

# Fichero de juegos motores y deporte escolar

## Educación Preescolar

“Aprendemos valores y actitudes para  
la convivencia pacífica y solidaria”



**EDUCACIÓN**  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

**AEF** CIUDAD **MÉXICO**  
AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

# Empatía



Preescolar / 1° a 3° Grado

## Ficha de referencia general

# Empatía



**A**

### ¿Qué necesitamos saber sobre la Empatía?

La empatía es la capacidad de comprender las formas de pensar, sentir y actuar de los demás, sus preocupaciones o problemas; nos permite interactuar con otras personas y ser solidarios. Una perspectiva afectiva y reflexiva permite diferenciar los estados emocionales de las personas y regular los actos violentos.

**B**

### ¿Qué favoreceremos?

La sensibilidad, el autocuidado, el reconocimiento y respeto de sí mismos y de los demás, la comunicación asertiva y la solidaridad

La autonomía, la autorregulación de las emociones, la tolerancia, el respeto a la diversidad, la inclusión, el trabajo colaborativo y el bienestar personal y comunitario.



## F No olvidemos...

- Alentar y reforzar su autoestima, mostrando empatía.
- Animar a la participación activa y alegre.
- Fortalecer la solidaridad y actuar de manera empática.
- Favorecer un ambiente educativo de respeto, tolerancia, confianza y comunicación asertiva.
- Destacar la importancia de reconocer actitudes, sentimientos, intereses y acciones que dañan o benefician a los demás.
- Atender puntualmente el desarrollo del juego e intervenir con actitud conciliadora, cuando las situaciones de conflicto no se resuelven o empeoran. Evitar emitir juicios de valor que señalen o evidencien a participantes concretos.
- Establecer momentos para la hidratación (2 o 3 según la duración).
- Evitar que el grupo se exponga a los rayos solares sin protección.

## N Nota:

Con base en tu conocimiento pedagógico, didáctico, reconocimiento de las características individuales de las niñas y los niños y del grupo; así como de tus experiencias docentes elige los términos y aspectos más idóneos al momento de plantear el concepto del valor y coordinación de la actividad, de modo que resulten próximos a la práctica cotidiana del alumnado en el ámbito personal y grupal.



## Empatía / Grado 1°

Nombre de la actividad:  
“El sombrero de Gaspar”

A

### ¿Qué necesitamos saber sobre la empatía?

Consulta la ficha de referencia general sobre el valor de la empatía.

B

### ¿Qué favoreceremos?

Consulta la ficha de referencia general sobre el valor de la empatía.

C

### ¿Cómo nos preparamos?

#### Materiales

- Un títere o muñeco de peluche que será llamado Gaspar.
- Un sombrero de papel o cartón por cada integrante del grupo más uno.
- 4 túneles de gusano y/o 4 colchonetas.
- 8 señales de campo (conos).
- 12 aros.
- Una cartulina y un plumón para escribir las preguntas para la reflexión.

1. Ubicar y delimitar un espacio libre (patio, cancha, salón de cantos y juegos, etc.), mínimo de 8 x 10 m.
2. Desinfectar previamente los materiales y el espacio de juego.
3. Colocar el material formando 4 carriles paralelos: cono —túnel y/o colchoneta— 3 aros (uno en seguida de otro) —cono— sombreros de papel/cartón. Guardar una separación de 1.5 m. entre un material y otro.



**D****¿Qué y cómo lo haremos?**

Duración sugerida: 10 a 12 minutos.

1. Explica al grupo las medidas sanitarias de prevención y la importancia de guardar la sana distancia (cuida que se atiendan en todo momento).
2. Colocados a un costado de los carriles, presenta al grupo el títere o peluche, explícales que ha perdido su sombrero y se siente preocupado y triste. Pregunta al grupo si alguna vez se han sentido tristes por haber extraviado algo, y si desean ayudar a Gaspar a buscar su sombrero.
3. Explica que para ir a buscar el sombrero deberán organizarse en 4 equipos. Los integrantes de cada equipo se formarán al inicio de cada carril para realizar el recorrido por turnos.
4. Se colocarán junto al cono y a la señal correrán hasta llegar al túnel de gusano (y/o colchonetas) para cruzar gateando, luego levantarse, llegar hasta los aros y saltar con los dos pies juntos dentro de cada uno, y por último llegar a la zona de los sombreros, tomar uno y regresar a la línea de salida.
5. Indica que cada integrante del equipo esperará su turno y la señal.
6. Una vez que todas las niñas y niños hayan hecho su recorrido, quedará un sombrero el cual le pertenecerá a Gaspar.
7. Para finalizar el juego, toma el sombrero y colócalo en la cabeza de Gaspar mencionando al grupo lo feliz que se ha puesto al recuperarlo.

