**PROGRAMACIÓN DE UNIDAD DE APRENDIZAJE N° 5 - AÑO ESCOLAR 2023**

1. **DATOS INFORMATIVOS:**
	1. Área o asignatura : Educación Física
	2. Ciclo : VII
	3. Grado/Año : 4to Secundaria
	4. Sección : “B”
	5. Duración : 12 semanas
	6. Número de horas semanales : 4 horas
	7. Profesor : Lic. Flavio Wenceslao Ygnacio Torres
2. **SITUACIÓN SIGNIFICATIVA:**

|  |
| --- |
| En los estudiantes de cuarto grado de educación secundaria, durante la celebración de nuestro aniversario, se evidencia escasa identidad hacia su colegio. Siendo conscientes de lo importante que es identificarnos con nuestra institución, nos planteamos la siguiente interrogante:**¿Qué podemos hacer para mejorar el grado de identidad y amor de los estudiantes con su colegio?**Ante esto se propone, crear a nivel de aula, murales en los que se den a conocer la historia, símbolos, himno, personal que labora, etc., a la vez que se crearán textos diversos alusivos al aniversario del Colegio Algarrobos. Además, se educará la participación en diversos eventos culturales y deportivos donde los alumnos demuestren su identificación, entrega y esfuerzo por defender y alentar los valores de su alma mater. |

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 | • Comprende su cuerpo: Es decir, interioriza su cuerpo en estado estático o en movimiento en relación al espacio, el tiempo, los objetos y demás personas de su entorno. • Se expresa corporalmente: Usa el lenguaje corporal para comunicar emociones, sentimientos y pensamientos. Implica utilizar el tono, los gestos, mímicas, posturas y movimientos para expresarse, desarrollando la creatividad al usar todos los recursos que ofrece el cuerpo y el movimiento |
| Asume una vida saludable | • Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud: es comprender los procesos vinculados con la alimentación, la postura, la higiene corporal y la práctica de actividad física y cómo estos influyen en el estado de bienestar integral (físico, psicológico y emocional). • Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida: es asumir una actitud crítica sobre la importancia de hábitos saludables y sus beneficios vinculados con la mejora de la calidad de vida. Esto supone la planificación de rutinas, dietas o planes que pongan en práctica sus conocimientos sobre alimentación, higiene corporal, posturas y actividad física para la salud según sus propias necesidades, recursos y entorno. |
| Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices | • Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices: supone interactuar de manera asertiva con los demás en la práctica lúdica y deportiva experimentando el placer y disfrute que ella representa. Por otro lado, desarrolla habilidades como el respeto a las normas de juego, liderazgo, tolerancia, actitud proactiva, la resolución de conflictos interpersonales, la pertenencia positiva a un grupo, entre otras.• Crea y aplica estrategias y tácticas de juego: supone emplear los recursos personales y las potencialidades de cada miembro del equipo para el logro de un objetivo común, desarrollando y aplicando reglas y soluciones tácticas de juego en actividades físicas de colaboración, cooperación y oposición. |

1. **ENFOQUE TRANSVERSAL:**
* Enfoque de orientación del bien común
* Enfoque de búsqueda de la excelencia
1. **VIRTUDES NUCLEARES INSTITUCIONALIZADAS**

|  |
| --- |
| **GENEROSIDAD** |
| * Me dirijo a los profesores siempre con respeto, evitando retrasar el desarrollo de la clase.
* Utilizo un vocabulario aceptable dentro del aula, sin ofender a nadie ni gritar innecesariamente.
* Acudo a los profesores más cercanos en caso de algún incidente para solucionarlo de la mejor manera.
* Involucro a mis compañeros que presenten dificultades en los trabajos en equipo y les ayudo en lo que pueda.
 |
| **RESPONSABILIDAD** |
| * **Busco a los profesores en caso de no presentar a tiempo una tarea o trabajo, para subsanarlo.**
* **Reviso constantemente mi intranet para verificar mis calificaciones en cada curso y lo converso con el preceptor.**
* **Cumplo con traer el material de trabajo en las asignaturas (libro, cuaderno, diccionario, etc.).**
* **Cuido los materiales y el mobiliario del aula para evitar su deterioro.**
 |
| **ORDEN**  |
| * Contribuyo al buen desarrollo de los protocolos de bioseguridad ubicándome ordenadamente.
* Obedezco a las indicaciones del tutor y mis profesores para contribuir al buen ambiente en el aula.
* Contribuyo al desarrollo adecuado de la clase guardando silencio.
* Mantengo ordenado y limpio mi lugar de trabajo en todo momento.
* Mantengo una buena postura durante la sesión.
 |
| **TRABAJO** |
| * Presento mis trabajos esforzándome por hacer un poco más de lo que me piden.
* Realizo mis actividades en clase eficientemente y sin distraerme con mis compañeros.
* Trabajo en equipo de manera responsable, contribuyendo en lo que haga falta.
* Me esfuerzo por que mis tareas y trabajos sean estéticamente aceptables y posean alta calidad académica.
 |

