJO EN EQUIPO

# CONTENIDO PARA TERCER CICLO (5º y 6º GRADOS)

SEMANA 1	JUEGO/ACTIVIDAD	CAMPO DE FORMACIÓN ACADÉMICA Y ÁREA DE DESARROLLO
LUNES	ACT. 1 ¿POR QUÉ ESTAMOS EN CASA?	ATENCIÓN DEL CUERPO Y LA SALUD
MARTES	ACT. 2. EL MALABARISTA	EDUCACIÓN FÍSICA PENSAMIENTO CRÍTICO Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS APRECIACIÓN Y EXPRESIÓN ARTÍSTICAS
MIÉRCOLES	ACT. 3. MIÉRCOLES DE PELÍCULA "WONDER"	CONVIVENCIA Y CIUDADANÍA
JUEVES	ACT. 4. CARAS Y GESTOS	EDUCACIÓN FÍSICA LENGUAJE Y COMUNICACIÓN PENSAMIENTO CRÍTICO Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS
VIERNES	ACT. 5. AJEDREZ	EDUCACIÓN FÍSICA PENSAMIENTO MATEMÁTICO PENSAMIENTO CRÍTICO Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

SEMANA 2	JUEGO/ACTIVIDAD	CAMPO DE FORMACIÓN ACADÉMICA Y ÁREA DE DESARROLLO
LUNES	ACT. 6. VAMOS AVANZANDO	ATENCIÓN AL CUERPO Y LA SALUD
MARTES	ACT. 7. EL CIRCO	EDUCACIÓN FÍSICA LENGUAJE Y COMUNICACIÓN APRECIACIÓN Y EXPRESIÓN ARTÍSTICAS
MIÉRCOLES	ACT. 8. MIÉRCOLES DE PELÍCULA "DEL REVÉS"	CONVIVENCIA Y CIUDADANÍA
JUEVES	ACT. 9. FUTBOL CON CORCHOLATAS O BOTONES	EDUCACIÓN FÍSICA PENSAMIENTO MATEMÁTICO PENSAMIENTO CRÍTICO Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS
VIERNES	ACT. 10. SERPIENTES Y ESCALERAS DE LA SALUD	ATENCIÓN AL CUERPO Y LA SALUD PENSAMIENTO MATEMÁTICO



PRIMER CICLO  
1º Y 2º  
GRADOS

# ACTIVIDADES

## 1.- ¿POR QUÉ ESTAMOS EN CASA?

**CÓMO REALIZAR ESTA ACTIVIDAD:** Buscar toda la información relacionada respecto al COVID-19. ¿Cuáles son los síntomas? ¿Cómo se transmite? Medidas de prevención.

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:** En tres cartulinas vaciar la información encontrada.

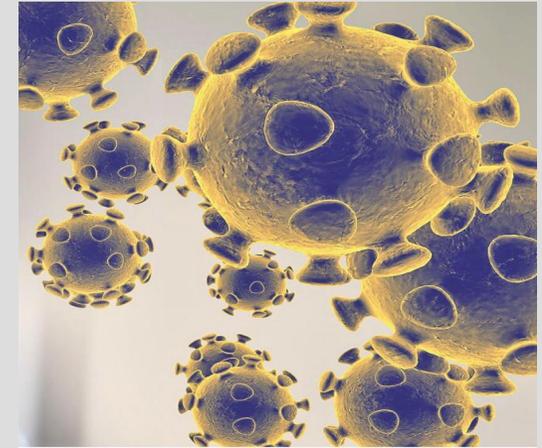
1ª CARTULINA: ¿Cuáles son los síntomas?

2ª CARTULINA: ¿Cómo se transmite?

3ª CARTULINA: Medidas de prevención.

Además se puede jugar con los niños a “El coronavirus”. Se le dibujará en el dorso de la mano una figura la cuál será el virus, el propósito es que al final del día se termine borrando el dibujo, lavándose las manos frecuentemente con agua y jabón. Gana dos puntos x día. Deberá acumular 20 puntos.

**EDAD SUGERIDA:** Desde los 6 años.



Contesta en tu cuaderno

1.-¿Qué es el COVID-19?

2.-¿Cuáles son los síntomas? y ¿Cómo se transmite?

3.- ¿Cuál es la principal medida de prevención?

## 2.- SALTANDO EL CAMINO

**CÓMO CONSTRUIR EL JUEGO EN CASA:** Se dibujan 10 pares de huellas de los pies, y se pegan en el piso en diferentes posiciones, de tal forma que se haga un camino.

**DESARROLLO DEL JUEGO:** Cada jugador tendrá que desplazarse saltando con pies juntos de acuerdo a la dirección en que se encuentran las huellas en el camino. Gana el jugador que llega al otro lado sin equivocarse.

**TIEMPO:** Sin límite.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** No existe límite de participantes.

**VARIANTES:** Transportar objetos, incluir huellas de manos.

**EDAD SUGERIDA:** Desde 6 años.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- Dibuja el camino por el cual saltaste.
- 2.- Escribe cómo te sentiste al terminar el reto.
- 3.- ¿Cuántos saltos necesitaste para llegar al otro lado?



**ÉNFASIS:** DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD

# 3.- PROYECCIÓN DE LA PELÍCULA WONDER

**CÓMO CONSEGUIR LA PELÍCULA:** Deberá entrar a internet y buscarla en el portal de YouTube en la siguiente dirección <https://youtu.be/U8rnSknwTAc> , se puede descargar o ver directamente desde un dispositivo móvil.