**E****¿Qué aprendimos?**

Duración sugerida: 5 minutos.

1. Reúne al grupo y pide que respondan las siguientes preguntas:  
¿Cómo te sentirías tú si perdieras alguna de tus pertenencias?  
¿Qué le recomendarías a Gaspar para que no le suceda lo mismo?  
¿Alguna vez has perdido algo?  
¿Qué pasó?  
¿Cómo podemos apoyar a una compañera o compañero cuando esté en una situación similar?
2. A modo de cierre, pide al grupo que platiquen del juego en casa, con su familia para que aprendan a apoyarse unos a otros.

**F****No olvidemos...**

Consulta la ficha de referencia general sobre el valor de la empatía.

## Empatía / Grado 1°

Nombre de la actividad:  
"Al rescate de Flacuchín,  
el perro olvidado"



**A**

### ¿Qué necesitamos saber sobre la empatía?

Consulta la ficha de referencia general sobre el valor de la empatía.

**B**

### ¿Qué favoreceremos?

Consulta la ficha de referencia general sobre el valor de la empatía.

**C**

### ¿Cómo nos preparamos?

#### Materiales

- Un perro de peluche de 50 cm. aproximadamente, o o el dibujo de un perro con apariencia descuidada.
- Etiquetas o distintivos para las niñas y niños (pueden ser pulseras de listón o algo parecido) para representar 4 o 5 categorías.
- 4 señales de campo (conos) para delimitar el espacio de juego.
- Una cartulina y un plumón para escribir las respuestas motivo de reflexión.

1. Ubicar y delimitar un espacio libre (patio, cancha, salón de cantos y juegos, etc.) mínimo de 8 x 10 m.
2. Desinfectar previamente los materiales y el espacio de juego.

**D****¿Qué y cómo lo haremos?**

Duración sugerida: 10 a 12 minutos.

1. Explica al grupo las medidas sanitarias de prevención y la importancia de guardar la sana distancia (cuida que se atiendan en todo momento).
2. Sienta al grupo formando un círculo y pide que respondan las siguientes preguntas: ¿Quiénes tienen mascota? ¿Qué tipo de mascota es? ¿Sabes los cuidados que necesita una mascota? etc.
3. Con base en las respuestas de la pregunta sobre los cuidados que necesita una mascota, establece 4 o 5 categorías, pueden ser: comida, agua, pasear, aseo, jugar, cariño, etc.
4. Establece un código a cada distintivo, por ejemplo: listones azules = agua; listones verdes = alimento; listones rojos = cariño; etc., y reparte los distintivos de manera alternada a todo el grupo. Procura que no queden juntos dos niños o niñas con una misma categoría.
5. Presenta al grupo a Flacuchín, el perro olvidado, colócalo al centro del círculo y explica que sus dueños son personas tan ocupadas que se olvidan de cuidarlo y atenderlo, por eso necesitas la ayuda del grupo para atender sus necesidades.
6. En cada ronda indicarás al grupo la necesidad de Flacuchín, por ejemplo: "Flacuchín tiene hambre", las niñas y niños que representen la categoría de alimento se levantarán y darán una vuelta completa por fuera del círculo hasta llegar a su lugar para dirigirse al centro y llegar hasta Flacuchín. Una vez ahí podrán tomarlo y levantarlo para luego volver a su sitio. Y así sucesivamente hasta que todas las categorías de cuidado se hayan nombrado y todas y todos los participantes hayan jugado. Puedes repetir las acciones en medida del interés y desarrollo de

la actividad. También puedes sugerir que las niñas y niños intercambien el distintivo para asumir un nuevo rol dentro del juego.

**E****¿Qué aprendimos?**

Duración sugerida: 5 minutos.

1. Al finalizar el juego, pide al grupo que responda las siguientes preguntas: ¿Cómo te sentirías si fueras Flacuchín? ¿Cómo crees que se sintió Flacuchín después de haber recibido los cuidados y atenciones necesarias? ¿Cómo te sentiste al ayudar a Flacuchín?
2. Pide al grupo que expresen en forma oral, o por medio de alguna manifestación plástica, algunas formas de brindar cuidado a las mascotas y otros seres vivos, como plantas y seres humanos.

