**PROGRAMACIÓN DE UNIDAD DE APRENDIZAJE N° 3 - AÑO ESCOLAR 2024**

**ME INICIO EN EL VOLEY**

1. **DATOS INFORMATIVOS:**
	1. Área o asignatura : Educación Física
	2. Ciclo : V
	3. Grado/Año : 6° Primaria
	4. Sección : “A” y “B”
	5. Duración : 6 semanas
	6. Número de horas semanales : 4 horas
	7. Profesor : Jhordan Perales Mugersa
2. **SITUACIÓN SIGNIFICATIVA:**

|  |
| --- |
| En la I.E. Algarrobos los estudiantes presentan carencia de la práctica del voleibol puesto queDentro de esta unidad mediante el área de educación física se trabajará el voleibol siendo este un deporte colectivo muy activo en el que los jugadores están en continuo movimiento, aunque no existe contacto físico entre ellos.A través de esta unidad se pretende utilizar este deporte no solamente como una Actividad que permita a los alumnos mejorar sus habilidades motrices, sino también como un medio para fomentar la participación activa, favoreciendo valores tales como la cooperación, la igualdad, la solidaridad y la coeducación. |

1. **ESTANDARES DE APRENDIZAJE:**

|  |  |
| --- | --- |
| **COMPETENCIA** | **ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE****DESCRIPCIÓN DE LOS NIVELES DEL DESARROLLO DE LA COMPETENCIA** |
| Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad | Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad cuando acepta sus posibilidades y limitaciones según su desarrollo e imagen corporal. Realiza secuencias de movimientos coordinados aplicando la alternancia de sus lados corporales de acuerdo a su utilidad. |
| Asume una vida saludable | Replantea sus hábitos higiénicos y alimenticios tomando en cuenta los cambios físicos propios de la edad, evita la realización de ejercicios y posturas contraindicadas para la salud en la práctica de actividad. |
| Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices | Hace uso de estrategias de cooperación y oposición seleccionando los diferentes elementos que se pueden dar en la práctica de actividades lúdicas y pre deportivas, para resolver la situación de juego que le dé un mejor resultado y que responda a las variaciones que se presentan en el entorno. |

1. **ENFOQUE TRANSVERSAL:**
* Enfoque de orientación del bien común
* Enfoque de búsqueda de la excelencia
1. **VIRTUDES NUCLEARES INSTITUCIONALIZADAS**
* Orden
* Responsabilidad
* Trabajo
* Generosidad
1. **APRENDIZAJES ESPERADOS Y ORGANIZACIÓN DE TEMAS (PROPÓSITOS):**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **COMPETENCIA** | **CAPACIDAD** | **DESEMPEÑO PRECISADO** | **CAMPO TEMÁTICO** | **CRITERIOS** | **EVIDENCIAS** |
| Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad | Comprende su cuerpo. | Regula su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices en contextos lúdicos,Pre deportivos; de este modo, afianza las habilidades motrices específicas relacionadas con la carrera, el salto y lanzamientos.  | * Iniciación al vóley, situaciacion de juego real (diagnostica).
* Toque de dedos.
* Toques de antebrazos.
* Saques en el voleibol.
* Gestos técnicos básicos.
* Rotaciones y juego real.
 | Participa en todas las actividades, aceptando al compañero las reglas y controlando su conducta. Intenta superarse siendo consiente de sus posibilidades dentro de las actividades.   | Coordina sus movimientos óculo manuales de acuerdo a las situaciones pre deportivas y situación de juego real. Conoce la importancia de determinados hábitos saludables como: alimentación, calentamiento, actuaciones ante accidentes cotidianos, posturas adecuadas.  Colabora, participa y respeta las normas en los juegos y actividades que se proponen. |
| Asume una vida saludable | Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud. | Explica la relación entre los cambios físicos propios de la edad y la repercusión en la higiene, en la práctica de actividad física y en actividades de la vida cotidiana; practica actividad física y explica la importancia que tiene en su vida cotidiana. | Utiliza siempre ropa adecuada que le facilite desarrollarse dentro de las actividades.Sigue por iniciativa propia las reglas de higiene personal. |
| Interactúa a través de sus habilidades socio motrices | Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices. | Participa en actividades lúdicas, pre deportivas y deportivas en las que pone en prácticaDiversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno. | Mantiene una actitud deportiva, aceptando todas las reglas de juego y lo que ello conlleva.  |

1. **SECUENCIA DE SESIONES:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Fecha de sesión** | **Título o Nombre de la sesión** | **Breve descripción** | **Evidencias** | **Recursos a Emplear** |
| 05 al 09 de agosto | ME DIVIERTO EN JUEGOS DE INICIACIÓN AL VOLEIBOL.  | En esta sesión los estudiantes se relacionan mejor a través de las actividades pre deportivas.* Activación fisiológica corporal.
* Se divide a los estudiantes en diferentes grupos para realizar juegos de competencia (circuitos), haciendo uso del balón.
* Trabajos en grupo los cuales consta en mantener el balón suspendido en el aire haciendo toques con las extremidades superiores entre todos los del grupo.
* Desplazarse mientras mantienen el balón sin caer al piso.
* Juegos de relajación – vuelta a la calma.

  | * Se esfuerza por dominar los golpeos al balón con la fuerza y la dirección necesaria.
* Participa activamente durante toda la clase.
 | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 12 al 16 de agosto | DESARROLLO MIS HABILIDADES MEDIANTE EL TOQUE DE DEDOS.  | En esta sesión los estudiantes mejoran sus habilidades a través de las actividades pre deportivas.* Activación fisiológica corporal.
* Circunducción de hombros.
* Extensión y flexión de brazos.
* Polichinelas.
* Circunducción de muñeca.
* Flexión continua de los dedos de la mano.