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:** Ver la película en familia, prestar atención a los valores que se muestran en el contenido.

**TIEMPO:** 1 hora con 40 minutos.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** Toda la familia

**EDAD SUGERIDA:** Desde 6 años.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- Los valores que pudiste identificar.
- 2.- Escribe qué quisieras cambiar de la historia
- 3.- ¿Qué sentimientos experimentaste?



# 4.- SOPA DE LETRAS

**CÓMO CONSTRUIR EL JUEGO EN CASA:** En una hoja de cuaderno, blanca o de color se elabora una cuadrícula de 10 x 15 centímetros, se trazan líneas verticales y horizontales cada centímetro. Dentro de este juego colocar palabras de las partes del cuerpo humano (cabeza, brazo, tronco, cuello, espalda, abdomen, pierna, etc.), y en los cuadros vacíos poner letras al azar.

**DESARROLLO DEL JUEGO:** Cada jugador tendrá la misma sopa de letras, y deberá encontrar todas las palabras que contenga el juego y encerrarlas. Gana el jugador que termine primero.

**TIEMPO:** Sin límite.

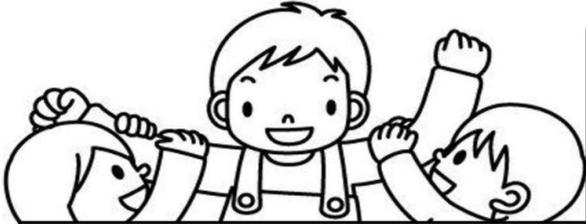
**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** No existe límite de participantes.

**VARIANTES:** La temática puede cambiar; salud, deportes, canciones, etc.

**EDAD SUGERIDA:** Desde 6 años.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- ¿Qué partes de tu cuerpo pudiste identificar en el juego?  
Anótalas.
- 2.- ¿Cuántas palabras encontraste? ¿Cuántas te hicieron falta?
- 3.- ¿Cuántas letras tiene cada palabra?



**Sopa de letras:**

Boca
Brazo
Cabello
Cabeza
Dedos
Extremidades
Manos
Nariz
Ojos
Orejas
Piernas
Pies
Tronco

**Cuerpo humano**

C	Y	C	P	I	E	R	N	A	S	Q	U	E	U	U
R	V	B	M	Q	K	J	G	R	S	O	L	N	X	R
I	L	J	W	L	V	U	D	R	O	J	O	S	X	J
A	I	D	S	O	C	A	B	E	L	L	O	U	B	V
Y	T	E	K	E	C	X	A	R	A	W	Y	B	O	K
D	F	D	U	C	D	N	I	B	Q	Z	B	R	C	P
K	U	O	N	Q	R	A	O	S	K	A	P	A	A	K
O	O	S	F	Z	G	P	D	R	A	V	A	Z	C	Q
W	B	Q	I	N	S	J	Q	I	T	J	C	O	Q	I
W	G	R	M	O	Z	W	H	H	M	V	E	S	Q	M
I	A	M	N	P	C	O	B	S	C	E	G	R	G	J
N	L	A	I	G	L	L	D	J	P	A	R	R	O	L
Z	M	E	W	C	A	B	E	Z	A	J	R	T	C	E
E	S	N	D	O	P	L	R	R	P	D	H	A	X	P
U	P	G	B	J	U	C	M	I	T	D	E	J	E	E

**ÉNFASIS:** INTEGRACIÓN DE LA CORPOREIDAD

## 5.- MEMORAMA

**CÓMO CONSTRUIR EL JUEGO EN CASA:** Se elaboran tarjetas por pares (con fotografías, dibujos, números, etc.). Se pueden fabricar de acuerdo al gusto del niño, de tal forma que le resulte interesante.

**DESARROLLO DEL JUEGO:** El juego consiste en tener las tarjetas boca abajo, revolverlas y por turnos; levantar una y fijarse en la tarjeta, después levantar otra y si corresponde a su par, se queda con ellas y continúa jugando. De no ser el par deberá colocarlas en el lugar donde las levantó. Gana quien obtenga más pares.

**TIEMPO:** Sin límite.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** Dos participantes

**VARIANTES:** De dos hasta seis participantes.

**EDAD SUGERIDA:** Desde 6 años.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- Escribe el nombre de las figuras que utilizaste.
- 2.- ¿Cuántos pares lograste encontrar?
- 3.- ¿Te fue difícil memorizar donde se encontraban los pares?  
¿Por qué?



**ÉNFASIS:** CREATIVIDAD EN LA ACCIÓN MOTRIZ

# 6.- VAMOS AVANZANDO

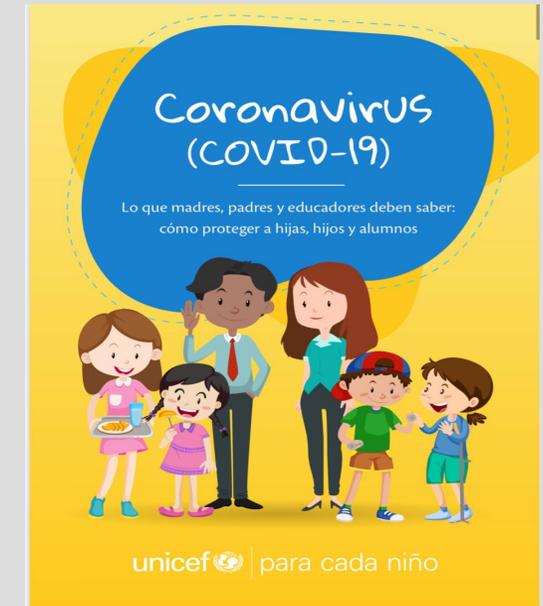
## CÓMO REALIZAR LA ACTIVIDAD:

Analizar en familia las notas e información que exista hasta este momento sobre el COVID-19. Se puede retomar información acerca de la actividad uno además de poderle anexar más información.

