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

**“ME INICIO AL BALONCESTO DEL BASQUET”**

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

|  |
| --- |
| En la I.E. Algarrobos los estudiantes tienen una limitada práctica de habilidades para la iniciación en el básquet.  En esta unidad en el área de educación física las tareas propuestas a lo largo de las sesiones permiten conocer y practicar los gestos técnicos individuales que llevan al alumno hacia la maduración en el juego de baloncesto. Por otra parte, el baloncesto aporta, como deporte colectivo que es, una serie de valores importantes como el espíritu colectivo, el trabajo en equipo, etc. |

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 baloncesto, situaciacion de juego real (diagnostica) * bote de balón. * desplazamientos con y sin balón. * pases de pecho y picado. * pase de cabeza y pase de béisbol. * paradas en 1 y 2 tiempos. * lanzamientos a canasta. * entradas a canasta. * entradas a canasta en situaciones de juego real. * juego real. | Conoce, señala y utiliza las distintas partes del cuerpo al realizar las actividades pre deportivas.  Se desplaza adoptándose a las diferentes circunstancias dentro de las actividades de basquetbol. | Combina las partes de su cuerpo de acorde a las situaciones de juego y sus desplazamientos.  Identifica las mejoras de la actividad física sobre la calidad de vida.    Coopera con los compañeros en beneficio del equipo. |
| Asume una vida saludable | Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida. | 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. | 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 socio motrices | Crea y aplica estrategias y tácticas de juego. | Participa en actividades lúdicas, pre deportivas y deportivas en las que pone en práctica  Diversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno. | Participa por iniciativa propia en cualquier actividad y Utiliza estrategias de juego, participando en su organización. |