**F****No olvidemos...**

Consulta la ficha de referencia general sobre el valor de la empatía.



## Empatía / Grado 2°

Nombre de la actividad:  
"Ayudando a Jacinto"



**A**

### ¿Qué necesitamos saber sobre la empatía?

Consulta la ficha de referencia general sobre el valor de la empatía.

**B**

### ¿Qué favoreceremos?

Consulta la ficha de referencia general sobre el valor de la empatía.

**C**

### ¿Cómo nos preparamos?

#### Materiales

- Pelotas chicas de plástico u otro material (tantas como sea posible, por lo menos 2 por participante).
- Una canasta o contenedor donde quepan todas las pelotas.
- 4 conos (señales de campo) para delimitar el área de juego.
- Una cartulina y un plumón para escribir las preguntas que motiven la reflexión.

1. Ubicar y delimitar un espacio libre (patio, cancha, salón de cantos y juegos, etc.) mínimo de 8 x 10 m.
2. Desinfectar previamente los materiales y el espacio de juego.
3. Distribuir las pelotas en el extremo del lugar de juego y colocar la canasta o contenedor al centro.

**D****¿Qué y cómo lo haremos?**

Duración sugerida: 10 a 12 minutos.

1. Explica al grupo las medidas sanitarias de prevención y la importancia de guardar la sana distancia (cuida que se atiendan en todo momento).
2. Pregunta al grupo si saben lo que es un agricultor y las tareas que éste realiza; a partir de sus respuestas complementa la información para tener un referente más amplio de este oficio.
3. Cuenta al grupo que “Jacinto” es un agricultor que necesita recoger las frutas de su huerto (las pelotas), pero tras una racha de fuertes vientos, todas quedaron regadas por todo el lugar.
4. Pregunta a las y los participantes si desean ayudar a “Jacinto” a recoger la cosecha.
5. Organiza 4, 5 o 6 equipos mixtos, siempre que no se superen los 5 integrantes por equipo y formarlos en columnas en una zona opuesta al lugar de las pelotas.
6. A modo de relevos y a la señal, un integrante de cada equipo saldrá a buscar una pelota para depositarla en el contenedor y volver a formarse con su equipo.
7. Luego saldrá el siguiente participante para repetir la acción y así sucesivamente.
8. Si aún hay pelotas que recoger y ya han jugado todos los participantes, pueden volver a iniciar el juego, pero esta vez, podrán tomar 2 o más pelotas.
9. También pueden variar la forma de desplazamiento y la forma de depositar la pelota en el cesto. Ejemplo: realizar el recorrido saltando con un solo pie; lanzar la pelota dando la espalda al contenedor; realizar el recorrido en

cuadrupedia rodando la pelota; lanzar la pelota entre las piernas, etc.

10. Una vez que todas las pelotas estén en el contenedor, explica a los participantes que Jacinto se ha puesto muy contento porque salvó su cosecha.

**E****¿Qué aprendimos?**

Duración sugerida: 5 minutos.

1. Al finalizar el juego, reúne al grupo y pídele que responda las siguientes preguntas: ¿Cómo te sentirías tú, si perdieras algo muy importante? ¿Cómo te sentiste al ayudar a Jacinto?
2. Pide al grupo que comenten otras ocasiones en que han ayudado a otra persona y que expresen por medio de alguna manifestación plástica alguna acción para ayudar.

**F****No olvidemos...**

Consulta la ficha de referencia general sobre el valor de la empatía.



## Empatía / Grado 2°

Nombre de la actividad:  
“El tendedero de Don Ramón  
y Doña Ramona”



**A**

### ¿Qué necesitamos saber sobre la empatía?

Consulta la ficha de referencia general sobre el valor de la empatía.

**B**

### ¿Qué favoreceremos?

Consulta la ficha de referencia general sobre el valor de la empatía.

**C**

### ¿Cómo nos preparamos?

#### Materiales

- 50 paliacates o más, al menos 2 por participante.
- 1 soga o cuerda delgada de 4 o 5 m. de largo.
- 2 postes para tensar la cuerda (a modo de tendedero).
- 50 pinzas de plástico para ropa o más, al menos 2 por participante.
- 4 señales de campo (conos) para delimitar el área de juego.
- Una cartulina y un plumón para escribir las preguntas para la reflexión.

