



Secretaría
de Educación
Gobierno de Puebla

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN BÁSICA Y MEDIA SUPERIOR
DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

CAMPO FORMATIVO
“DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL”

EDUCACIÓN FÍSICA

SECUNDARIA
SEGUNDO GRADO



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Matemáticas
Propósito para el padre de familia:	Favorecer en su hijo (a) e análisis y el desarrollo del pensamiento y la actuación estratégica por medio de juegos modificados.		
Componente Pedagógico-didáctico: Creatividad en la acción motriz	Aprendizaje esperado: Aplica el pensamiento estratégico al analizar la lógica interna de situaciones de iniciación deportiva y deporte educativo, para resolver los problemas que se le presenten.		
“CATAPULTAS”			
INICIO. Se colocan 1 recipiente lo suficientemente grande para que entre una pelota en el (puede ser una cubeta o un bote) se necesita una pelota de esponja o de vinil.			
DESARROLLO. Se dibuja una línea a 3 m de distancia del recipiente aproximadamente, su hijo (a) deberá botar la pelota para que entre en el recipiente.			
Variantes. Se puede modificar la distancia de menor a mayor, para que incremente la dificultad para meter la pelota al recipiente. Que su hijo (a) proponga alternativas para lograrlo			
CIERRE: Que su hijo (a) conteste las siguientes preguntas: ¿Que influyó para que lograrás meter la pelota en el recipiente? ¿Cuáles fueron tus propuestas para lograr meter la pelota al recipiente?			
Evaluación:	Se evalúan las repuestas de su hijo (a) para saber cómo fue su desempeño y como utilizó su pensamiento estratégico		
Recursos	Cubeta o bote, pelota, cuaderno y lapicero.		
Fuente, cita, créditos	SEP. (2017). Aprendizajes clave para la Educación Integral, Educación Física. Ciudad de México: Comisión Nacional de Libros de texto gratuitos.// Aleix Vila Solá. (2014). Un proyecto innovador con retos físicos. 02 Abril 2020, de Hormigas cooperativas Sitio web: file:///C:/Users/USUARIO/Documents/FICHAS%20CONTINGENCIA/Dialnet-UnProyectoInnovadorConRetosFisicosCooperativosYHer-4746827.pdf Créditos: Nadia Ortiz Romero		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Matemáticas
Propósito para el padre de familia:	Observar que el alumno utilice sus habilidades y destrezas al practicar actividades recreativas.		
Componente Pedagógico-didáctico: Integración de la Corporeidad	Aprendizaje esperado: Reconoce sus límites y posibilidades al planificar actividades físicas, expresivas y deportivas, que le permitan conocerse y cuidar su salud.		
“VOLTEA EL VASO”			
INICIO Organización de la actividad: se coloca sobre una mesa una botella de vidrio, en el borde de la mesa un vaso plástico desechable			
DESARROLLO El reto consiste en que el alumno deberá voltear un vaso desde el borde de la mesa y hacer que caiga volteado en el cuello de la botella que está a una distancia de 30 centímetros. Este reto lo deberá cumplir en menos de 60 segundos. Variante: con un oponente, quien acierte primero gana. Establecer un número de aciertos. Darle un puntaje a cada acierto.			
CIERRE Comenten: ¿Qué dificultades le presentó el reto? ¿Qué variaciones implementaría para un mejor desempeño?			
Evaluación:	Compara las actitudes que se manifiestan ante situaciones de cooperación y competición.		
Recursos	Botella de vidrio, vaso de plástico desechable, reloj o cronómetro.		
Fuente, cita, créditos	Televen Tv. (2014). Un minuto para ganar. 2 de abril de 2020, de You Tube Sitio web: https://www.youtube.com/watch?v=X4Lz_ocRoll Créditos: Evelyn Villa Bueno		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Matemáticas
Propósito para el padre de familia:	Que el padre de familia oriente a sus hijos en el desarrollo del pensamiento lógico matemático a través de actividades lúdicas.		
Componente Pedagógico-didáctico: Creatividad en la acción motriz	Aprendizaje esperado: Toma decisiones a favor de la participación colectiva en situaciones de iniciación deportiva y deporte educativo, para promover ambientes de aprendizaje y actitudes asertivas.		
“TORRE DE HANOI COOPERATIVA”			
INICIO Preparación: Se prepara un juego de materiales por equipo de 5 a 8 personas: 4 cuadrados de diferentes tamaños (por ejemplo: cuadrados con lados de 4 cms, de 8 cms, de 12 cms y de 16 cms). Se recomienda utilizar dos colores: por ejemplo, los cuadrados de 4 y 12 cms en rojo, los de 8 y 16 cms en verde.			
DESARROLLO El grupo se divide en equipos de 5 a 8 personas. Cada equipo coloca tres sillas, una al lado de la otra. Se colocan los dos cuadrados más grandes (16 y 12 cms en nuestro ejemplo) en la silla a la derecha: el cuadrado más pequeño encima del cuadrado más grande. El reto consiste en mover los dos cuadrados a la silla de la izquierda con las siguientes reglas: <ul style="list-style-type: none">• Se mueve un cuadrado a la vez y siempre de una silla a otra silla. No se pueden hacer dos torres en la misma silla ni acomodar dos cuadrados uno al lado del otro en la misma silla.• El cuadrado se mueve un lugar a la vez (de la silla derecha a la silla en medio, por ejemplo y después, en otro movimiento de la silla en medio a la silla izquierda, por ejemplo) (ojo, esta regla no existe en la versión original de Torre de Hanoi y hace el juego más complicado, porque no se puede 'brincar' una silla).• Un cuadrado más grande nunca puede ponerse encima de un cuadrado más pequeño.• Si hay más de un cuadrado en la silla se tiene que tomar primero el cuadrado de arriba (o sea, el más pequeño).			
CIERRE Al finalizar cada equipo indica con cuantos movimientos (8) logra resolver el problema.			
Evaluación:	El éxito en este juego depende de la participación de cada una de las personas del grupo. Insistir en la necesidad de una comunicación efectiva durante el proceso de aprendizaje.		
Recursos	Papel, lapiceros, sillas.		
