

Educación física. Secundaria

EDUCACIÓN FÍSICA	APRENDIZAJES ESPERADOS	ACTIVIDADES
Segundo grado	<p>Ajusta sus desempeños motores al analizar los roles de cooperación oposición que se desarrollan en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, para afianzar el control de sí.</p>	<p>Practicar juegos en los que se adapten las características de algunos deportes para favorecer la participación.</p> <p>Inventando nuestros juegos</p> <p>De manera conjunta, revisen algunos deportes que llamen la atención de los integrantes de la familia; piensen en cómo podrían adaptar alguno y lo que necesitan hacer para practicarlo.</p> <p>Organicen el espacio y tiempo necesario para llevar algunos encuentros.</p> <p>A manera de ejemplo, pueden practicar el <i>Voli sentados</i>. Para ello, ubiquen un área libre de obstáculos y divídanla en dos partes iguales con la ayuda de una cuerda o marcando el piso con gis. Utilicen un globo. Los participantes se organizan en dos equipos, cada uno se colocan sentados en la mitad del área de juego que les corresponda. La dinámica consiste en lanzar el globo hacia el equipo contrario con la intención de que éste caiga al piso. El equipo que lo logra consigue un punto a favor. El equipo que obtenga el mayor puntaje luego de cierto tiempo, obtiene un beneficio familiar a decidir en colectivo</p>
	<p>Relaciona sus desempeños motores con el incremento de su condición física al participar en actividades recreativas, de iniciación deportiva y deporte educativo, para promover la salud.</p>	<p>Mejorando mi desempeño</p> <p>En familia dialoguen y planifiquen algunas actividades que les ayudan a mejorar su condición física; establezcan el tiempo y períodos en los que tienen previsto llevarlas a cabo y después de algunos días, compartan que ha sido lo más difícil para poder desarrollar este hábito y cuáles han sido los beneficios que han experimentado.</p>
	<p>Manifiesta su potencial al planificar y participar en actividades físicas vinculadas con la expresión corporal, la iniciación deportiva y el deporte educativo, con el propósito de conocerse mejor y cuidar su salud.</p>	<p>Organizar en familia, momentos en los que puedan practicar distintas actividades físicas de manera colectiva.</p> <p>Retando a mi familia</p> <p>Plantear una serie de tareas a realizar por todos los integrantes de la familia, como lanzamientos para atinar un aro en una caja; transportar objetos con un determinado peso de un lugar a otro;</p>

		saltar de manera conjunta la cuerda, cierto número de veces; construir un juguete tradicional, entre otros.
	Afirma su sentido de pertenencia a partir de la práctica de actividades físicas, expresivas y deportivas, con la intención de reconocerse y valorar su participación grupal.	<p>Practicar los denominados deportes alternativos, cuya característica principal es el uso de materiales novedosos.</p> <p>Innovando y jugando</p> <p>Investiguen algunos deportes alternativos que podrían practicar en familia; utilicen materiales reciclados para construir los objetos e implementos que se requieren y modifiquen algunas de sus reglas para que los puedan llevar a la práctica.</p>