**PROGRAMACIÓN DE UNIDAD DE APRENDIZAJE N° 1 - AÑO ESCOLAR 2024**

1. **DATOS INFORMATIVOS:**
   1. Área o asignatura : Educación Física
   2. Ciclo : III
   3. Grado/Año : 2° Primaria
   4. Sección : “A” y “B”
   5. Duración : 12 semanas
   6. Número de horas semanales : 4 horas
   7. Profesor : Luberly Reyes Zelada
2. **SITUACIÓN SIGNIFICATIVA:**

|  |
| --- |
| En la I.E. Algarrobos los estudiantes tienen una limitada práctica de habilidades sociales, las cuales se reflejan en el quehacer diario del colegio: clases, almuerzo, recreos, talleres, etc.  Ante esta situación, se generan las siguientes interrogantes:   1. **¿Conocen los alumnos las normas de convivencia?** 2. **¿Las normas están bien planteadas para su correcta aplicación, o es necesario un cambio en la forma en que se vive la convivencia?**   En esta unidad didáctica se desarrollarán actividades relacionadas a elaborar acuerdos por parte del docente y los estudiantes, que serán cumplidos para el bienestar de todos. Se generarán espacios de dialogo para que los estudiantes sientan confianza y libertad para expresar sus ideas y emociones. Se promoverá el uso de infografías y medios audiovisuales para la difusión de estos acuerdos. |

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 comprende cómo usar su cuerpo en las diferentes acciones que realiza utilizando su lado dominante y realiza movimientos coordinados que le ayudan a sentirse seguro en la práctica de actividades físicas. Se orienta espacialmente en relación a sí mismo y a otros puntos de referencia. Se expresa corporalmente con sus pares de diferentes utilizando el ritmo, gestos y movimientos como recursos para comunicar. |
| Asume una vida saludable | Asume una vida saludable cuando diferencia los alimentos saludables de su dieta familiar, los momentos adecuados para ingerirlos y las posturas que lo ayudan al buen desempeño en la práctica de actividad física y de la vida cotidiana, reconociendo la importancia del autocuidado. Participa regularmente en la práctica de actividades lúdicas identificando su ritmo cardiaco, respiración y sudoración; utiliza prácticas de activación corporal y psicológica antes de la actividad lúdica |
| Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices | Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices al aceptar al otro como compañero de juego y busca el consenso sobre la manera de jugar para lograr el bienestar común y muestra una actitud de respeto evitando juegos violentos y humillantes; expresa su posición ante un conflicto con intención de resolverlo y escucha la posición de sus compañeros en los diferentes tipos de juegos. Resuelve situaciones motrices a través de estrategias colectivas y participa en la construcción de reglas de juego adaptadas a la situación y al entorno, para lograr un objetivo común en la práctica de actividades lúdicas. |

1. **ENFOQUE TRANSVERSAL:**

* Enfoque de orientación del bien común
* Enfoque de búsqueda de la excelencia

1. **VIRTUDES NUCLEARES INSTITUCIONALIZADAS**

* Orden
* Trabajo
* Responsabilidad
* 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.  Se expresa corporalmente | Explora de manera autónoma sus posibilidades de movimiento al realizar con seguridad y confianza habilidades motrices básicas realizando movimientos coordinados según sus intereses, necesidades y posibilidades  Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro que le ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado. | El cuerpo: Imagen y percepción.  Salud corporal.  Importancia de la higiene personal,  Trabajo individual y colaborativo | Conoce, señala y utiliza las distintas partes del cuerpo al realizar las actividades lúdicas. | Elaboración de Normas de convivencia.  Conoce e identifica las partes de su cuerpo en el mismo y en sus pares.  Realiza de forma adecuada su aseo personal.  Participan en actividades lúdicas de forma individual y colectiva |
| Asume una vida saludable | Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud.  Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida. | Comprende la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica identificando los signos y síntomas relacionados con: el ritmo cardiaco, la respiración agitada y la sudoración que aparecen en el organismo al practicar actividades lúdicas.  Incorpora prácticas de cuidado personal al asearse, al vestirse, al adoptar posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y de la vida cotidiana que le permitan la participación en el juego sin afectar su desempeño. | Conoce los riesgos intrínsecos de la Educación Física, observa los hábitos de aseo y adopta posturas adecuadas en las diferentes actividades. |
| Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices | Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. | Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas evitando juegos bruscos, amenazas, apodos y aceptando la participación de todos sus compañeros. | Participa en los juegos recreándose y aceptando participantes y resultado. |