Fuente, cita, créditos	Fuente: Variación cooperativa por Luciano Lannes del solitario clásico de Edouard Lucas de 1883. Créditos: Mtro. Víctor Manuel Ramírez Sánchez		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Matemáticas
Propósito para el padre de familia:	Que mi hijo diseñe y lleve a la práctica un programa de actividad física para mantener e incrementar su condición física.		
Componente Pedagógico-didáctico: Desarrollo de la Motricidad	Aprendizaje esperado: 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.		
“DISEÑO Y APLICO MI PROGRAMA DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO”			
INICIO Trabajar con su hijo sobre el diseño de un plan de acondicionamiento físico sencillo y lo principal, fácil de realizar. Para ello debe tomar en cuenta los siguientes aspectos. Espacio del que dispone, materiales, tiempos. Realice con su hijo un cronograma de actividades físicas, determine los días y la hora a realizar, pida a su hijo que proponga las actividades de acuerdo al contexto en el cual se encuentra.			
DESARROLLO Realice las actividades planeadas. Sugerencia de actividades (5 min. Actividades de calistenia utilizando música.) Ejercicios de fuerza en piernas sencillos (5 saltos con pies juntos, 5 saltos con un solo pie, con otro, trotar en un solo lugar, subir y bajar escaleras, subir y bajar en un escalón, sentadillas, etc.) Ejercicios de fuerza en brazos, lagartijas (empieza con muy pocas 3, 4, 5. Poco a poco iras incrementando) Ejercicios de fuerza general. (mantener por el tiempo que te sea posible 5,10,15 min. la posición de lagartija, pero en lugar de mantenerse sobre manos realízalo apoyado sobre brazo)			
CIERRE Ejercicios de relajación, estiramiento, respiración. Anota en una tabla la cantidad de tiempo o repeticiones que realizas en cada sesión.			
Evaluación:	Se realizara utilizando la tabla de registro poniendo especial hincapié en el punto de partida		
Recursos	Ninguno.		
Fuente, cita, créditos	Elaboración propia. L. E. F. José Juan López Vázquez		



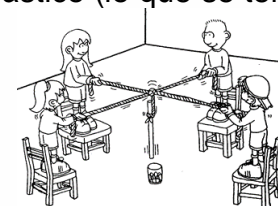
Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Matemáticas
Propósito para el padre de familia:	Convivencia familiar y refuerzo de los aprendizajes.		
Componente Pedagógico-didáctico: Integración de la Corporeidad	Aprendizaje esperado: Manifiesta su potencial al planificar y participar en actividades físicas vinculadas con la expresión corporal, la iniciación deportiva y el deporte educativo, con el propósito de conocerse y cuidar su salud.		
“ESCALERILLA”			
INICIO Mencione a su hijo que jugaran fútbol. Para comenzar deberán realizar un calentamiento proponiendo ejercicios y contando 8 tiempos para cada uno, después hagan estiramientos.			
DESARROLLO Escalera : en el piso dibujar una escalera con cuadros de 50 cm x 50cm uno después del otro, pasar por la escalera saltando con un pie dentro y otro fuera, saltar con ambos pies, pasar corriendo, pasar y regresar para seguir avanzando, las variaciones son sujetas a las propuestas del niño. ¿preguntar de que otra forma podemos pasar?			
CIERRE “Penales” : deben delimitar una portería y jugar a penales. Finalizar con lavado de manos.			
Evaluación:	Valorar la confianza y afectividad con sus padres y hermanos.		
Recursos	Gis o cinta, pelota de fútbol o vinil.		
Fuente, cita, créditos	Elaboración propia. ATP Rafael González Jiménez		



Nivel y grado educativo:	Secundaria 2°	Transversalidad:	Matemáticas
Propósito para el padre de familia:	Promover actitudes asertivas y valores que permitan manejar y resolver los conflictos de manera pacífica mediante la toma de acuerdos, actividades de iniciación deportiva y el deporte educativo.		
Componente Pedagógico-didáctico: Desarrollo de la Motricidad	Aprendizaje esperado: Adapta sus desempeños motores al participar en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo para afianzar el control de sí y promover la salud.		
“TIRO DE LATAS”			
INICIO: Los adolescentes inician con un ligero calentamiento que propone el adulto o el mismo adolescente. DESARROLLO: Sobre una mesa dentro del hogar o patio disponible se coloca un castillo de latas de refrescos. Por turno cada adolescente dispondrá de 3 tiradas para intentar derribar todas las latas. La distancia de lanzamiento será en dependencia del espacio disponible en casa. Se sugiere 1.5 a 3 metros de separación. Reglas: Por cada lata tirada se consigue un punto. Si se tiran todas se consigue un pleno de 12 puntos. Gana el que más puntos consiga en 5 tandas y de esa manera podemos invitar a los adolescentes a realizar operaciones matemáticas sencillas dentro del Desarrollo del juego. CIERRE: Al finalizar el juego se solicita a los adolescentes realizar estiramientos básicos. Ejemplo: De pie o sentada (o), con las piernas ligeramente separadas, estiramos alternadamente los brazos intentando alargar una mano más que la otra. Se repite dos veces y aguantamos 5 segundos cada mano. Si elegimos sentadas (os) también estiraremos la espalda. 20 segundos serían suficientes.			
Evaluación:	Observar si: 1) Adapta sus desempeños motores participando de manera pacífica y con una actitud asertiva 2) Qué estrategia siguen para lograr el propósito.		
Recursos	Pelotas de goma-espuma y 10 latas de refrescos con algo de arena		
Fuente, cita, créditos	Fuente de Estudio: García López, A., Ruíz Juan, F., Gutiérrez Hidalgo, F., Marqués Escámez, J., Román García, R. and Sámper Márquez, M., 2010. <i>Los Juegos En La Educación Física De Los 12 A Los 14 Años</i> . 1st ed. [ebook] Barcelona, España: INDE, p.45. Disponible en: < https://www.inde.com/ > [Acceso 2 Abril 2020]. Créditos: MCE. Oswaldo Terreros Gómez		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Matemáticas
Propósito para el padre de familia:	Participa con su hija (o) en tareas que requieren colaboración y ayuda mutua por medio de un juego cooperativo.		
Componente Pedagógico-didáctico: Desarrollo de la Motricidad	Aprendizaje esperado: Distingue distintas actitudes asertivas que se manifiestan en las actividades y juegos para promover ambientes de colaboración y respeto.		
