**PROGRAMACIÓN ANUAL - AÑO ESCOLAR 2024**

1. **DATOS INFORMATIVOS:**

|  |  |
| --- | --- |
| * 1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA
 | : I.E.P. “Algarrobos”. |
| * 1. NIVEL
 | : Primaria. |
| * 1. CICLO
 | : IV |
| * 1. ÁREA
 | : Educación Física. |
| * 1. GRADO/AÑO
 | : 4ro de primaria. |
| * 1. SECCION
 | : “A-B”. |
| * 1. LUGAR
 | : Pimentel. |
| * 1. DIRECTOR ACADÉMICO
 | : Mg. Manuel Enrique Vera Vera. |
| * 1. COORDINADOR NIVEL
 | : Mg. Victor Burga Vargas |
| * 1. DOCENTE
 | : Prof. Emilio Stefano Garcia Puga |

1. **PERFIL DE EGRESO:**

“Practica una vida activa y saludable para su bienestar, cuida su cuerpo e interactúa respetuosamente en la práctica de distintas actividades físicas, cotidianas o deportivas”

.

1. **DESCRIPCIÓN GENERAL:** La evolución de la Educación Física está determinada actualmente por los avances sociales, científicos y tecnológicos en el mundo. Las demandas sociales respecto de la formación de hábitos relacionados con el logro del bienestar físico, psicológico y emocional han generado que el área haya tomado cada vez más importancia en los currículos escolares. Por ello, a través de la Educación Física, se pretende que los estudiantes desarrollen una conciencia crítica sobre el cuidado de su salud y de la de los demás, buscando que sean autónomos y capaces de asumir sus propias decisiones para la mejora de la calidad de vida

|  |  |
| --- | --- |
| **COMPETENCIA** | **ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE****DESCRIPCIÓN DE LOS NIVELES DEL DESARROLLO DE LA COMPETENCIA** |
| CO1.- 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 explorando la alternancia de sus lados corporales de acuerdo a su utilidad y ajustando la posición del cuerpo en el espacio y en el tiempo en diferentes etapas de las acciones motrices, con una actitud positiva y una voluntad de experimentar situaciones diversas. Experimenta nuevas posibilidades expresivas de su cuerpo y las utiliza para relacionarse y comunicar ideas, emociones, sentimientos, pensamientos. |
| CO2.- ASUME UNA VIDA SALUDABLE | Asume una vida saludable cuando diferencia los alimentos de su dieta familiar y de su región que son saludables de los que no lo son. Previene riesgos relacionados con la postura e higiene conociendo aquellas que favorecen y no favorecen su salud e identifica su fuerza, resistencia y velocidad en la práctica de actividades lúdicas. Adapta su esfuerzo en la práctica de actividad física de acuerdo a las características de la actividad y a sus posibilidades, aplicando conocimientos relacionados con el ritmo cardiaco, la respiración y la sudoración. Realiza prácticas de activación corporal y psicológica, e incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad y descanso para mejorar el funcionamiento de su organismo. |
| CO3.- INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES | Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices al tomar acuerdos sobre la manera de jugar y los posibles cambios o conflictos que se den y propone adaptaciones o modificaciones para favorecer la inclusión de compañeros en actividades lúdicas, aceptando al oponente como compañero de juego. Adapta la estrategia de juego anticipando las intenciones de sus compañeros y oponentes para cumplir con los objetivos planteados. Propone reglas y las modifica de acuerdo a las necesidades del contexto y los intereses del grupo en la práctica de actividades físicas. |

