



De lo Humano y lo Comunitario

Mi portafolio del movimiento

mi potencial individual

2° · Trimestre 1 · Ciclo 2026-2027 · AS · Aula · Fase 6



Sesión 1 · Mi cuerpo en movimiento

Ficha 1 de 12

Nombre		Grupo		Fecha	
--------	--	-------	--	-------	--

1. Lo que mi cuerpo puede

Ponse de pie en tu lugar y ejecute tres movimientos sencillos que le resulten fáciles: levantar los brazos por encima de la cabeza, dar un paso al costado y girar el tronco

1. ¿Qué puede hacer mi cuerpo?

2. Anota tres movimientos que domina y uno que te gustaría aprender.

3. Muestra tu movimiento preferido al grupo.

4. Anota una emoción junto a tus movimientos.

1. ¿Crees que todos los cuerpos pueden exactamente lo mismo?

Sesión 3 · Mis habilidades motrices

Ficha 3 de 12

Nombre		Grupo		Fecha	
--------	--	-------	--	-------	--

1. ¿Qué habilidades tengo?

Copia la lista y marca las habilidades que sabes hacer.

	Sí	Todavía no
Ya lo hice		

1. ¿Por qué la práctica cambia el cuerpo y qué creen que pasa cuando repiten un movimiento muchas veces,?
2. Muestra a tu pareja una habilidad que domina y observa la de tu compañero con respeto.
3. ¿Qué habilidad les gustaría dominar al terminar el proyecto y anuncie que hoy van a poner a prueba sus habilidades en estaciones de juego?

Ojo: un error común es confundir una habilidad con una capacidad.

2. Poner a prueba las habilidades

1. Pasa por las tres estaciones y anota tu desempeño en cada una, usando palabras de esfuerzo y no de juicio, como «logro lanzar y casi siempre atrapo».
2. Elige la habilidad que más le costó y practícala tres veces más, anotando si notó alguna mejora.

Ojo: un error común es abandonar la estación que les cuesta.

Evaluación

Evaluación formativa por proceso: se observa al estudiante mientras reconoce, practica y coopera; la lista de cotejo del cierre y el producto son la evidencia del PDA del contenido.

Lista de cotejo del proyecto

Criterio	Logrado	En proceso	Requiere apoyo
Reconoce sus capacidades, habilidades y destrezas	Logra: Reconoce sus capacidades, habilidades y destrezas	Lo logra con apoyo	Necesita apoyo
Pone a prueba su potencial individual	Logra: Pone a prueba su potencial individual	Lo logra con apoyo	Necesita apoyo
Registra su desempeño en el portafolio	Logra: Registra su desempeño en el portafolio	Lo logra con apoyo	Necesita apoyo

Evidencias de portafolio

- ☐ Tarjetas o piezas del producto del proyecto
- ☐ Registros de desempeño y práctica
- ☐ Hoja de comentarios de los visitantes y autoevaluación final

Apoyo para la maestra

Tips

- Dé espacio seguro para moverse y practicar
- Evite la competencia; compare el avance con uno mismo
- Valore el esfuerzo y la cooperación por encima del resultado

Errores típicos

- Comparar a los estudiantes entre sí
- Excluir a quien se mueve más lento
- Olvidar registrar el avance