“LA ESTRELLA”			
<p>1.- Para poder comenzar el juego hay que preparar una estrella con las cuerdas anudadas todas juntas en un extremo. Del centro deberá colgar una cuerda corta que sujete un palo pequeño por un extremo. La familia se coloca en círculo (no importa el número de integrantes que jueguen), cada uno subidos sobre una silla y sujetando una cuerda.</p> <p>2.- El juego consiste en introducir el palo en un en un bote que estará colocado en el suelo, en el centro del círculo.</p> <p>Variantes: Cambiar el palo por un bolígrafo, un cubierto, cuchara de madera, de plástico (lo que se tenga en casa) y el bote por un vaso, botella, entre otros.</p> <p>3.- Reflexión: ¿Se logró el reto?, ¿Cómo fue tu participación para lograrlo?, ¿Qué estrategia utilizaron para lograr el reto?, ¿Cómo te sentiste al colaborar en familia?, ¿En qué otros aspectos de tu vida has trabajado en colaboración?</p>			
Evaluación:	En una libreta u hoja escribir las respuestas de las preguntas de la reflexión.		
Recursos	Cuerdas, palo, pija, bolígrafo, cuchara de madera, (objetos que tenga en casa y pueda hacer variantes), vaso, botella, etc.		
Fuente, cita, créditos	Omeñaca, Raúl. (2009). <i>Juegos Cooperativos y Educación Física</i> . España: Paidotribo SEP (2017). A.C. Para la Educación Integral. Educación Física. Pág. 259. México D.F Créditos: Mtra. Maricruz López Molina		





Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Matemáticas	
Propósito para el padre de familia:	El padre de familia desarrolla las destrezas motrices de su(s) hijos(as) a través de circuitos de acción motriz, para mejorar su condición física.			
Componente Pedagógico-didáctico: Desarrollo de la Motricidad	Aprendizaje esperado: 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.			
“LA ESCALERA”				
INICIO Ubicados en un espacio amplio, el adulto explicará al(la) adolescente, en que consiste la actividad. El reto es realizar las actividades en el menor tiempo posible. Se pintará una línea en el piso, simulando una escalera larga. Los espacios deben ser grandes, a modo que los pies del adolescente quepan bien.				
DESARROLLO El adulto indicará al adolescente como pasará sobre la escalera. Caminará pisando adentro de los espacios de la escalera. Saltar alternando pies adentro y afuera de los espacios. Saltar con un solo pie. Correr pisando espacios alternados. Correr hacia atrás. Correr lateral, elevando y cruzando los pies. Saltar alternado, tocando el piso con una mano.				
CIERRE Preguntar al adolescente que actividad le represento más reto, si es posible tomar frecuencia respiratoria.				
Evaluación:		Muy bien	Bien	En proceso
	Procedimental	Emplea desempeños motores para mejorar su condición física, proyectándolos en la iniciación deportiva y deporte educativo.	Utiliza algunos desempeños motores que mejoran su condición física, proyectándolos en la iniciación deportiva o deporte educativo.	Demuestra dificultad para desempeñar acciones que mejoren su condición física.
Recursos	*Gis.			
Fuente, cita, créditos	SEP. (2017). A.C. Para la Educación Integral. Educación Física. pág. 180, 265. México D.F. SEP. (2012) Las estrategias y los instrumentos de evaluación desde el enfoque formativo. Pág. 20, 51-53. México D.F. // Signos vitales. Recuperado el 2 de abril de 2020 de https://www.urmc.rochester.edu/encyclopedia/content.aspx?ContentTypeID=85&ContentID=P03963 Créditos: Maricela García Guerrero.			



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Matemáticas
Propósito para el padre de familia:	Favorecer la expresión corporal mediante la comunicación no verbal y fortalecer por medio de juegos operaciones básicas de matemáticas.		
Componente Pedagógico-didáctico: Integración de la Corporeidad	Aprendizaje esperado: 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.		
“MI DESEMPEÑOS MOTOR”			
INICIO “REVOLTITO DE NÚMEROS” Cada participante recortara hojas de papel haciendo 10 tarjetas y enumerándolas del 0 al 9. Uno de los participantes pasara al frente y les dirá que realicen mentalmente algunas operaciones matemáticas, cuando tengan el resultado deberán formarlos entre todos. Cambio de rol.			
DESARROLLO “VOLITOALLA” Con una toalla, un sweater o con una sudadera, tomada entre dos, utilizando un globo o una pelota, intentarán lanzarla a otra bina, la cual la debe atrapar y lanzarla nuevamente, al inicio puede dar oportunidad de que la pelota de un bote y posteriormente sea atrapada, si la pelota da dos botes consecutivos se da un punto al equipo que la lanzo. Y así sucesivamente hasta que un equipo llegue a 10 o los puntos que consideren prudentes.			
CIERRE “ADIVINA LA PELÍCULA” Cada participante debe elegir 2 títulos de películas, debe escribir cada uno en un trozo de papel y dejarlos en un recipiente, cuando sea su turno debe pasar al frente y mediante expresión corporal debe darles a conocer el título de la película a los demás, los cuales tratarán de entender que les quiere decir. Variante; puede ser el título de una canción.			
Evaluación:	La fluidez en el desenvolvimiento al pasar al frente e interpretar el título de la película.		
Recursos	Toalla, pelota, hojas, tijeras, plumón.		
Fuente, cita, créditos	Elaboración propia. Miguel ángel Cantoran Tapia.		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2	Transversalidad:	Matemáticas
Propósito para el padre de familia:	Promover la participación activa en situación de juego.		
Componente Pedagógico-didáctico: Desarrollo de la Motricidad	Aprendizaje esperado: Adapta sus desempeños motores al participar en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo para afianzar el control de si y promover la salud.		
“BATEBOTE”			
INICIO Buscar una botella de refresco de 2 litros y un palo de escoba corto. Con esto se construirá un bate metiendo la botella en el palo de escoba.			
DESARROLLO Se colocaran 3 aros alineados y separados lo más que sus instalaciones se lo permitan. El bateador se colocara dentro del primer aro, el lanzador dentro del segundo aro y la única base en el tercer aro. El pícher lanza, el bateador golpea y sale corriendo al tercer aro y regresa al primer aro. El jugador de la única base trata de atrapar la pelota y hacer out ya sea atrapándola o pasándosela al pícher. Se cambiaran de turno cada 3 carreras.			