Se le pide que en familia analicen la Guía para padres sobre el COVID-19, de la UNICEF.

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:** A partir del análisis que se realice de la lectura, es importante que se plasme en cartulinas la información que aún no tenemos.

Se contabiliza hasta este momento cuántos puntos lleva cada integrante de la familia con el juego del “coronavirus”.



**EDAD SUGERIDA:** Desde los 6 años en adelante.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- Una tabla en donde pongas a los integrantes de tu familia. Vayan apuntando sus puntos por cada día que pasa.
- 2.- Escriban ¿Por qué es importante continuar en casa?

# 7.- ¿QUÉ SERÁ?

## CÓMO CONSTRUIR EL JUEGO EN CASA:

En una bolsa de color oscuro colocaremos 10 objetos que tengamos en casa (peluche, juguetes pequeños, moneda, cuchara, calcetín, etc.) Todos los que quieras que no sean punzantes o peligrosos.

**DESARROLLO DEL JUEGO:** Los participantes permanecerán con los ojos vendados y el que lleva el juego pasará la bolsa a cada participante, el cual sacará un objeto que podrá manipular; al terminar la ronda se recogen todos los objetos en la bolsa y vuelven a iniciar, así hasta pasar 10 veces. Al terminar las rondas se le dará a cada participante una hoja de papel donde anotará los objetos que recuerde. Ganará el que acierte más.

**TIEMPO:** aproximado 20 minutos.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** de 5 a 10.

**VARIANTES:** Se pueden crear adivinanzas de cada objeto para que lo recuerden y lo puedan anotar en la lista. Se puede crear otro juego con pruebas de alimentos.

**EDAD SUGERIDA:** De 6 años en adelante.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- Describe cómo te sentiste al realizar este juego.
- 2.- ¿Cuántos objetos lograste reconocer?
- 3.- Explica cómo pudiste reconocer los objetos.



**ÉNFASIS:** DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD

## 8.- PROYECCIÓN DE LA PELÍCULA “DEL REVÉS”

**CÓMO CONSEGUIR LA PELÍCULA:** Deberá entrar a internet y buscarla en GOOGLE y descargarla en la siguiente dirección <https://drive.google.com/file/d/1xhHVzy5hzBTnJ14g8q21rbcjdOOY-uKL/view?usp=drivesdk> se puede descargar o ver directamente desde un dispositivo móvil.

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:** Ver la película en familia, prestar atención a los valores que se muestran en el contenido.

**TIEMPO:** 1 hora con 34 minutos.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** Toda la familia

**EDAD SUGERIDA:** Desde 6 años en adelante.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- Escribe los valores que pudiste identificar.
- 2.- Escribe qué quisieras cambiar de la historia
- 3.- ¿Qué sentimientos experimentaste?



# 9.- LANZANDO PELOTAS.

## CÓMO CONSTRUIR EL JUEGO EN CASA:

Se utilizarán cestos o cajas de cartón y pelotas de vinil pequeñas. Colocarlas a dos o tres metros de distancia aproximadamente.

**DESARROLLO DEL JUEGO:** Se divide a la familia en equipos, y pasarán a participar. De pie lanzarán la pelota para encestarla (mano derecha, mano izquierda, pie derecho, pie izquierdo, etc.), y así sucesivamente. Ganará el equipo que más puntos meta.

**TIEMPO:** Indefinido.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** No existe límite de participantes.

**VARIANTES:** La distancia, el tipo de material, etc.

**EDAD SUGERIDA:** De 6 años en adelante.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- Realiza un dibujo y describe la actividad que realizaste hoy.
- 2.- ¿Cuántos encestes realizaste con mano derecha-izquierda, pie derecho-izquierdo?
- 3.- ¿Qué lado de tu cuerpo es el que más dominas? ¿Por qué?



**ÉNFASIS:** INTEGRACIÓN DE LA CORPOREIDAD.

# 10.- CUBO MÁGICO

## CÓMO CONSTRUIR EL JUEGO EN CASA:

Se realiza como base un cuadrado, en el cual se trazan dos líneas paralelas y dos líneas horizontales de tal forma que se tengan 9 cuadrados dentro del mismo, además se deberán realizar almohadillas de colores; y modelos de colores diferentes.

**DESARROLLO DEL JUEGO:** El jugador sólo debe mover una pieza a la vez, buscando realizar la secuencia de colores según el modelo que se le presente.

**TIEMPO:** Cada jugador tendrá como máximo tres minutos para realizar el modelo.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** No existe límite de participantes.

**VARIANTES:** El tiempo puede ir disminuyendose, o en lugar de un modelo a realizar se le pueden ir incrementando.

**EDAD SUGERIDA:** De 6 años en adelante.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- Realiza un dibujo y describe la actividad que realizaste hoy.
- 2.- ¿Se te hizo fácil el juego? ¿Por qué?
- 3.- ¿Cuánto tiempo fue tu record para la realización de este juego?