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. | * Coordina su cuerpo de manera autónoma con precisión en acciones motrices de su preferencia para lograr un objetivo determinado y actúa de acuerdo con sus posibilidades y limitaciones.
 | * Ejercicios de aplicación, para el calentamiento general.
* Desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol conducción diferentes tipos de pases, y remate y sistemas de juego.
* Reglamentación de los deportes.
 | Valorar la importancia de la ejecución del calentamiento ante de las practicas.Percibe la capacidad para aprender, ejecutar, y desarrollar los fundamentos técnicos del fútbol y basquetbolPercibir la capacidad de ejecución de su habilidades y destrezas para desarrollo de los fundamentos. | Practica para la iniciación de los deportes del básquetbol fútbolEjecutamos y conocemos los diferentes fundamentos y su aplicación y desarrollo.Desarrollo de las fases básicas en el juego del fútbol y el basquetbol y conocer su reglamentación. |
| Asume una vida saludable | Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. | * Incorpora prácticas saludables (actividades en la naturaleza, actividades recreativas, deportivas, etc.) evitando el sedentarismo y el uso excesivo de las tecnologías, y elaborando en equipo un plan de actividades para la promoción de la salud.
 | * Explica con fundamento la importancia de mantener o mejorar su bienestar (físico, psicológico y emocional) en el desarrollo de la práctica.
 | Conoce las normas básicas de alimentación relacionadas con la actividad física.Consolida los hábitos higiénicos relacionados con la actividad física. | Conoce la importancia de la actividad física para tener una vida saludable.Practica hábitos de higiene y cuida su presentación personal. |
| Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices | Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. | * Asume su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas.
 | * Promueve una actitud de respeto al trabajar en equipo basada en la integración de sus compañeros,
 | Identifica el juego como actividad física y medio para relacionarse con sus compañeros. | Practica y realiza el juego deportivo de carácter colectivoUtiliza sus habilidades en las diferentes actividades. Propuestos en clase. |