CIERRE Se recoge el material y se platica sobre lo que más les costó trabajo y ¿cuáles podrían ser las variantes que podrían darle a este juego?			
Evaluación:	Participación activa Capacidad para controlar sus movimientos de golpeo precisos		
Recursos	Palo de escoba, pelota pequeña, 3 aros.		
Fuente, cita, créditos	Mazón, V. (2010). <i>Programación de la Educación Física basada en Competencias Primaria</i> . España: INDE // Créditos: María Claudia Díaz Sánchez		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Matemáticas
Propósito para el padre de familia:	El padre de familia estimula la realización de las actividades de su(s) hijo(as), a través de las fichas proporcionadas.		
Componente Pedagógico-didáctico: Creatividad en la acción motriz	Aprendizaje esperado: Aplica el pensamiento estratégico al analizar la lógica interna de situaciones de iniciación deportiva y deporte educativo, para resolver los problemas que se presentan		
“PASES”			
INICIO Realizar estiramientos de brazos, hombros, gemelos, aductores, cuádriceps. Realizar inspiraciones y expiraciones y aguantando respiración durante distintos tiempos, 10 segundos hasta 60 segundos.			
DESARROLLO			
Pases Un dúo debe realizar un número de pases (10) con las manos y el otro equipo tratará de evitarlo. No se puede repetir pase.			
CIERRE Platicar sobre la importancia de realizar su higiene personal			
Evaluación:	Lista de cotejo, responda sí o no según sea el caso. Logro elaborar el pensamiento estratégico en los juegos.		
Recursos	Pelota		
Fuente, cita, créditos	Elaboración propia. Mtra. Xóchitl Ramírez Lezama		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Matemáticas
Propósito para el padre de familia:	Afrontar situaciones de juego con posibilidades de éxito para todos.		
Componente Pedagógico-didáctico: Desarrollo de la Motricidad	Aprendizaje esperado: 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.		
“LA RATONERA”			
INICIO Se comenta si recuerdan las nociones del radio, diámetro, como trazar un círculo			
DESARROLLO Se organizan dos grupos con igual número de integrantes. Se trazan en el área designada dos círculos; uno grande y otro pequeño. Los que juegan al centro del círculo menor deciden un número secreto (entre uno y 10). Un integrante va diciendo los números en voz alta y cuando mencione el designado como secreto, los del círculo pequeño salen corriendo para no ser capturados y tratan de cruzar la línea del círculo mayor para evitarlo. Reglas: no salirse del círculo central hasta que se mencione el número elegido, la captura es al toque de la espalda, no jalar la ropa.			
CIERRE Se les pedirá a los niños que cuenten los prisioneros y se invierte el rol de participación.			
Evaluación:	Se realizara una coevaluación padre-hijo en relación a los saberes conceptuales vistos.		
Recursos	Pelota		
Fuente, cita, créditos	Elaboración propia. LEF. Isaac Villa Hernández		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Matemáticas
Propósito para el padre de familia:	Los padres de familia participen con sus hijos en situaciones motrices asociadas con su desempeño motor		
Componente Pedagógico-didáctico: Desarrollo de la Motricidad	Aprendizaje esperado: Relaciona sus desempeños motores con el incremento de su condición física al participar en actividades recreativa, de iniciación deportiva y deporte educativo, para promover la salud.		
“TIRO AL PLATO”			
INICIO Actividad 1.- Hacer dos equipos con los integrantes de tu familia, y conseguir varios platos de plástico (pasteleros) para colocarles una numeración de 10, 20 y 30 que serán los puntos a conseguir. Actividad 2.- Rellenar bolsitas de plástico o tela con diversos granos comestibles, arroz, frijol, maíz, etc.			
DESARROLLO Actividad 3.- La mecánica consiste en lanzar las bolsitas tratando de que caigan adentro del plato, esto lo irán haciendo por turnos y cada participante deberá contar los puntos que va haciendo y ganará el que más puntos consiga en un total de diez tiradas.			
CIERRE. Actividad Actividad 4.- Un integrante del equipo sumara todos los puntos de manera mental.			
Evaluación:	Realizaran la suma de manera mental y se corroborara con la calculadora para determinar si esta en lo correcto o no.		
Recursos	Platos de plástico, bolsitas de plástico y granos (arroz, frijol. Maíz etc.)		
Fuente, cita, créditos	https://saposyprincesas.elmundo.es/ocio-en-casa/juegos-para-ninos/juegos-para-ninos-al-aire-libre/ Créditos: Luis Roberto Secundino Torres		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Matemáticas
Propósito para el padre de familia:	Implementa con su hijo o hija un torneo familiar de tenis-mano.		
Componente Pedagógico-didáctico: Creatividad en la acción motriz	Aprendizaje esperado: Toma decisiones a favor de la participación colectiva en situaciones de iniciación deportiva, para promover ambientes de aprendizaje y actitudes asertivas.		
“TENIS-MANO”			
INICIO Marcar en el piso de su casa un cuadrado de 3x3 metros y dividirlo a la mitad. Las reglas son: sólo un bote en cancha propia para poder contestar la pelota de esponja con la palma de la mano. Raya es buena. Se juega a 2 de tres sets de 5 puntos.			
DESARROLLO Se hacen enfrentamientos con los miembros de la familia que quieran jugar. El sistema de juego será todos contra todos. Se dará un punto a quien gané el partido y cero puntos al que no gane. El alumno o alumna de Segundo Grado de Secundaria, llevará un registro de los enfrentamientos que tendrá los siguientes datos: fecha, contrincantes, resultados primer set, resultados segundo set, resultados tercer set. También lleva el rol de juegos en un papel bond, así como la tabla de puntos obtenidos por los participantes.			
CIERRE En reunión familiar platican o reflexionan sobre el torneo. ¿Cuáles fueron nuestras actitudes? ¿Toda la familia estuvo incluida? ¿Qué podemos mejorar? ¿Qué ventajas trae el llevar una estadística?			
Evaluación	En su libreta tendrán la tabla con partidos jugados, partidos ganados, partidos perdidos y puntos obtenidos al ganar sus partidos.		
Recursos	Libreta, cinta adhesiva o gis, pelota de esponja o minipelota de vinil, papel bond, marcador.		