Modelo

Almohadillas

Cuadro base

**ÉNFASIS:** CREATIVIDAD EN LA ACCIÓN MOTRIZ



SEGUNDO  
CICLO  
(3° Y 4° GRADOS)

# ACTIVIDADES

## 1.- ¿POR QUÉ ESTAMOS EN CASA?

**CÓMO REALIZAR ESTA ACTIVIDAD:** Buscar toda la información relacionada respecto al COVID-19. ¿Cuáles son los síntomas? ¿Cómo se transmite? Medidas de prevención.

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:** En tres cartulinas vaciar la información encontrada.

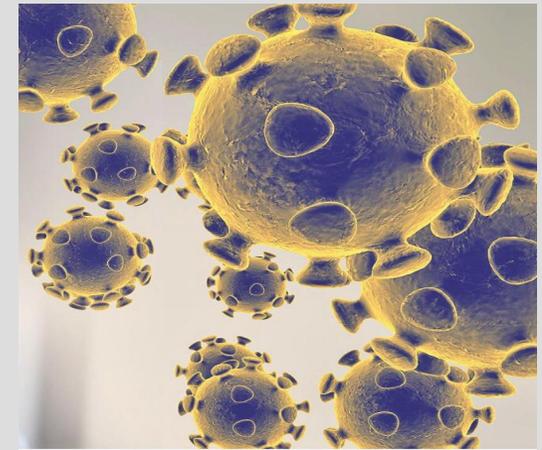
1ª CARTULINA: ¿Cuáles son los síntomas?

2ª CARTULINA: ¿Cómo se transmite?

3ª CARTULINA: Medidas de prevención.

Además se puede jugar con los niños a “El coronavirus”. Se le dibujará en el dorso de la mano una figura la cuál será el virus, el propósito es que al final del día se termine borrando el dibujo lavándose las manos frecuentemente con agua y jabón. Gana 1 punto x día. Deberá acumular 20 puntos.

**EDAD SUGERIDA:** Desde los 6 años.



Contesta en tu cuaderno

1.-¿Qué es el COVID-19?

2.-¿Cuáles son los síntomas? y ¿Cómo se transmite?

3.- ¿Cuál es la principal medida de prevención?

## 2.- EL JUEGO DE LA CAJA.

**CÓMO CONSTRUIR EL JUEGO EN CASA:** Se necesitará de una caja envuelta con cinta canela y con un regalo adentro, un par de guantes y un par de dados.

**DESARROLLO DEL JUEGO:** Todos los integrantes de la familia se colocan alrededor de la mesa del comedor, enumerándose con 1 y 2, para integrar dos equipos. El jugador que inicia el juego tendrá que ponerse los guantes y tratará de desenvolver la caja para ganarse el regalo, el jugador que se encuentra al lado derecho del que inicia el juego, lanzará los dos dados al mismo tiempo, tienen que caer el mismo número para que tenga la oportunidad de quitarle los guantes al jugador y poder abrir la caja, y así consecutivamente. Gana el equipo del jugador que logre sacar el regalo, al otro equipo se le pone un reto.

**TIEMPO:** No hay tiempo límite.

**VARIANTES:** Se pueden poner varias cajas, algunas con regalos sorpresa o retos.

**EDAD SUGERIDA:** De 8 años en adelante.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- Un dibujo y describe la actividad que realizaste hoy.
- 2.- ¿Se te hizo fácil el juego? ¿Por qué?
- 3.- ¿Qué capacidades crees que utilizaste más? ¿Por qué?



**ÉNFASIS:** DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD

### 3.- PROYECCIÓN DE LA PELÍCULA WONDER

**CÓMO CONSEGUIR LA PELÍCULA:** Deberá entrar a internet y buscarla en el portal de YouTube en la siguiente dirección <https://youtu.be/U8rnSknwTAc> , se puede descargar o ver directamente desde un dispositivo móvil.

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:** Ver la película en familia, prestar atención a los valores que se muestran en el contenido.

**TIEMPO:** 1 hora con 40 minutos.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** Toda la familia

**EDAD SUGERIDA:** Desde 6 años.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- Escribe los valores que pudiste identificar.
- 2.- Escribe qué quisieras cambiar de la historia
- 3.- ¿Qué sentimientos experimentaste?



## 4.- ENCUENTRA EL TESORO.

**CÓMO CONSTRUIR EL JUEGO EN CASA:** El tesoro puede ser algo tan sencillo como una golosina o algún juguete pequeño. Necesitarás un plano sencillo de la casa o habitación donde quieran hallar el tesoro. Y hojas para escribir las pistas.

**DESARROLLO DEL JUEGO:** Se esconderán las pistas sin que los participantes estén presentes, se pueden contar los pasos (derecha – izquierda- arriba – abajo) para llegar a cada pista o anotar adivinanzas de acuerdo al lugar donde se encuentre la pista siguiente.

**TIEMPO:** El juego terminará hasta que se encuentre el tesoro, dependerá del número de pistas y lo amplio del lugar donde se esconda.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** Todos los que deseen participar.