1. **SECUENCIA DE SESIONES:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Fecha de sesión** | **Título o Nombre de la sesión** | **Breve descripción** | **Evidencias** | **Recursos a Emplear** |
| 02 – 06 de 0ctubre | Conoce las reglas del basquetbol desarrollo mis capacidades físicas en la familiarización con el balón a través del basquetbol | Conoce las reglas del basquetbol y desarrollo mis capacidades físicas a través de este deporte. | Conoce y ejecuta la actividad y explica el desarrollo de los fundamentos técnicos del básquetbol | Recursos: Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica, net etc.), fichas, videos tutoriales. |
| 09 – 13 de octubre | Activo mi cuerpo y ejecuto en coordinación y equilibrio el fundamento técnico del dribling y el pase del balón en movimiento en el basquetbol. | En esta actividad se explicará y se desarrollará el fundamento y las técnicas del dribling y el pase del balón en el basquetbol | Ejecuta y explica su técnica aprendida en el desarrollo de los diferentes tipos de pases, y el dribling para su correcta ejecución. | Recursos: Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica, net etc.), fichas, videos tutoriales. |
| 16 - 20 de octubre | Practico y activo mi cuerpo ejecutando las diferentes técnicas de lanzamientos que existen en el basquetbol. | En esta actividad se continuará con el desarrollo de los fundamentos técnicos y las diferentes técnicas de lanzamientos con el balón en el basquetbol. | Ejecuta y explica su técnica aprendida en el desarrollo de los diferentes tipos de lanzamientos, para su correcta ejecución. | Recursos: Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica, net etc.), fichas, videos tutoriales. |
| 23 – 27 de octubre | Practico y activo mi cuerpo ejecutando las diferentes técnicas de desarrolladas en el basquetbol. | En esta actividad se continuará con el desarrollo de los fundamentos técnicos con el balón en el basquetbol. | Ejecuta y explica su técnica aprendida en el desarrollo de los diferentes tipos de fundamentos en el juego. | Recursos: Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica, net etc.), fichas, videos tutoriales. |
| 30 de octubre al 03 de noviembre | Conoce las reglas del fútbol desarrollo mis capacidades físicas en la familiarización con el balón a través del fútbol | Conoce la reglamentación del fútbol y desarrollo mis capacidades físicas a través de este deporte. | Conoce y ejecuta la actividad y explica el desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol | Material deportivo (balones, conos, platillos etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 06 – 10 de noviembre | Activo mi cuerpo y ejecuto en coordinación y equilibrio el fundamento técnico de la conducción con el balón en movimiento en el futbol | En esta actividad se explicará y se desarrollará el fundamento y las técnicas de la conducción con el balón en el fútbol | Ejecuta y explica su velocidad en el desarrollo de la conducción de diferentes maneras, para una correcta ejecución. | Material deportivo (balones, conos, platillos etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 13 – 17 de noviembre | Conoce y desarrollo mis capacidades físicas en esta actividad en el fundamento y las técnicas de los diferentes tipos de pases con el balón en el fútbol | En esta actividad se explicará y se desarrollará el fundamento y las técnicas de los diferentes tipos de pases con el balón en el fútbol | Ejecuta y explica su técnica aprendida en el desarrollo de los diferentes tipos de pases, para su correcta ejecución. | Material deportivo (balones, conos, platillos etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 20 – 24 de noviembre | Conoce y desarrollo mis capacidades físicas en esta actividad en el fundamento y las técnicas de la ejecución de la conducción y el pase con el balón en el fútbol | En esta actividad se explicará y se desarrollará el fundamento y las técnicas de la conducción y el pase con el balón en el fútbol | Ejecuta y explica su técnica aprendida en el desarrollo de los diferentes tipos de traslados que se puede hacer con el balón correcciones. | Material deportivo (balones, conos, platillos etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 27 de noviembre al 01 de diciembre | Conoce y desarrollo mis capacidades físicas en esta actividad en el fundamento y las técnicas de los diferentes tipos de remates con el balón en el fútbol | En esta actividad se explicará y se desarrollará el fundamento y las técnicas de los diferentes tipos de remates con el balón en el fútbol | Ejecuta y explica su técnica aprendida en el desarrollo de los diferentes tipos de lanzamientos, para su correcta ejecución. | Material deportivo (balones, conos, platillos etc.), fichas diapositivas, videos tutoriales. |
| 04 - 11 de diciembre | Practico y activo mi cuerpo ejecutando las diferentes técnicas de desarrolladas en el fútbol | En esta actividad se continuará con el desarrollo de los fundamentos técnicos con el balón en el fútbol | Ejecuta y explica su técnica aprendida en el desarrollo de los diferentes tipos de fundamentos en el juego. | Recursos: Material deportivo (balones, conos, platillos cinta métrica, net etc.), fichas, 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.** | Coordina su cuerpo de manera autónoma con precisión en acciones motrices de su preferencia para lograr un objetivo determinado y actúa de acuerdo con sus posibilidades y limitaciones. | Valorar la importancia del calentamiento ante de ejecutar la práctica.Percibe la capacidad para aprender, ejecutar, y desarrollar los fundamentos técnicos del básquetbol y fútbol | Practica y ejecuta los ejercicios previos, para la ejecución del deporte del Básquetbol y el fútbol | Lista de cotejoGuía de observaciónRegistro Auxiliar |  |
| Asume una vida saludable | **Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud.** | Incorpora prácticas saludables (actividades en la naturaleza, actividades recreativas, deportivas, etc.) evitando el sedentarismo y el uso excesivo de las tecnologías, y elaborando en equipo un plan de actividades para la promoción de la salud. | Conoce las normas básicas de alimentación relacionadas con la actividad física.Consolida los hábitos higiénicos relacionados con la actividad física. | Ejecuta los hábitos alimenticios e higiénicos para tener una vida saludable, a realizarlos después de culminada la actividad física. | Lista de cotejoGuía de observaciónRegistro Auxiliar |  |
| Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices | **Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices.** | Asume su responsabilidad durante todo el proceso al practicar diferentes actividades físicas. | Identifica el juego como actividad física y medio para relacionarse con sus compañeros. | Mantiene una actitud deportiva, aceptando todas las reglas de juego y lo que ello conlleva. | Lista de cotejoGuía de observaciónRegistro Auxiliar |  |

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.



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

Lic. Flavio W. Ygnacio Torres

 Docente**.**