Fuente, cita, créditos	SEP. <i>Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Educación Física. 2017. pp. 271 – 272.</i> Créditos: Luis Alfredo Peña Chamorro		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Lengua materna
Propósito para el padre de familia:	Fortalecer el diálogo con la familia al participar en juegos.		
Componente Pedagógico-didáctico: Integración de la Corporeidad	Aprendizaje esperado: 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.		
“LAS OLLITAS”			
INICIO Platicar con la familia y explicar que el respeto a las normas es importante al llevar a cabo una actividad			
DESARROLLO Se elige a la vendedora de cazuelas y a dos compradoras, las demás niñas serán las cazuelas. Las niñas se sientan en cuclillas formando una fila, con las manos entrelazadas bajo las rodillas, como cazuelas. Deben permanecer en esta posición hasta que se termine el juego, porque si una cazuela se para o cambia de posición, pierde porque “se rompió”. Las compradoras levantan a la cazuela por los brazos y la niña debe tratar de no soltarse y caer porque se rompe y pierde. La colocan unos metros adelante. Vuelven con el diálogo y se llevan otra cazuela, hasta que ya no quedan más. Las cazuelas deben permanecer en la misma posición. Cuando se terminan las cazuelas, las colocan sobre una colcha, sábana o cobija para transportarlas una por una al mercado. Si una cazuela cae o cambia de posición “se rompe” y pierde. Gana la cazuelita que llega en buen estado al mercado.			
CIERRE Platicar sobre o importante de hacer actividades todos los días y cuidar la higiene.			
Evaluación:	Que el alumno escriba lo que aprendió en casa, revisar la ortografía.		
Recursos	Ninguno		
Fuente, cita, créditos	Manual de más de 250 actividades de educación física. Créditos: Nelsy Castilleros García		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Lengua materna
Propósito para el padre de familia:	Propiciar en lo miembros de su familia el gusto por la actividad física.		
Componente Pedagógico-didáctico: Desarrollo de la Motricidad	Aprendizaje esperado: Adapta sus desempeños motores al participar en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo para afianzar el control de sí y promover la salud.		
“HAGAMOS RETOS MOTORES”			
INICIO Calentamiento, cada miembro de la familia propondrá un movimiento, ejercicio o actividad física que nos prepare para nuestras actividades centrales.			
DESARROLLO			
ESTACION 1. El tradicional reto de la botella, lanzarla tratando de que caiga parada.			
ESTACION 2. La rayuela, dibujar un círculo en el piso o utilizar un aro, pintar una línea a 5 metros del círculo – aro, tener tapas de garrafón o tapas de leche y por turnos lanzarlo para que quede dentro del círculo – aro; cada jugador tiene 3 intentos.			
ESTACION 3. Concurso de Ula – Ula.... Poner como reto hacer girar el aro en diversa partes del cuerpo, un número determinado de veces o por tiempo sin perder la rotación del mismo.			
ESTACION 4. Tiro al blanco, utilizar una caja, cubeta, bolsa, etc. que sirva como blanco, dibuje una línea a una distancia de 5 metros para hacer los tiros, utilizando pelotas pequeñas para lanzar (si no tenemos pelotas, hacerlas con periódico).			
ESTACION 5. Curling, deporte invernal, podemos adaptarlo a nuestras condiciones. Dos equipos o dos jugadores. Dibujar un ojo de toro (tiro al blanco con muchos círculos) en el piso, dando a cada círculo un puntaje. A 10 metros colocar la línea de tiro. Con pelotas u otro objeto que rueda (puede ser una lata de refresco o de atún) rodarlas hacia el ojo de toro y tratar que quede lo más cerca del centro, pero cuidado, un jugador del otro equipo puede mover el objeto lanzado con anterioridad y desplazarlo más hacia el centro o quitarlo del centro.			
CIERRE Realicen ejercicios de relajación y al mismo tiempo llevara a cabo la evaluación de la actividad.			
Evaluación:	Cuestionar: Que estación les gusto más y por qué. Que cambiarían de las estaciones del circuito. Como podrían volverlo más o difícil. Qué movimiento ejecutaron para la acción de cada estación		
Recursos	Los marcados en las actividades y que se encuentren en casa.		
Fuente, cita, créditos	SEP (2017). Aprendizajes Clave para la Educación Básica. Educación Física, Educación Básica, pp. 180, 181, 188 – 281. Puebla, Pue. // Programa de Estudio 2006. Educación básica. Secundaria. Educación Física I pp. 28 – 29. México, D.F. // Créditos: Agustín Ulises Carreño Molina.		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Lengua materna
Propósito para el padre de familia:	Favorecer que los niño(a)s la participación activa en la actividad y mejorar su desempeño motriz al realizar las actividades.		
Componente Pedagógico-didáctico: Desarrollo de la Motricidad	Aprendizaje esperado: 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.		
“LADRON DE AROS”			
INICIO Para esta actividad participarán todos los integrantes de la familia, procurando siempre jugar de manera colaborativa y en un marco de respeto.			
DESARROLLO Todos los participantes situándose en el patio, jardín o sala, sin obstáculos y con los pies dentro de un aro. Uno de ellos se la quedará en el centro y sin aro. Los del círculo se intercambiarán sus posiciones y el del centro intentará robar uno de los aros. Reglas: Los intercambios se realizarán entre compañeros que no estén juntos. El que pierde la posición se convierte en ladrón. Variantes: Realizar diferentes apoyos durante los desplazamientos (a pata coja, pies juntos...). Distribución libre de los aros por todo el espacio. Aumentar el número de los libres o ladrones.			
CIERRE Tomarse un momento para relajarse y recuperarse de la actividad, mientras comentan de sus estrategias para que no convertirse en ladrones.			
Evaluación:	Observar el desempeño del niño(a) durante las actividades y sus actitudes al trabajar en colaborativo.		
Recursos	Aros		
Fuente, cita, créditos	GARCIA A, RUIZ F, GUTIERREZ F, MARQUEZ J, ROMÁN R & SÁMPER M. (2010). Los Juego en la Educación Física de los 10 a los 14 años. ESPAÑA: INDE. // Créditos: L.E.F Leobardo Montiel González		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Lengua materna
Propósito para el padre de familia:	La meta es practicar situaciones de juego en las que ayude a su hijo a cooperar u oponerse mediante su acción motriz; así mismo a regular sus emociones y defender sus derechos.		