**VARIANTES:** Los niños ahora crearán un mapa para que los padres encuentren un tesoro.

**EDAD SUGERIDA:** De 8 años en adelante.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- ¿Te fue fácil descubrir las pistas, para encontrar el tesoro? ¿Por qué?
- 2.- ¿Qué estrategias utilizaste para encontrar el tesoro?
- 3.- ¿Qué capacidades crees que utilizaste más? ¿Por qué?



**ÉNFASIS:** INTEGRACIÓN DE LA CORPOREIDAD.

## 5.- PASES LOCOS.

**CÓMO CONSTRUIR EL JUEGO EN CASA:** Necesitaremos pelotas recicladas (las cuales se pueden realizar con papel de reuso y cinta canela).

**DESARROLLO DEL JUEGO:** En círculo, sentados o parados, empezaremos con una pelota, la cual iremos pasando de mano en mano hacia la derecha. Podemos utilizar música y cuando esta se apague el jugador que se quede con la pelota se le pide que realice un reto.

**TIEMPO:** Indefinido.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** Todos los que deseen participar.

**VARIANTES:** Se pueden ir incrementando más pelotas, se puede cambiar de dirección, se pueden agregar más acciones.

**EDAD SUGERIDA:** Desde 6 años en adelante.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- ¿Qué estrategias utilizaste para no quedarte con la pelota?
- 2.- ¿Qué capacidades crees que utilizaste más? ¿Por qué?



**ÉNFASIS:** CREATIVIDAD EN LA ACCIÓN MOTRIZ.

# 6.- VAMOS AVANZANDO

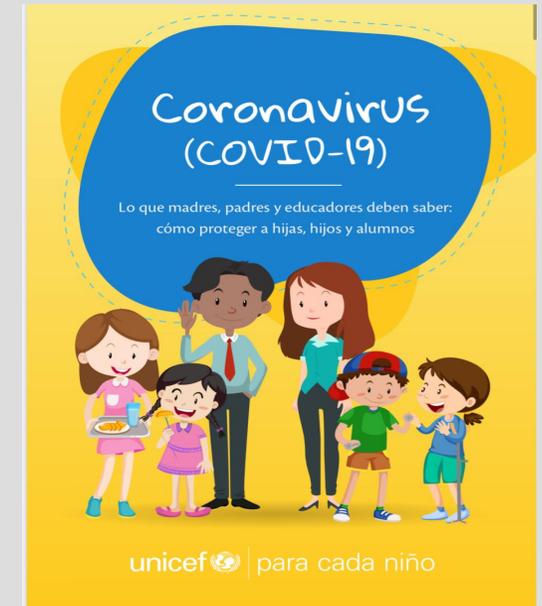
## CÓMO REALIZAR LA ACTIVIDAD:

Analizar en familia las notas e información que exista hasta este momento sobre el COVID-19. Se puede retomar información acerca de la actividad uno además de poderle anexar más información.

Se le pide que en familia analicen la Guía para padres sobre el COVID-19, de la UNICEF.

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:** A partir del análisis que se realice de la lectura, es importante que se plasme en cartulinas la información que aún no tenemos.

Se contabiliza hasta este momento cuántos puntos lleva cada integrante de la familia con el juego del “coronavirus”.



**EDAD SUGERIDA:** Desde los 6 años en adelante.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- Una tabla en donde pongas a los integrantes de tu familia. Vayan apuntando sus puntos por cada día que pasa.
- 2.- Escriban ¿Por qué es importante continuar en casa?

## 7.- MATATENA.

**CÓMO CONSTRUIR EL JUEGO EN CASA:** Con diez piedras pequeñas (matatenas) y una pelota saltarina. En una superficie plana, en la sala o comedor, todos sentados en círculo.

**DESARROLLO DEL JUEGO:** Se distribuyen las matatenas en el piso, por turno cada jugador bota la pelota tratando de recogerlas una por una y también la pelota, antes de que vuelva a botar en el piso. Pierde su turno una vez que cometa una falta (que bote más una vez la pelota, recoger más una matatena, dejar caer la matatena, mover una matatena de más), y tendrá que regresar las matatenas. El jugador siguiente hará lo mismo. El que levante más matatenas en la ronda será el ganador.

**TIEMPO:** Indefinido .

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** Todos los que deseen participar.

**VARIANTES:** Se pueden ir levantando de dos en dos, hasta que pueda uno recoger todas las matatenas a la vez. Utilizar el abecedario o tablas de multiplicar la del dos, tres y cuatro. Agregar más piedras.

**EDAD SUGERIDA:** Desde 8 años en adelante.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- ¿Qué estrategias utilizaste para quedarte con más matatenas?
- 2.- ¿Qué capacidades crees que utilizaste más? ¿Por qué?
- 3.- ¿Hasta qué tabla de multiplicar pudiste llegar?



**ÉNFASIS:** DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD

## 8.- PROYECCIÓN DE LA PELÍCULA “DEL REVÉS”

**CÓMO CONSEGUIR LA PELÍCULA:** Deberá entrar a internet y buscarla en GOOGLE y descargarla en la siguiente dirección <https://drive.google.com/file/d/1xhHVzy5hzBTnJ14g8q21rbcjdOOY-uKL/view?usp=drivesdk> se puede descargar o ver directamente desde un dispositivo móvil.

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:** Ver la película en familia, prestar atención a los valores que se muestran en el contenido.

**TIEMPO:** 1 hora con 34 minutos.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** Toda la familia

**EDAD SUGERIDA:** Desde 6 años en adelante.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- Los valores que pudiste identificar.
- 2.- Escribe qué quisieras cambiar de la historia
- 3.- ¿Qué sentimientos experimentaste?