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. |
| 18 al 29 de marzo | **NOS CONOCEMOS Y NOS RELACIONAMOS A TRAVÉS DE JUEGOS DE INICIACIÓN AL BASQUETBOL.** | * En esta sesión los estudiantes se conocerán mejor a través de las actividades pre deportivas. * Activación fisiológica corporal. * Se divide el a los estudiantes en diferentes grupos para realizar juegos de competencia (circuitos), con el balón en las manos.   Se plantearan actividades donde el estudiante realice los siguientes juegos pre deportivos.   * control y el manejo del balón con ambas manos. * Dar bote el balón con mano izquierda * Dar bote el balón con mano derecha. * Dar bote el balón con ambas manos.   (Se realiza las actividades de manera estática y en movimiento).   * Ejercicios de relajación – de vuelta a la calma. | * Conducción del balón con ambas manos. * Conducción del balón en línea recta y en zigzag. * Dominio y control del balón durante las actividades. * Participa activamente durante toda la clase. | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales |
| 01 al 05 de abril | **CONOZCO MIS HABILIDADES CORPORALES MEDIANTE EL DESPLAZAMIENTO CON Y SIN BALÓN.** | * En esta sesión los estudiantes conocen, utilizan y valoran su cuerpo y el movimiento como medio de exploración, iniciando al alumno en los gestos técnicos del basquetbol. * Activación corporal específica en la plataforma. * Juegos de activación corporal general. * Circuitos de desplazamientos sin balón. * Laterales hacia los dos perfiles. * Recorrido en zigzag. * Desplazamiento hacia atrás. * Saltos y velocidad. * Circuitos de desplazamiento con balón. * Realiza el driblen en zigzag. * Se desplaza dando bote el balón dentro de los aros puestos en el circuito. * Realiza conducción del balón con ambas manos y luego realice un pase hacia su compañero. * Vuelta a la calma. | * Identifican las diferentes partes del cuerpo en ellos mismos y en sus compañeros * Control del balón en diferentes situaciones. * Precisión de los pases de manera estática y en movimiento. * Coordinación óculo manual. | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 08 al 12 de abril | **ME DIVIERTO EN LOS JUEGOS Y APRENDO EL PASE DE PECHO** | * En esta sesión los estudiantes inician los gestos técnicos del pase de pecho, mejoran la dirección, el dominio del balón y la técnica en el lanzamiento del balón. * Ejercicios de activación corporal específica. * Circuito de lanzamiento de balón con las dos manos. * Estudiantes distribuidos en grupos, una columna frente a otra realizan actividades de lanzamiento estático. * Trabajo en parejas pase de pecho estático. * Trabajo en parejas pase de pecho con desplazamiento. * Trabajo en grupo pase de pecho estático. * Trabajo en grupos pase de pecho con desplazamiento. * Estiramientos – vuelta a la calma. | * Mejora los gestos técnicos del pase durante diferentes situaciones (estático – con desplazamiento). * Desarrolla la técnica del pase y recepción del balón. * Familiariza los gestos técnicos trabajando en grupo. | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 15 al 19 de abril | **MEDIANTE JUEGOS REALIZO EL PASE PICADO – BASQUETBOL** | En esta sesión los estudiantes realizan diversos circuitos donde practican el pase picado buscando mejorar sus movimientos corporales y los gestos técnicos del pase.   * Juegos de activación corporal general. * Circuito de lanzamiento de balón con las dos manos generando un rebote sobre el piso. . * Estudiantes distribuidos en grupos, una columna frente a otra realizan actividades de lanzamiento estático. * Trabajo en parejas pase picado estático. * Trabajo en parejas pase de picado con desplazamiento. * Trabajo en grupo pase picado estático. * Trabajo en grupos pase picado con desplazamiento. * Estiramientos – vuelta a la calma. | * Participa en las actividades propuestas y juegos adaptados al basquetbol. * Regula su esfuerzo físico. * 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. |
| 22 al 26 de abril | **REALIZAMOS EL PASE POR ENCIMA DE LA CABEZA** | En esta sesión los estudiantes siguen afianzando sus cualidades físicas con respecto a las actividades pre deportivas de los saques en el basquetbol.   * Juegos de activación corporal general y activación específica. * Circuito de lanzamiento de balón con las dos manos por encima de la cabeza. * Estudiantes distribuidos en 4 columnas, una columna frente a otra realizan actividades de lanzamiento estático en una distancia determinada. * Trabajo en parejas realizando el pase por encima de la cabeza de forma estática. * Trabajo en parejas realizando el pase por encima de la cabeza con desplazamiento. * Trabajo en grupo realizando el pase por encima de la cabeza de forma estática. * Trabajo en grupos realizando el pase por encima de la cabeza con desplazamiento.   Estiramientos – vuelta a la calma. | * Se interesa por conocer la diversidad de actividades físicas deportivas cuidando los materiales y espacio donde se practican. * Emite y comprende satisfactoriamente mensajes a través de movimiento corporal. * Desarrolla la técnica del pase manteniendo un buen equilibrio. | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 29 al 03 de mayo | **ME RELACIONO EN ARMONIA PRACTICANDO EL PASE DE BEISBOL** | En esta sesión los estudiantes siguen afianzando sus cualidades físicas con respecto a las actividades pre deportivas de los saques en el basquetbol.   * Juegos de activación corporal general y activación específica. * Circuito de lanzamiento de balón con una mano. * Estudiantes distribuidos en 4 columnas, una columna frente a otra realizan actividades de lanzamiento estático en una distancia determinada. * Trabajo en parejas realizando el pase de béisbol de forma estática. * Trabajo en parejas realizando el con desplazamiento. * Trabajo en grupo realizando el pase de béisbol de forma estática. * Trabajo en grupos realizando el pase de béisbol con desplazamiento. * Estiramientos – vuelta a la calma. | * Reconoce y utiliza el calentamiento y la relajación como elementos básicos de la actividad física. * Domina los desplazamientos y su utilización correcta. * Tiene conciencia de su postura y control en situaciones de equilibrio. | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 06 al 10 de mayo | **ME DIVIERTO REALIZANDO LANZAMIENTOS PARA ENCESTAR** | Durante esta sesión los estudiantes regulan la intensidad de su fuerza y mejoran su direccionalidad al momento de realizar lanzamientos.   * Juegos de activación corporal general y activación específica. * Juegos lúdicos realizando los pases anteriormente practicados. * Lanzamiento individual de forma estática hacia la canasta. * Circuito individual de conducción y driblen del balón en línea recta y en zigzag con finalización de lanzamiento a la canasta * Circuito en parejas realizando la conducción y driblen haciendo uso de los pases y finalización con lanzamiento hacia la canasta. * Retroalimentación de la clase ejecutada. | * Es consciente de las actividades y actitudes positivas y negativas durante el desarrollo de la clase. * Soluciona de forma satisfactoria problemas motrices con variables de tiempo y espacio. * Mejoran su direccionalidad y controlan su fuerza de acuerdo a la distancia de la canasta. | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 13 al 17 de mayo | **EVALUAMOS LO APRENDIDO** | * En esta sesión los estudiantes realizan diversos circuitos donde se evaluarán la mejora en la conducción, dominio del balón y técnica de la ejecución de los pases y lanzamiento a la canasta. * Circuitos para la ejecución de la técnica de: * Conducción y driblen del balón * Pase de pecho * Pase picado * Pase por encima de la cabeza * Pase de béisbol * Se realizará el trabajo de forma individual y en parejas todos con finalización de lanzamiento hacia la canasta. | * Reconoce y utiliza el calentamiento y la relajación como elementos básicos de la actividad física. * Domina los desplazamientos y su utilización correcta durante el circuito y la ejecución de pases. * Tiene conciencia de su postura y control en situaciones de equilibrio al momento de trasladarse dentro del circuito. | Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 20 al 24 de mayo | **ME DIVIERTO Y APRENDO REGLAS DEL BASQUETBOL MEDIANTE EL JUEGO REAL** | En esta sesión el estudiante realiza la práctica de todo lo aprendido durante las sesiones anteriores y se desenvuelve autónomo y colectivamente durante el juego.   * Ejercicios de activación corporal general. * Se dividen a los estudiantes en equipos parejos para realizar juegos prolongados donde participen todos los alumnos y durante el proceso del juego se irá explicando las reglas del deporte en práctica. | * Mejora la velocidad y el dominio del balón en situaciones de juego. * Desarrolla la precisión en los pases en situaciones de 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. | 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. | Conoce, señala y utiliza las distintas partes del cuerpo al realizar las actividades pre deportivas.  Se desplaza adoptándose a las diferentes circunstancias dentro de las actividades de basquetbol. | Combina las partes de su cuerpo de acorde a las situaciones de juego y sus desplazamientos.  Identifica las mejoras de la actividad física sobre la calidad de vida.    Coopera con los compañeros en beneficio del equipo. | Lista de cotejo  Guía de observación  Registro Auxiliar |  |
| Asume una vida saludable | Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida: | 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. | 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 socio motrices | Crea y aplica estrategias y tácticas de juego**.** | Participa en actividades lúdicas, pre deportivas y deportivas en las que pone en práctica  Diversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno. | Participa por iniciativa propia en cualquier actividad y Utiliza estrategias de juego, participando en su organización. |  |

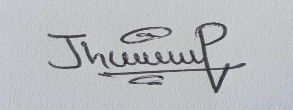
1. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

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

**.**