Componente Pedagógico-didáctico: Desarrollo de la Motricidad	Aprendizaje esperado: Ajusta su desempeño motor al analizar los roles de cooperación-oposición que se desarrollan en situaciones de juego, para afianzar el control de sí.		
“ME EJERCITO”			
INICIO Persecución de nombres: padre e hijo se colocan en la espalda “pegatinas” que contienen nombres de personajes famosos con su respectiva edad. Moviéndose con agilidad, cada uno trata de descubrir los nombres – edades de su adversario y evitar desplazándose eludiendo y fintando que descubran los nombres en su espalda.			
DESARROLLO Padre e hijo se ayudan para realizar cada una de las siguientes actividades: Actividad 1 saltar la cuerda (20 veces) Actividad 2 realizar “asalto al frente”. Partiendo de posición de inicio: Con pies juntos, se lleva uno de los pies lo más al frente posible y se toca simultáneamente el piso con las manos a ambos lados de dicho pie (20 veces), alternar. Actividad 3 saltar sobre pies juntos alrededor de un cuadro de 3 X 3 m (rodear 3 veces) Actividad 4 en un espacio de 3 m de lado, el padre o tutor con balón, intentará mantener el dribling, evitando que su hijo lo despoje del móvil. Alternar roles. (5 a 10 minutos) Actividad 5 padre e hijo se colocan frente a frente sujetando ambos una pica (bastón o palo de escoba) se trata de halar al oponente y evitar ser arrastrado por él, traccionando también. (2 minutos)			
CIERRE Se aprovecha para que el padre de familia guie la conversación a hablar sobre la importancia de brindar ayuda a otros, y sobre las ocasiones en que es necesario oponer su acción a la de los demás.			
Evaluación:	El padre o tutor debe involucrarse activamente en las actividades lúdicas, brindar o recibir ayuda y oponerse (cuando así se requiera) a la acción motriz de su hijo. Esto contribuirá al bienestar físico, psicológico y emocional de ambos. Conversar además, acerca del significado, beneficios y perjuicios de cooperar y oponerse.		
Recursos	Un patio de 3 m de lado libre de obstáculos, un balón de basquetbol y un palo de escoba		
Fuente, cita, créditos	Secretaría de Educación Pública. 2017. Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Plan y Programa de estudios para la educación básica Educación socioemocional y tutoría. México. Compañía Editorial Ultra, S.A. de C.V. // Olivera Beltrán, Javier. 1990. 1250 ejercicios y juegos de baloncesto. Volumen II. Barcelona, España.Paidotribo. // Créditos: ATP Carlos Sánchez García		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Lengua materna
Propósito para el padre de familia:	El padre de familia ejercita la memoria y las habilidades motrices de su(s) hijo(as), a través de un juego de mesa, favoreciendo la convivencia familiar.		
Componente Pedagógico-didáctico: Integración de la Corporeidad	Aprendizaje esperado: Reconoce sus límites y posibilidades al planificar actividades físicas, expresivas y deportivas, que le permiten conocerse mejor y cuidar su salud.		
“MEMORAMA DE VERBOS”			
INICIO El padre de familia prepara el cuerpo de sus hijos, por medio de la calistenia con ejercicios básicos: caminar, paso veloz, saltar abriendo y cerrando brazos y piernas. Ejercicios de respiración después de cada actividad.			
DESARROLLO Se realiza un memorama con verbos como, correr, saltar, gatear, cojear, volar, nadar, rodar, girar, etc. Es como el juego de mesa de figuras, pero en este se colocarán los pares de extremo a extremo en una distancia de 4 metros. Cuando el adolescente voltee la carta con la palabra brincar deberán ir brincando a buscar la otra palabra al extremo contrario. VARIANTE: cambiar verbos como botar, patear, volear, dominar, etc			
CIERRE Platicar sobre la actividad y buscar nuevas formas de jugar la próxima vez.			
Evaluación:	Mediante la observación: respeta indicaciones. Logra el objetivo del juego.		
Recursos	Cartas con verbos y balones de ser necesario.		
Fuente, cita, créditos	Elaboración propia: LEF. Tania Martínez Sánchez.		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Lengua materna
Propósito para el padre de familia:	Revisar que la redacción sea lo más clara posible		
Componente Pedagógico-didáctico: Creatividad en la acción motriz	Aprendizaje esperado: Aplica el pensamiento estratégico al analizar la lógica interna de situaciones de iniciación deportiva y deporte educativo, para resolver los problemas que se presentan.		
“EL TELEGRAMA ”			
INICIO Todos en familia realizar un calentamiento, se sugiere que cada integrante proponga un ejercicio, después realicen estiramientos.			
DESARROLLO El padre de familia escribe una palabra de ocho o más letras y se le proporciona al niño. Cada letra de esta palabra tendrá que ser, la inicial de un telegrama que llevara un mensaje, si se quiere hacer más complejo, todos los mensajes deben llevar una coherencia.			
CIERRE Leer los mensajes de cada hoja.			
Evaluación:	Que todas las letras tengan un mensaje		
Recursos	Lápiz y una hoja por participante		
Fuente, cita, créditos	Elaboración propia. ATP José Edgar Huerta Marín.		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Lengua materna
Propósito para el padre de familia:	Integrarse a las actividades propuestas para realizarlas con su hijo, coadyuvando a consolidar el manejo del espacio tiempo, mediante actividades sensoriales.		
Componente Pedagógico-didáctico: Desarrollo de la Motricidad	Aprendizaje esperado: 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.		
“JUEGOS ORGANIZADOS”			
INICIO “OBEDECE LAS SEÑALES” Cada participante pasara al frente a dirigir las acciones, al pasar indicara que significa cada acción y dará tiempo para que los demás realicen las acciones. Por ejemplo; <ol style="list-style-type: none">1. cruzar los brazos; sentados.2. Poner una mano en la cabeza; todos de pie.3. Un aplauso; todos caminan;4. Dos aplausos; todos se detienen.			
DESARROLLO “LOS RECOLECTORES” En equipos de 2, uno con los ojos vendados, el otro dará las indicaciones, pero no puede tocar al compañero, se distribuirán objetos por el espacio, los cuales deben ser recogidos por el compañero que tiene los ojos vendados. Es importante mencionar que se debe cuidar la integridad del compañero. Cambio de rol.			