# 9.- JUEGO DE PIES Y MANOS.

**CÓMO CONSTRUIR EL JUEGO EN CASA:** Se deberán realizar 24 siluetas de manos y pies, 4 de la mano derecha, 4 de la mano izquierda, 4 del pie derecho y 4 del pie izquierdo. Las cuales se deberán colocar con cinta adhesiva formando 3 hileras en el piso y realizando diferentes combinaciones. Colocar las 2 manos y 1 pie, o biceversa 2 pies y una mano.

**DESARROLLO DEL JUEGO:** El juego inicia cuando el primer jugador trata de seguir el orden que se le ponga en el piso, pierde si se equivoca al colocar un pie o mano diferente al de la figura que esté colocada.

**TIEMPO:** Se les puede asignar un tiempo determinado al juego.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** No existe límite de participantes.

**VARIANTES:** Se pueden colocar las siluetas de acuerdo a la edad de los participantes.

**EDAD SUGERIDA:** De 8 años en adelante.

Anota en tu cuaderno

- 1.- ¿Qué capacidades físicas o coordinativas utilizaste para este juego?
- 2.- ¿Cuáles requieres mejorar para tu desempeño?



**ÉNFASIS:** INTEGRACIÓN DE LA CORPOREIDAD.

# 10.- EL TELÉGRAFO DESCOMPUESO.

**CÓMO CONSTRUIR EL JUEGO EN CASA:** Se elaboran diez tarjetas con figuras (flores, figuras geométricas o números), hojas blancas, marcadores.

**DESARROLLO DEL JUEGO:** Integrados en dos equipos de dos hasta cuatro integrantes. Formados en fila uno delante de otro, al último de cada equipo se le mostrará una tarjeta, este a su vez tendrá que marcar la figura en la espalda al compañero de enfrente utilizando un solo dedo, y así sucesivamente hasta llegar al primero de la fila, quien dibujara la figura que logró sentir dibujada en su espalda. Gana el equipo que adivine más figuras.

**TIEMPO:** Indefinido .

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** No existe límite de participantes.

**VARIANTES:** Dibujar más de una figura. Figuras más complejas.

**EDAD SUGERIDA:** De 8 años en adelante.

Anota en tu cuaderno

- 1.- ¿Cómo te sentiste al lograr transmitir el mensaje?
- 2.- ¿Qué puedes hacer para mejorar?



**ÉNFASIS:** CREATIVIDAD EN LA ACCIÓN MOTRIZ.



TERCER CICLO  
(5° y 6° GRADOS)

# ACTIVIDADES

## 1.- ¿POR QUÉ ESTAMOS EN CASA?

**CÓMO REALIZAR ESTA ACTIVIDAD:** Buscar toda la información relacionada respecto al COVID-19. ¿Cuáles son los síntomas? ¿Cómo se transmite? Medidas de prevención.

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:** En tres cartulinas vaciar la información encontrada.

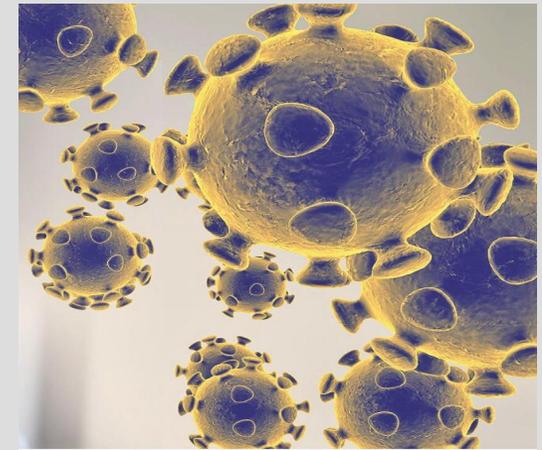
1ª CARTULINA: ¿Cuáles son los síntomas?

2ª CARTULINA: ¿Cómo se transmite?

3ª CARTULINA: Medidas de prevención.

Además se puede jugar con los niños a “El coronavirus”. Se le dibujará en el dorso de la mano una figura la cuál será el virus, el propósito es que al final del día se termine borrando el dibujo, lavándose las manos frecuentemente con agua y jabón. Gana 2 puntos por día. Deberá acumular 20 puntos.

**EDAD SUGERIDA:** Desde los 6 años.



Contesta en tu cuaderno

1.-¿Qué es el COVID-19?

2.-¿Cuáles son los síntomas? y ¿Cómo se transmite?

3.- ¿Cuál es la principal medida de prevención?

## 2.- EL MALABARISTA

**CÓMO CONSTRUIR EL JUEGO EN CASA:** Se necesitan dos pelotas de espuma o dos limones, además de contar con un espacio libre de objetos.

**DESARROLLO DEL JUEGO:** El jugador deberá tener una pelota en cada mano, el juego inicia cuando comienza a pasar una pelota de una mano a otra, lanzándola a la altura de los ojos mientras la otra es cambiada de mano. Gana el jugador que dure más tiempo.

**TIEMPO:** Indefinido.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** No existe límite de participantes.

**VARIANTES:** Utilizando una sola mano. Incrementando objetos. Con desplazamientos.

**EDAD SUGERIDA:** De 9 años en adelante.

Contesta en tu cuaderno

- 1.- ¿Te resultó fácil ó difícil realizar los malabares? ¿Por qué?
- 2.- ¿Qué habilidades necesitas desarrollar más?
- 3.- ¿Qué acciones debes de realizar para mejorar tu desempeño?