Se plantean actividades donde el estudiante realice los siguientes juegos pre deportivos. * control y el manejo del balón con ambas manos.
* Lanzar el balón hacia arriba y luego recepcionar el balón con la yema de los dedos haciendo un golpeo suave para volver a elevarlo.
* Elevación continua del balón con el toque de dedos de forma estática y en movimiento.
* Pases continuos en parejas haciendo el toque de dedos de forma estática y con desplazamiento.
* Circuito para el desarrollo del fundamento técnico del toque de dedos.
* Ejercicios de relajación – vuelta a la calma.
 | * realiza el voleo, manteniendo su fuerza adecuada y direccionando de forma correcta el balón.
* Participa activamente durante toda la clase.
* Coordinación óculo manual.
 | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales |
| 19 al 23 de agosto | ME RELACIONO JUGANDO Y APRENDO EL TOQUE DE ANTEBRAZOS.  | En esta sesión los estudiantes conocen, utilizan sus movimientos corporales como medio de exploración, iniciando al alumno en los gestos técnicos del voleibol. * Juegos de activación corporal general.
* Activación corporal específica en la plataforma.
* Actividades para el desarrollo del toque de ante brazos.
* Elevación continua del balón haciendo uso del antebrazo.
* Realizar golpeos continuos con el toque de ante brazos de un punto de inicio a un punto de llegada.
* Pases continuos en parejas haciendo el toque de ante brazos de forma estática y con desplazamiento.
* Circuito para el desarrollo del fundamento técnico del toque de ante brazos.
* Vuelta a la calma.
 | * Identifican partes del cuerpo necesarias a utilizar durante la actividad.
* Recepción del balón con antebrazos en diferentes situaciones.
* Precisión de los pases de manera estática y en movimiento.
 | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 26 de agosto al 06 de septiembre | MEJORO MIS HABILIDADES MOTRICES DURANTE LA PRÁCTICA DE LOS TIPOS DE SAQUES EN EL VOLEY.  | En esta sesión los estudiantes realizan los gestos técnicos del lanzamiento durante el saque dentro del voleibol. * Ejercicios de activación corporal.
* Actividad de lanzamiento del balón al realizar los siguientes tipos de saques.
* Saque bajo
* Saque de tenis
* Saque con salto
* Saque flotante
* Estiramientos – vuelta a la calma.
 | * Mejora los gestos técnicos del saque.
* Desarrolla la técnica del pase y recepción de ante brazos.
* Familiariza los gestos técnicos trabajando en grupo.
 | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 09 al 13 de septiembre | ME DIVIERTO EN EL JUEGO REAL REALIZANDO LOS GESTOS TÉCNICOS Y ROTACIONES.  | En esta sesión los estudiantes realizan diversos trabajos individuales y colectivos donde practican los diferentes fundamentos técnicos del vóley. * Juegos de activación corporal general.
* Actividad grupal.
* Voleo del balón.
* Toque de ante brazos.
* Actividades durante el juego real.
* Saques.
* Recepción.
* Pase.
* Estiramientos – vuelta a la calma.
 | * Participa en las actividades propuestas y juegos adaptados al voleibol.
* Intenta superarse siendo consciente de sus posibilidades.
* Reconoce las diferencias individualidades en cada destreza donde importa el esfuerzo y no el resultado.
 | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |

1. **EVALUACIÓN:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **COMPETENCIA**  | **CAPACIDADES** | **DESEMPEÑOS** | **CRITERIOS** | **EVIDENCIAS** | **INSTRUMENTOS E ÍTEMS** | **PONDERACIÓN** |
| Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad | Comprende su cuerpo. | Regula su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices en contextos lúdicos,Pre deportivos; de este modo, afianza las habilidades motrices específicas relacionadas con la carrera, el salto y lanzamientos. | Participa en todas las actividades, aceptando al compañero las reglas y controlando su conducta. Intenta superarse siendo consciente de sus posibilidades dentro de las actividades.  | Coordina sus movimientos óculo manuales de acuerdo a las situaciones pre deportivas y situación de juego real. Conoce la importancia de determinados hábitos saludables como: alimentación, calentamiento, actuaciones ante accidentes cotidianos, posturas adecuadas. Colabora, participa y respeta las normas en los juegos y actividades que se proponen. | Lista de cotejoGuía de observaciónRegistro Auxiliar |  |
| Asume una vida saludable | Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud. | Explica la relación entre los cambios físicos propios de la edad y la repercusión en la higiene, en la práctica de actividad física y en actividades de la vida cotidiana; practica actividad física y explica la importancia que tiene en su vida cotidiana. | Utiliza siempre ropa adecuada que le facilite desarrollarse dentro de las actividades.Sigue por iniciativa propia las reglas de higiene personal. |  |
| Interactúa a través de sus habilidades socio motrices | Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices. | Participa en actividades lúdicas, pre deportivas y deportivas en las que pone en prácticaDiversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno. | Mantiene una actitud deportiva, aceptando todas las reglas de juego y lo que ello conlleva. |  |

1. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

 PARA EL DOCENTE:

* MINISTERIO DE EDUCACIÓN. (2016) Currículo Nacional de la Educación Básica”. Lima
* Páginas web de Internet
* Psicopedagogía de la Educación Motriz – Oscar Zapata – Francisco Aquino
* Educación física sesiones – Pila Teleña

 PARA EL ESTUDIANTE:

* Enciclopedias de deporte.
* Reglamentos de los diferentes deportes
* Páginas de deportes internet.
* Revistas y folletos deportivos.



 **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 Prof. Jhordan Perales Mugersa.