CIERRE “DEJAR LA PELOTA EN LA MARCA” Se deja un aro o una marca en un lugar, se vendan los ojos del compañero el cual llevara una pelota u otro implemento que saltara cuando se le indique, teniendo en cuenta que el camino debe estar libre de obstáculos, tendrás que guiar tocando al que tiene vendados los ojos, al llegar a la línea de salida lo dejaras y tendrás que guiarlo hasta que llegue a la marca y deje el objeto que lleva en las manos. Cambio de rol.			
Evaluación:	Mediante la observación percatarse del desempeño de su hijo al realizar las actividades.		
Recursos	Pañuelo, objetos varios, aro, pelota.		
Fuente, cita, créditos	Elaboración propia. ATP Miguel ángel Cantoran Tapia		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Lengua materna
Propósito para el padre de familia:	Involucrarse en el desarrollo de actividades recreativas que fortalezcan la convivencia familiar.		
Componente Pedagógico-didáctico: Desarrollo de la Motricidad	Aprendizaje esperado: 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.		
“JUEGOS TRADICIONALES”			
INICIO “EL JUEGO DEL ROBOT” Uno será el robot, y otro será el que, de las indicaciones mediante la voz, dando instrucciones exactas, las cuales el robot debe ejecutarlas al pie de la letra. - Cambio de rol.			
DESARROLLO “SALTAR LA CUERDA” - Individual; en un solo lugar, hacia el frente. En bina. Con una cuerda larga, uno salta y dos hacen girar la cuerda.			
“QUEMADOS” Todos en un área determinada, uno se la queda con una pelota de plástico, o con una playera hecha bolita, a la señal tratara de tocar a los otros participantes lanzándoles la pelota, el juego termina hasta que toca a todos. - Cambio de rol.			
CIERRE “RELEVO DE PELOTA” Los integrantes se forman en fila tomándose de los hombros, el primero con la pelota, la pasara arriba de la cabeza al compañero de atrás, cuando llegue al último este debe salir corriendo y formarse al frente para iniciar nuevamente, hasta que la fila llegue a un punto determinado a 5m al frente.			
Evaluación:	Mediante la observación directa ver la facilidad del alumno para poder realizar las actividades		
Recursos	Cuerda, pelota.		
Fuente, cita, créditos	Elaboración propia. Miguel ángel Cantoran Tapia.		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Lengua materna
Propósito para el padre de familia:	Recordar las actividades a realizar en casa, para reanudar las actividades sin riesgo.		
Componente Pedagógico-didáctico: Integración de la Corporeidad	Aprendizaje esperado: Manifiestar 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.		
“VAMOS A JUGAR”			
INICIO “CIUDAD, PUEBLO, PAÍS” Los participantes se enumerarán, el primero iniciara diciendo el nombre de una ciudad, pueblo o país, el segundo mencionara uno de estos, pero iniciando con la última letra de la que menciono el primero, y así sucesivamente. Ejemplo; Puebla---Aguascalientes---Silao—Oviedo...			
DESARROLLO “BATALLA DE GLOBOS” 1 globo por participante. A la señal lanzarán el globo hacia arriba y tratarán de mantenerlo arriba el mayor tiempo posible. <ul style="list-style-type: none">- Usando cualquier parte del cuerpo menos las manos.- Usando solo los pies y las piernas.- Se dividen los participantes en dos equipos, y el área se divide en dos, a la señal se agarrarán los globos y se lanzarán a la otra área.- Cada integrante con 2 globos atados en cada pie, si se puede poner música y cuando esta pare se tratará de romper los globos de los demás, al poner la música todos deberán detenerse, y así sucesivamente hasta que se rompan los globos de todos.			
CIERRE “ACTIVIDADES PARA REANUDAR LAS A CLASES SIN RIESGO” Reúnete con tu familia y comenten las acciones que deben tomar para este retorno a clases FILTRO EN EL HOGAR.			
Evaluación:	Preguntar al joven las medidas que se deben adoptar en casa, antes de volver a la escuela.		
Recursos	Globos, trozos de hilo o estambre.		
Fuente, cita, créditos	SEP, C.T. EXTRAORDINARIO // Elaboración propia. Miguel ángel Cantoran Tapia.		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Lengua materna
Propósito para el padre de familia:	Que el padre de familia diseñe actividades para que el adolescente seleccione juegos y decida la mejor forma de actuar.		
Componente Pedagógico-didáctico: Creatividad en la acción motriz	Aprendizaje esperado: Diseña estrategias al considerar el potencial motor propio y de sus compañeros, así como las características del juego para seleccionar y decidir la mejor forma de actuar.		
“ RALLY ”			
INICIO.- El niño o adolescente realizará unas fichas con un dibujo (círculos, triángulos, estrellas, manzanas etc. Numeradas del 1 al 10, las entregara a un adulto.			
DESARROLLO.- El adulto distribuirá las fichas de los adolescentes con otros 2 adultos y el juego consiste en lo siguiente, el adolescente se dirigirá con los adultos y tendrá que conseguir sus fichas de forma ascendente, pero para que pueda conseguir la ficha el adolescente tendrá que decir la siguiente frase: Oh jefe pluma blanca tienes mi ficha número 1 de triángulos si el adulto la tiene le dará una consigna como por ejemplo: cantar, bailar, realizar abdominales, lagartijas, trotar 15 segundos en su lugar; si realiza la consigna le entregará la ficha y el adolescente tendrá que buscar sus fichas hasta encontrar la ficha 10, será el ganador.			
CIERRE.- platica sobre el tema violencia de género, causas y consecuencias o en palabras de un padre.			
Evaluación:	observar su participación durante el rally.		
Recursos	fichas de cartulina, lápices de colores.		
Fuente, cita, créditos	Elaboración propia. créditos: Pilar Lucas Ramírez		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Lengua materna	
Propósito para el padre de familia:	El padre de familia contribuye a formar el sentido de pertenencia del alumno mediante actividades físicas.			
Componente Pedagógico-didáctico: Integración de la Corporeidad	Aprendizaje esperado: 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.			