**ÉNFASIS:** DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD.

### 3.- PROYECCIÓN DE LA PELÍCULA WONDER

**CÓMO CONSEGUIR LA PELÍCULA:** Deberá entrar a internet y buscarla en el portal de YouTube en la siguiente dirección <https://youtu.be/U8rnSknwTAc> , se puede descargar o ver directamente desde un dispositivo móvil.

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:** Ver la película en familia, prestar atención a los valores que se muestran en el contenido.

**TIEMPO:** 1 hora con 40 minutos.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** Toda la familia

**EDAD SUGERIDA:** Desde 6 años.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- Los valores que pudiste identificar.
- 2.- Escribe qué quisieras cambiar de la historia
- 3.- ¿Qué sentimientos experimentaste?



# 4.- CARAS Y GESTOS

## CÓMO CONSTRUIR EL JUEGO EN CASA:

Se elaboran fichas con el nombre de cada uno de los integrantes de la familia (si son pocos integrantes, se pueden realizar de diferentes personajes, caricaturas, películas, series, etc), tiene que ser un mínimo de 20 fichas, las cuales estarán colocadas en una caja.

**DESARROLLO DEL JUEGO:** Se integran dos equipos, uno de los integrantes sacará de la caja una ficha por turno, y verá el nombre que le tocó, para que su equipo adivine. El equipo tendrá tres minutos para adivinar, el jugador solo podrá hacer mímica utilizando caras y gestos, no podrá hablar. Ganará el punto el equipo si adivina, si no el equipo contrario podrá adivinar, y así sucesivamente.

**TIEMPO:** 3 minutos por cada participante.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** No existe límite de participantes.

**VARIANTES:** Se pueden hacer más de dos equipos y anexar más fichas.

**EDAD SUGERIDA:** De 10 años en adelante.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- ¿Se te dificultó expresarte a través de caras y gestos?
- 2.- ¿Cómo te sentiste al lograr el objetivo?
- 3.- ¿Qué estrategias utilizaste?



**ÉNFASIS:** INTEGRACIÓN DE LA CORPOREIDAD.

## 5.- AJEDREZ.

**CÓMO CONSTRUIR EL JUEGO EN CASA:** Se elabora el tablero con papel cascarón o cartón, con 64 casillas, 32 negras y 32 blancas. Se recolectan 32 tapas sobre las cuáles se puede dibujar o pegar la pieza del ajedrez para tener 16 blancas y 16 negras. Cada jugador deberá tener un rey, una reina, dos alfiles, dos caballos, dos torres, ocho peones.

**DESARROLLO DEL JUEGO:** Se coloca el tablero de tal forma que el cuadro blanco de la esquina esté a la derecha de cada jugador, el rey se coloca en su color (rey blanco cuadro blanco), al lado del rey va la reina para que ocupen el centro, a su lado los alfiles, después los caballos y en las esquinas las torres. Todos los peones van al frente. El juego inicia con la salida de una pieza blanca y toca el turno al otro jugador.

**TIEMPO:** El juego termina cuando un jugador hace jaque mate.

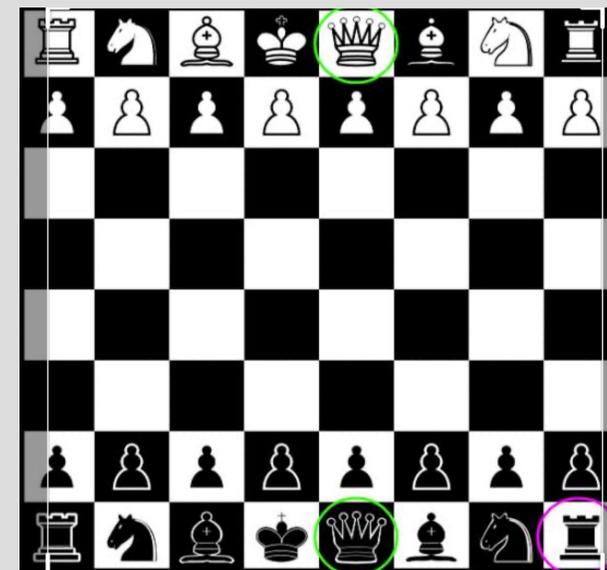
**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** dos por partida.

**OBSERVACIONES:** Es necesario que juntos investiguen las reglas que tiene este juego para un mejor desarrollo.

**EDAD SUGERIDA:** De 9 años en adelante.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- Escribe las reglas del juego y los movimientos de las piezas
- 2.- Investiga dos o tres jugadas de apertura
- 3.- ¿Qué capacidades requieres desarrollar más en este juego? ¿Por qué?



**ÉNFASIS:** CREATIVIDAD EN LA ACCIÓN MOTRIZ.

## 6.- VAMOS AVANZANDO

**CÓMO REALIZAR LA ACTIVIDAD:** Analizar en familia las notas e información que exista hasta este momento sobre el COVID-19. Se puede retomar información de la actividad uno además de poderle anexar más información. Se le pide que en familia analicen la Guía para padres sobre el COVID-19, de la UNICEF.

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:** A partir del análisis que se realice de la lectura, es importante que se plasme en cartulinas la información que aún no tenemos.