1. **SECUENCIA DE SESIONES:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Fecha de sesión** | **Título o Nombre de la sesión** | **Breve descripción** | **Evidencias** | **Recursos a Emplear** |
| 04 al 15 de marzo | Bienvenida, expectativa y presentación del área | * Presentación del curso a desarrollar y explicación de las normas de convivencia. * Cada alumno desarrolla: medidas de talla, peso y envergadura. * Se registra datos obtenidos de la medición. | * Elaboración de normas de convivencia. * Llenado de la ficha de datos antropométricos. | Material deportivo (balanza, Tallimetro, etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 18 al 22 de marzo | Nos conocemos y nos divertimos jugando | * En esta sesión los estudiantes se conocerán mejor a través de las actividades lúdicas que se van a realizar, siendo esta su primera forma de interacción. | * Participan en actividades lúdicas de forma individual y colectiva. | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales |
| 25 marzo al  05 de abril | Conozco mi cuerpo a través de los juegos | * En esta sesión los estudiantes conocen, utilizan y valoran su cuerpo y el movimiento como medio de exploración, descubrimiento y disfrute de sus posibilidades motrices | * Identifican las diferentes partes del cuerpo en ellos mismos y en sus compañeros * Pone en práctica normas básicas de higiene. | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 08 al 12 de abril | Jugamos para conocer nuestra flexibilidad y velocidad | * En esta sesión los estudiantes conocerán sus capacidades físicas de velocidad y flexibilidad a través de juegos. Y cuidado de la salud. | * Proponen juegos motores, demostrando su velocidad y flexibilidad, en el desarrollo de las actividades lúdicas. | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 15 al 19 de abril | Jugamos para conocer nuestra fuerza y agilidad | * En esta sesión los estudiantes realizaran diversos juegos de agilidad y potencia muscular, valorando el cuerpo y la salud. | * Proponen juegos lúdicos, demostrando agilidad y fuerza con el reconocimiento de sus habilidades físicas | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 22 al 26 de abril | Te cuento con que lado de mi cuerpo juego mejor | * En esta sesión los estudiantes realizaran diversas actividades lúdicas para conocer e identificar su lado dominante y no dominante. | * Identifican las diferentes partes del cuerpo en ellos mismos y en sus compañeros * Pone en práctica normas básicas de higiene | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales |
| 29 abril al  03 de mayo | Juguemos con nuestro lado dominante y no dominante | * En esta sesión los estudiantes realizaran diversas actividades lúdicas para identificar y afianzar su lado dominante y no dominante. | * Identifican las diferentes partes del cuerpo en ellos mismos y en sus compañeros * Pone en práctica normas básicas de higiene | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales |
| 06 al 10 de mayo | Corro salto y giro sin caer | * En esta sesión los estudiantes realizaran diversas actividades lúdicas para reconocer e identificar su equilibrio (estático y dinámico) | * Identifican equilibrio estático y dinámico a través de las actividades lúdicas. * Importancia de la rehidratación | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales |
| 13 al 17 de mayo | Otra vez jugamos con el equilibrio | * En esta sesión los estudiantes realizaran diversas actividades lúdicas para afianzar su equilibrio (estático y dinámico) | * Identifican equilibrio estático y dinámico a través de las actividades lúdicas. * Importancia de la rehidratación | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales |
| 20 al 24 de mayo | Evaluamos lo aprendido | * En esta sesión los estudiantes realizaran diversos circuitos motrices, aplicando lo aprendido durante la unidad | * Evaluación de distintos circuitos motrices (esquema corporal, lateralidad, percepción espacial y temporal y equilibrio) | 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. | Explora de manera autónoma sus posibilidades de movimiento al realizar con seguridad y confianza habilidades motrices básicas realizando movimientos coordinados según sus intereses, necesidades y posibilidades  Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro que le ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado. | Conoce, señala y utiliza las distintas partes del cuerpo al realizar las actividades lúdicas. | Elaboración de Normas de convivencia.  Conoce e identifica las partes de su cuerpo en el mismo y en sus pares.  Realiza de forma adecuada su aseo personal.  Participan en actividades lúdicas de forma individual y colectiva | Lista de cotejo  Guía de observación  Registro Auxiliar |  |
| Asume una vida saludable | Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. | Comprende la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica identificando los signos y síntomas relacionados con: el ritmo cardiaco, la respiración agitada y la sudoración que aparecen en el organismo al practicar actividades lúdicas.  Incorpora prácticas de cuidado personal al asearse, al vestirse, al adoptar posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y de la vida cotidiana que le permitan la participación en el juego sin afectar su desempeño. | Conoce los riesgos intrínsecos de la Educación Física, observa los hábitos de aseo y adopta posturas adecuadas en las diferentes actividades. |  |
| Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices | Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. | Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas evitando juegos bruscos, amenazas, apodos y aceptando la participación de todos sus compañeros. | Participa en los juegos recreándose y aceptando participantes y resultado. |  |

1. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

PARA EL DOCENTE: PARA EL ESTUDIANTE

* Currículo Nacional del Ministerio de Educación -Enciclopedias de deporte
* Psicopedagogía de la Educación Motriz – Oscar Zapata – Francisco Aquino - Videos tutoriales
* Educación física sesiones – Pila Teleña - Paginas de deportes internet.
* Unidades de aprendizaje significativo – Abel Ramos Gonzales - Reglamentos de los diferentes deportes
* Ejercicios Y Juegos de Atletismo. Volumen II (Las Disciplinas Atléticas) Javier Olivera Beltrán. - Revista y folletos deportivos.
* Página Internet. Ef. deporte atletismo voleibol, basquetbol y fútbol. - Revista y folletos deportivos.
* Reglamento Atletismo, Basquetbol, Voleibol, y Fútbol etc.
* Videos tutoriales de capacidades física coordinativas y condicionales.

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

Prof. Luberly Reyes Zelada

Docente**.**