INICIO El alumno investiga sobre los principales músculos del cuerpo humano, los identifica y valora su importancia por todas las funciones que la musculatura ejerce sobre el cuerpo. El alumno investiga sobre los principales huesos del cuerpo humano, identifica y valora su importancia por todas las funciones que los huesos desempeñan sobre su cuerpo. DESARROLLO Padre e hijo se sitúan uno detrás de otro. La madre de familia u otro integrante del círculo familiar dará a conocer los códigos 1, 2, 3 y 4, explicando lo que significan cada uno de ellos: 1: El de atrás pasa adelante por debajo de las piernas. 2: El de atrás se coloca delante rodeando. 3: El de atrás corre cinco veces alrededor del otro jugador en sentido de las agujas del reloj y al llegar a su sitio se pone delante de su compañero. 4: El de atrás sube de caballito sobre del que está delante durante 3 segundos. Cada vez que se diga uno de esos números, los jugadores tienen que realizar las acciones pertinentes. CIERRE Al terminar el juego el alumno elabora un escrito donde mencione cuales son los músculos que más utilizó durante esta tarea motriz.				
Evaluación:	LISTA DE COTEJO		SI	NO
	El alumno logró identificar los músculos y huesos que conforman su cuerpo			
	La actividad permitió que el alumno valorara la importancia y participación de sus músculos en las actividades físicas.			
Recursos	Enciclopedia o computadora con internet, libreta, lapicero.			
Fuente, cita, créditos	Elaboración propia. Ricardo Ramírez Quitl			



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 1°	Transversalidad:	Lengua materna
Propósito para el padre de familia:	Favorecer que los niño(a)s ajusten sus movimientos al participar en la actividad, además de mostrar empatía y trabajo colaborativo.		
Componente pedagógico-didáctico: Desarrollo de la motricidad	Aprendizaje esperado: Ajusta sus desempeños motores al analizar los roles de cooperación-oposición que se desarrolla en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, para afianzar el control de sí.		
“CARRERA IDA Y VUELTA”			
INICIO En esta actividad puede participar toda la familia, solo es necesario que trabajo en parejas, además de trabajo colaborativo para lograr el objetivo de la actividad.			
DESARROLLO Las parejas se colocan en un extremo del salón o espacio abierto. Cada una recibe una cuerda con la cual se atan por la cintura quedando ambas personas unidas de espalda. Deben transportarse así desde la línea de salida hasta la línea de llegada y regresar. De ese modo uno/a correrá de frente y otro/a de espalda, pero al retornar se invierten los roles y quien corrió de espaldas corre de frente y su compañero/a de espaldas. Variantes: Se pueden atar de diferentes partes del cuerpo, variar la trayectoria del recorrido e incluso colocar algunos obstáculos que tendrán que saltar o rodear.			
CIERRE Se comenta como se sintieron durante la actividad y cuál fue la que les gusto más y porque.			
Evaluación:	Observar el desempeño del niño(a) durante las actividades y sus actitudes al trabajar en colaborativo.		
Recursos	Cuerdas.		
Fuente, cita, créditos	FERNÁNDEZ,P. (Octubre 2006). Fichero de juegos y dinámicas para la educación en derechos humanos. Caracas: Red de apoyo por la justicia y la paz Elaboración propia: L.E.F Leobardo Montiel González		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Lengua materna
Propósito para el padre de familia:	Que los padres de familia brinden un espacio para la expresión de sus hijos.		
Componente Pedagógico-didáctico: Desarrollo de la Motricidad	Aprendizaje esperado: Ajustan 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.		
“DIBUJO COLECTIVO”			
INICIO Actividad 1.- Reúne a todos los integrantes de tu familia, cada uno de ellos tendrá una hoja de papel.			
DESARROLLO Actividad 2.- Con un papel en blanco el primero dibuja unos trazos para que los demás integrantes continúen con el dibujo, y así cada uno continuando por turnos hasta pasar por todos los integrantes de la familia. Actividad 3.- Una vez que las hojas pasaron por todos los integrantes de la familia, volverá la hoja a su dueño para determinar si es lo que al inicio imaginó dibujar.			
CIERRE Actividad 4.- Cada persona tendrá su dibujo terminado e intentará a través de señas, gestos y demás expresar su dibujo.			
Evaluación:	El dibujo será observado por todos los integrantes de la familia para acordar si logro expresar lo plasmado en el mismo.		
Recursos	Hojas, colores		
Fuente, cita, créditos	http://rejuega.com/juego-aprendizaje/juegos-familia/25-juegos-para-divertirse-en-familia/ Créditos: Luis Roberto Secundino Torres		



Nivel y grado educativo:	SECUNDARIA 2°	Transversalidad:	Lengua materna
Propósito para el padre de familia:	Promover el uso del tiempo libre a través del juego modificado		
Componente Pedagógico-didáctico: Desarrollo de la Motricidad	Aprendizaje esperado: 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		
“DEPORTE EN CASA”			
INICIO El área de juego será la sala o un pasillo. GLOBO-FUT: Entre todos determinarán el área de juego y colocarán las porterías, las cuales pueden ser marcadas por 1 almohada. Se harán equipos de 1 integrante, es decir que se enfrentarán en un partido de fútbol uno contra uno, el balón será un globo y el juego se realizará por 1 minuto. El jugador que reciba un gol, tendrá que escribir rápidamente un pequeño poema chusco. Pasarán todos los participantes a jugar y se determinará quien juega primero con un “piedra, papel o tijera” con 2 de 3 intentos. Las reglas de juego las determinarán entre todos los participantes			
DESARROLLO VOLI-GLOBO: Se marcará el área de juego y se colocará con estambre o un cordón en el centro de la cancha la red amarrada a un par de sillas, la pelota será un globo. Se formarán 2 equipos con todos los integrantes de la familia. Las reglas de juego serán las del deporte de volibol, 3 toque para cambiar el balón de cancha, se podrá usar manos cabeza o pie para golpear el globo y si cae al suelo es un punto. Jugarán por puntos y a los 5 anotados el equipo perdedor escribirá un poema chusco y lo leerán en voz alta.			
CIERRE SENSIBILIZACIÓN: Platicarán sobre la experiencia realizada con los juegos del día de hoy			
Evaluación:	La participación del chico de secundaria para la elaboración de las reglas, su participación en el juego, la elaboración del poema con las reglas correspondientes.		
Recursos	Globos, estambre o cordón, 2 almohadas, 2 sillas, papel y lápiz		
Fuente, cita, créditos	Elaboración propia Elda Leticia Guzmán Ramírez, Juegos modificados		