1. Ubicar y delimitar un espacio libre (patio, cancha, salón de cantos y juegos, etc.) mínimo de 8 x 10 m.
2. Desinfectar previamente los materiales y el espacio de juego.
3. Colocar el tendedero al centro del área de juego para dividirlo en 2.
4. Prender todas las pinzas sobre el tendedero.
5. Distribuir la mitad de los paliacates en cada extremo del área.

**D****¿Qué y cómo lo haremos?**

Duración sugerida: 10 a 12 minutos

1. Explica al grupo las medidas sanitarias de prevención y la importancia de guardar la sana distancia (cuida que se atiendan en todo momento).
2. Divide al grupo en dos equipos mixtos.
3. Explica que el juego consiste en tender la ropa que Don Ramón y Doña Ramona han lavado, pero necesitan ayuda para tenderla.
4. A modo de relevos y a la señal, un integrante de cada equipo tomará un paliacate y saldrá corriendo para colocarlo en el tendedero sujetándolo con la pinza.
5. Así sucesivamente hasta que todos los paliacates estén tendidos.
6. Si se desea continuar el juego, ahora la consigna puede ser ir a recoger los paliacates y doblarlos.

**E****¿Qué aprendimos?**

Duración sugerida: 5 minutos

1. Reúne al grupo y pídele que reflexionen sobre las ocasiones en que han necesitado ayuda y que respondan las siguientes preguntas: ¿Qué haces cuando necesitas ayuda? ¿Cómo te sentiste al ayudar a Don Ramón y Doña Ramona? ¿Tú ayudas en casa con algunas labores como tender o guardar la ropa? ¿Te gustaría ayudar más en las labores de tu casa?
2. Pide al grupo que recuerden la importancia de ayudar y colaborar en los deberes del hogar y que expresen mediante alguna manifestación plástica la forma en la que contribuyen.

**F****No olvidemos...**

Consulta la ficha de referencia general sobre el valor de la empatía.

## Empatía / Grado 3°

Nombre de la actividad:  
"El tesoro de los reyes"



**A**

### ¿Qué necesitamos saber sobre la empatía?

Consulta la ficha de referencia general sobre el valor de la empatía.

**B**

### ¿Qué favoreceremos?

Consulta la ficha de referencia general sobre el valor de la empatía.

**C**

### ¿Cómo nos preparamos?

#### Materiales

- Dos títeres o dibujos de un rey y una reina
- Diversos materiales didácticos y juguetes, en distintas cantidades (por lo menos 5 de cada uno) como: carritos, muñecas, peluches, pelotas, bloques de construcción, paliacates, costalitos con semillas, cuerdas, ligas, discos tipo frisbee, etc. (entre mayor variedad de artículos, será mejor para el desarrollo del juego).
- 6 conos (señales de campo).
- Una cartulina y un plumón para escribir las preguntas para la reflexión.

1. Ubicar y delimitar un espacio libre (patio, cancha, salón de cantos y juegos, etc.) mínimo de 8 x 10 m.
2. Desinfectar previamente los materiales y el espacio de juego.
3. Distribuir de manera uniforme todos los juguetes y materiales que se hayan conseguido en la periferia del área de juego.
4. Delimita un círculo pequeño (de 1.5 m. de diámetro) con los conos en el centro del área de juego.

5. Explica al grupo las medidas sanitarias de prevención y la importancia de guardar la sana distancia (cuida que se atienda en todo momento).
6. Integra al grupo formándose alrededor del círculo previamente delimitado con los conos.
7. Presenta ante el grupo los títeres (o dibujos) de la reina y el rey (los puedes nombrar como mejor consideres).
8. Comenta al grupo que los reyes están tristes porque han desaparecido algunas piezas de su tesoro.
9. Explica que el juego consiste en ayudar a la reina y al rey a sentirse mejor y tratar de recuperar todos sus objetos valiosos.
10. El juego inicia a la voz: “*Los reyes piden...*” Se tendrá que indicar un objeto que se encuentre entre los materiales previamente colocados en el área de juego, y las niñas y niños buscarán el juguete o material mencionado y lo colocarán en el círculo del centro, delimitado por los conos. Será importante recordar que la intención del juego es trabajar todos juntos, en equipo y hacer su mejor esfuerzo para participar.

