**PROGRAMACIÓN DE UNIDAD DE APRENDIZAJE N° 2 - AÑO ESCOLAR 2024**

**MEJORAMOS NUESTRA COORDINACIÓN MEDIANTE MOVIMIENTOS SINCRONIZADOS DURANTE LAS ACTIVIDADES**

1. **DATOS INFORMATIVOS:**
   1. Área o asignatura : Educación Física
   2. Ciclo : V
   3. Grado/Año : 5° Primaria
   4. Sección : “A” y “B”
   5. Duración : 5 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 coordinación global y puesto que a nivel escolar, la coordinación permite afianzar las habilidades motrices básicas trabajadas en años anteriores (desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones), incorporándolas a esta edad como habilidades específicas. Se puede utilizar como medio para conseguir una mejora global de la forma física del alumnado de manera divertida y motivadora, permitiendo trabajar esos aspectos dentro de una atmósfera de juego con unas demandas físicas asequibles, para que todos los alumnos participen sin dificultad y dentro de los límites de su aprendizaje y desarrollo.  Dentro de esta unidad mediante el área de educación física también se abarcará temas relacionados al cuidado y buen uso de los recursos naturales (agua). |

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. | Pone en práctica las habilidades motrices específicas (relacionadas con la carrera Y salto) a través de la exploración y regulación de su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices (en contextos, pre deportivos). | Juegos de coordinación general.  Agilidades coordinativas durante el juego.  Orientación en el espacio y desplazamiento con movimientos coordinados  Coordinación durante el impulso dentro de las actividades.  Desplazamiento mediante saltos coordinados durante el juego. | Domina sus lados corporales y coordina sus movimientos al desplazarse durante las diferentes actividades. | Controla y coordina sus movimientos al desplazarse dentro de las actividades y juegos teniendo una orientación adecuada al momento de dirigirse de un punto a otro, trasladándose de distintas formas con movimientos coordinados y también realiza movimientos corporales haciendo uso de su fuerza, coordinando su hemisferio inferior y superior.  Se asea después de las clases, teniendo en cuenta el buen uso y el cuidado del agua. |
| Asume una vida saludable | Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud. | Aplica los beneficios relacionados con la salud al realizar actividades de activación corporal, psicológica antes, durante y después de la práctica de actividad física. | Demuestra buenos hábitos de aseo y adopta posturas adecuadas en las diferentes actividades. |
| Interactúa a través de sus habilidades socio motrices | Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices. | Realiza actividades lúdicas interactuando con sus compañeros y oponentes como compañeros de juego respetando las diferencias personales y asumiendo roles y cambio de roles. | Participa en los juegos recreándose e integrándose dentro de los grupos del juego. |

1. **SECUENCIA DE SESIONES:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Fecha de sesión** | **Título o Nombre de la sesión** | **Breve descripción** | **Evidencias** | **Recursos a Emplear** |
| 22 al 26 de abril | **AFIANZO MIS HABILIDADES SOCIO MOTRICES COORDINANDO MIS MOVIMIENTOS DURANTE EL JUEGO.** | * En esta sesión los estudiantes van a realizar movimientos en diferentes circuitos para desarrollar su coordinación corporal | * Controla y coordina sus movimientos al desplazarse dentro de las actividades | Material deportivo (balanza, Tallimetro, etc.), fichas. |
| 29 al 03 de mayo | **MEJORO MI COORDINACIÓN MEDIANTE LA CARRERA DURANTE EL JUEGO.** | * En esta sesión los estudiantes se desenvuelven de manera autónoma y ejecutan recorridos planteados durante la actividad. | * Mejora la coordinación * Sabe distinguir cada situación o dificultad * Desarrolla el cambio de velocidades | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 06 al 10 de mayo | **COORDINO MIS EXTREMIDADES INFERIORES Y SUPERIORES.** | * En esta sesión los estudiantes conocen y utilizan de manera adecuada los ejes corporales de su cuerpo. | * Domina su lateralidad al momento de desplazarse. | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 13 al 17 de mayo | **MEJORO MI FUERZA PARA EL IMPULSO** | * En esta sesión los estudiantes van a realizar movimientos en diferentes circuitos para desarrollar su sistema muscular mediante la ejecución de las actividades planteadas. | * Perfecciona sus movimientos al momento de impulsarse para saltar. . | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 20 al 24 de mayo | **DESARROLLO MIS CAPACIDADES FÍSICAS MEDIANTE EL SALTO.** | * En esta sesión los estudiantes a través de juegos van a realizar movimientos y esfuerzos físicos. | * Mejora su equilibrio y su fuerza mediante saltos en distintas situaciones del juego. | 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. | Pone en práctica las habilidades motrices específicas (relacionadas con la carrera Y salto) a través de la exploración y regulación de su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices (en contextos, pre deportivos). | Domina sus lados corporales y coordina sus movimientos al desplazarse durante las diferentes actividades. | Controla y coordina sus movimientos al desplazarse dentro de las actividades y juegos  Adecua sus movimientos al desplazarse en diferentes situaciones.  Evita acciones de peligro dentro de la actividad.  Adopta buenos hábitos de aseo.  Coopera dentro de la actividad para el beneficio de sí mismo y de sus compañeros. . | Lista de cotejo  Guía de observación  Registro Auxiliar |  |
| Asume una vida saludable | Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud. | Aplica los beneficios relacionados con la salud al realizar actividades de activación corporal, psicológica antes, durante y después de la práctica de actividad física. | Demuestra buenos hábitos de aseo y adopta posturas adecuadas en las diferentes actividades. |  |
| Interactúa a través de sus habilidades socio motrices | Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices. | Realiza actividades lúdicas interactuando con sus compañeros y oponentes como compañeros de juego respetando las diferencias personales y asumiendo roles y cambio de roles. | Participa en los juegos recreándose e integrándose dentro de los grupos del juego. |  |

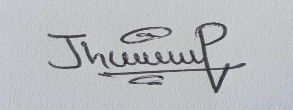
1. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

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

**.**