

Presentación	3
Índice	4
Conoce tu cuaderno	5

Trimestre 1



Ficha 1	Mis capacidades y habilidades motrices	8
Ficha 2	Capacidades y destrezas en acción	14
Ficha 3	Organización y diversión	20
Ficha 4	Iniciación deportiva e inclusión	26

Trimestre 2



Ficha 5	Deporte educativo y bienestar social	32
Ficha 6	Alto, es mi salud	38
Ficha 7	Alternativas saludables y calidad de vida	44
Ficha 8	Pienso, juego y me supero	50

Trimestre 3



Ficha 9	Pensamiento estratégico	56
Ficha 10	Asertividad y autoestima	64
Ficha 11	Comunicación en el deporte	72
Ficha 12	Con los demás y no contra ellos	80

Evaluación trimestral 1	89
Evaluación trimestral 2	91
Evaluación trimestral 3	93
Bibliografía consultada	95