**D**

### ¿Qué y cómo lo haremos?

Duración sugerida: 10 a 12 minutos

1. Cuando se haya encontrado y depositado el objeto hay que volver a la formación inicial.
2. Si lo consideras pertinente, puedes darle oportunidad a las niñas y niños de dirigir la actividad.
3. También se puede indicar el tipo de participantes que irán por los juguetes, ejemplo: “Los reyes piden que las niñas traigan...”; o “Los reyes piden que las niñas y niños que su nombre inicie con la letra A traigan...”, etc.

4. Las consignas que den los reyes pueden estar enfocadas a mencionar características físicas de los objetos, por ejemplo: “Los reyes piden... un juguete de color blanco; un juguete pequeño; una chamarra de color azul; una gorra roja; etc.
5. También puedes variar las formas de desplazamiento, por ejemplo: saltando sobre un pie; en cuadrupedia; etc.
6. Una vez que se hayan conseguido traer todos los materiales a la zona delimitada termina el juego.

**E**

### ¿Qué aprendimos?

Duración sugerida: 5 minutos

1. Manteniendo la misma formación en círculo, si lo crees conveniente, las y los alumnos se pueden sentar en parejas o tercias y pedir que reflexionen y respondan a las siguientes preguntas: ¿Cómo te sentirías, si perdieras tus juguetes favoritos? ¿Te gustaría que te ayudarán a recuperarlos? ¿Cómo podemos cuidar mejor nuestras pertenencias?
2. A modo de cierre, en plenaria, pueden escuchar algunas de las respuestas que las niñas y niños comentaron anteriormente; pide al grupo que mediante alguna manifestación plástica representen las pertenencias que deben cuidar en casa o la escuela y qué hacen para lograrlo.

**F**

### No olvidemos...

Consulta la ficha de referencia general sobre el valor de la empatía.



## Empatía / Grado 3°

Nombre de la actividad:  
"Los detectives"



**A**

### ¿Qué necesitamos saber sobre la empatía?

Consulta la ficha de referencia general sobre el valor de la empatía.

**B**

### ¿Qué favoreceremos?

Consulta la ficha de referencia general sobre el valor de la empatía.

**C**

### ¿Cómo nos preparamos?

Materiales

- 1 antifaz (para dormir) o un paliacate por participante.
- 4 señales de campo (conos) para delimitar el área de juego.
- Una cartulina y un plumón para escribir las preguntas para la reflexión.

1. Ubicar y delimitar un espacio libre (patio, cancha, salón de cantos y juegos, etc.) mínimo de 8 x 10 m.
2. Desinfectar previamente los materiales y el espacio de juego.
3. Organizar al grupo formando un círculo para que todos los participantes se puedan ver unos a otros.

**D**

### ¿Qué y cómo lo haremos?

Duración sugerida de la actividad: 10 a 15 min.

1. Explica al grupo las medidas sanitarias de prevención y la importancia de guardar la sana distancia (cuida que se atiendan en todo momento).
2. Pide al grupo que uno por uno, digan en voz alta su nombre, mientras todos escuchan con atención.
3. Elige a dos participantes para que inicien como “detectives” y se cubrirán los ojos con el antifaz o paliacate.
4. El resto del grupo se distribuye en el área de juego separados entre sí a un metro aproximadamente.
5. A la señal, los detectives comienzan a caminar hasta encontrarse cerca de otro participante cuando esto suceda, el participante más cercano dirá en voz alta: “Buenos días detective”
6. A través del sentido del oído, los detectives tratarán de reconocer a los participantes que se van encontrando, diciendo su nombre y alguna característica que recuerden de él o ella, si logran el reconocimiento, cambiarán de rol.
7. Será muy importante que el resto de los participantes no revelen la identidad de los compañeros que los detectives tratan de reconocer.
8. Lo ideal será que todos los participantes cumplan el rol de “detectives” y tengan la experiencia.

**E**

### ¿Qué aprendimos?

Duración sugerida de la actividad: 10 min.

1. Al finalizar el juego, reúne al grupo y pídele que responda las siguientes preguntas: ¿Qué sentiste al tener los ojos cubiertos? ¿Conoces a alguien que no pueda ver? ¿Cómo te sentirías tú si no pudieras ver? ¿Cómo podrías apoyar a una persona que no puede ver?
2. Pide al grupo que recuerden que existen personas diferentes, pero todos somos igual de valiosos y que expresen mediante alguna manifestación plástica alguna cualidad que hace valiosa a una persona.

**F**

### No olvidemos...

Consulta la ficha de referencia general sobre el valor de la honestidad.