Se contabiliza hasta este momento cuántos puntos lleva cada integrante de la familia con el juego del “coronavirus”.



**EDAD SUGERIDA:** Desde los 6 años en adelante.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- Una tabla en donde pongas a los integrantes de tu familia. Vayan apuntando sus puntos por cada día que pasa.
- 2.- Escriban ¿Por qué es importante continuar en casa?

# 7.- EL CIRCO.

## CÓMO CONSTRUIR EL JUEGO EN CASA:

Cada integrante de la familia será un personaje del circo (un malabarista, un equilibrista, un domador, el presentador, un payaso, un mago, etc.). La idea es que se personifiquen de acuerdo al personaje que represente.

**DESARROLLO DEL JUEGO:** Entre todos elaborarán un guión para realizar una función de circo. Cada uno repasará su personaje por separado. Posteriormente realizarán la presentación. Tendrán que imitar al personaje que les toque.

**TIEMPO:** La función puede durar 30 minutos, mientras que la preparación de todo el show será de 2 horas aproximadamente.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** Mínimo cuatro participantes.

**VARIANTES:** Cambio de roles de juego.

**EDAD SUGERIDA:** Todas las edades.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- Te gustó el papel que te tocó
- 2.- ¿Te fué facil aprenderte tu guión?
- 3.- ¿Qué capacidades requieres desarrollar más este juego? ¿Por qué?



**ÉNFASIS:** DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD.

## 8.- PROYECCIÓN DE LA PELÍCULA “DEL REVÉS”

**CÓMO CONSEGUIR LA PELÍCULA:** Deberá entrar a internet y buscarla en GOOGLE y descargarla en la siguiente dirección <https://drive.google.com/file/d/1xhHVzy5hzBTnJ14g8q21rbcjdOOY-uKL/view?usp=drivesdk> se puede descargar o ver directamente desde un dispositivo móvil.

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:** Ver la película en familia, prestar atención a los valores que se muestran en el contenido.

**TIEMPO:** 1 hora con 34 minutos.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** Toda la familia

**EDAD SUGERIDA:** Desde 6 años en adelante.

Realiza en tu cuaderno

- 1.- Los valores que pudiste identificar.
- 2.- Escribe qué quisieras cambiar de la historia
- 3.- ¿Qué sentimientos experimentaste?



## 9.- FUTBOL CON CORCHOLATAS O BOTONES.

**CÓMO CONSTRUIR EL JUEGO EN CASA:** Se deberá realizar el campo de futbol en una lona o cartulina de 1.20 x 80 cm, trazando las 5 líneas que contemplan, bandas laterales (2), una por cada línea de meta (2) y una que divida en dos al terreno. La media cancha tendrá un punto en el centro que divide el terreno de juego, alrededor se trazará un círculo. También se deberá trazar el área de penal, el área chica y las esquinas. Utilizaremos 11 botones u 11 corcholatas además de una canica.

**DESARROLLO DEL JUEGO:** Se colocarán 11 botones o corcholatas en el campo de juego, cada una ocupando una posición en el campo. El juego inicia con un volado, jugador que gane el volado, inicia el juego en el centro de la cancha, ejecutando un tiro de manera alternada. Gana el jugador que meta más goles.

**TIEMPO:** Se les puede asignar un tiempo determinado al juego.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** No existe límite de participantes.

**VARIANTES:** El tiempo puede ir disminuyendose, o se puede jugar por gol gana.

**EDAD SUGERIDA:** De 10 años en adelante.

Realiza en tu cuaderno

1.- ¿Cuántos goles pudiste meter?

2.- ¿Qué capacidades requieres desarrollar más en este juego? ¿Por qué?



**ÉNFASIS:** CREATIVIDAD DE LA ACCIÓN MOTRIZ.

# 10.- SERPIENTES Y ESCALERAS DE LA SALUD.

**CÓMO CONSTRUIR EL JUEGO EN CASA:** Se debe realizar un tablero de uno a cien casillas numeradas consecutivamente, dentro del mismo podemos construir casos o acciones positivas y negativas, en este caso que es para el cuidado de la salud. Debemos poner acciones positivas (lavarse las manos frecuentemente, taparse la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo, evitar el contacto directo con una persona que tenga un resfriado, o gripe, acudir al médico, etc.) y las acciones negativas (no lavarse las manos, salir constatemente, saludar de beso, etc.). Además se requiere de un dado y fichas.

**DESARROLLO DEL JUEGO:** El objetivo del juego es llegar a la última casilla, lanzando el dado para poder mover la ficha. Las escaleras te permiten subir y las serpientes bajar, así que ojo si caes en una de esas casillas.

**TIEMPO:** No hay duración, depende del jugador que termine primero.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES:** No existe límite de participantes.

**EDAD SUGERIDA:** De 10 años en adelante.

Realiza en tu cuaderno

1.- ¿Cuántas acciones positivas aplicas en tu vida para cuidar tu salud?

Dibujalas y descríbelas.

2.- ¿Qué otras medidas propones?

100	99	98	97	96	95	94	93	92	91
81	82	83	84	85	86	87	88	89	90
80	79	78	77	76	75	74	73	72	71
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
60	59	58	57	56	55	54	53	52	51
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
40	39	38	37	36	35	34	33	32	31
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
20	19	18	17	16	15	14	13	12	11
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

**ÉNFASIS:** CREATIVIDAD DE LA ACCIÓN MOTRIZ.