1. **ORGANIZACIÓN DE UNIDADES DIDÁCTICAS.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TÍTULO DE LA UNIDAD DIDÁCTICA** | **SITUACIÓN SIGNIFICATIVA** | **COMPETENCIAS** | **CAPACIDADES** | **DESEMPEÑOS PRECISADOS** | **CAMPOS TEMÁTICOS** | **PRODUCTOS O EVIDENCIAS** |
| Unidad 1: Conocemos y ponemos en práctica nuestra habilidades, destrezas motrices y aptitud física.  | 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:¿Conocen los alumnos las normas de convivencia?¿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 a través del Área de Educación Física 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.  | **C1**SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD. | C.1.2- Comprende su cuerpoC.1.2- Se expresa corporalmente | Regula la posición del cuerpo en situaciones de equilibrio, con modificación del espacio teniendo como referencia la trayectoria de objetos, los otros y sus propios desplazamientos para afianzar sus habilidades motrices básicas. | Medidas antropométricas.Movilidad corporal y lateralidad.Conciencia segmentaria y lateralidad.Conciencia global y segmentaria.Control corporal.Coordinación dinámica general.Esquema corporal y lateralidad.Equilibrio estático.Equilibrio dinámico.Salud CorporalJuegos de cooperación y oposición | Mantiene en equilibrio diversos objetos con distintas partes del cuerpoControla y modula la velocidad de ejecución de las acciones.Disocia los segmentos superiores e inferiores del eje corporalTransporta objetos en equilibrio desplazándoseMantiene el cuerpo en equilibrio en distintas posturas, con distintos apoyos en el suelo y durante tiempos prolongados.Controla de forma progresiva los tiempos de la respiraciónDosifica el esfuerzo en distintas situacionesParticipa en los juegos de forma activa, colaborando con los demásSe asea después de las clases |
| **C2:**ASUME UNA VIDA SALUDABLE | C.2.1- Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la saludC.2.2- Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida. | Adopta posturas adecuadas para prevenir problemas musculares y óseos incorporando el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad y descanso para mejorar el funcionamiento del organismo. |
| **C3:**INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES | C.3.1- Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. C.3.2- Crea y aplica estrategias y tácticas de juego. | Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas, pequeños y grandes grupos, aceptando al oponente como compañero de juego y tomando consensos sobre la manera de jugar para sentirse parte del grupo. |
| Unidad 2: Practicamos ejercicios de desplazamiento coordinados de brazos y piernas para la mejora de nuestras posturas.  |  Los estudiantes del colegio Algarrobos presentan carencia de cultura en cuanto al cuidado del agua, pues la desperdician al utilizarla.Frente a esta situación nos formulamos las siguientes preguntas:¿Estaremos cuidando el agua en la I:E?¿Qué debemos hacer para que nuestros estudiantes practiquen buenos hábitos en el cuidado del agua? En esta unidad a través del Área de Educación Física se desarrollarán problemas sobre el cuidado del agua. | **C1**SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD. | C.1.2- Comprende su cuerpoC.1.2- Se expresa corporalmente | Se orienta en un espacio y tiempo determinado, en relación a sí mismo, los objetos y sus compañeros, coordina sus movimientos en situaciones lúdicas y regula su equilibrio al variar la base de sustentación y la altura de la superficie de apoyo al realizar la práctica de los fundamentos básicos del handball (recepción,, pase y lanzamiento), afianzando sus habilidades motrices básicas. | Estructura del espacio.Ritmo.Desplazamientos y ritmo.Desplazamiento de móviles.Desplazamientos y tiempos de reacción. Desplazamientos y saltos.Nociones topológicas.Nociones topológicas y uso del espacio.Orientación espacial.Trayectorias y velocidades de móviles.Anticipación de trayectorias.Estructura y combinaciones rítmicas.Estructura espacio – temporal. | Se orienta en el espacio respecto a sí mismo, compañeros y objetos.Adapta su velocidad para mantener distancias.Adapta su movimiento a distintos ritmos regulares e irregulares.Verbaliza correctamente las nociones temporales.Utiliza y cuida la indumentaria y el calzado apropiado para la actividad física.Adopta normas de higiene.Manifiesta actitudes de respeto, cooperación, justicia, acuerdo y amistad.Se asea después de las clases. |
| **C2:**ASUME UNA VIDA SALUDABLE | C.2.1- Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la saludC.2.2- Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida. | Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) que le ayuda a estar predispuesto a la actividad. |
| **C3:**INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES | C.3.1- Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. C.3.2- Crea y aplica estrategias y tácticas de juego. | Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos, aceptando al oponente como compañero de juego y tomando consensos sobre la manera de jugar. |
| Unidad 3: Desarrollamos las capacidades motoras para integrarse, compartir y disfrutar la ejecución de actividades grupales a partir del juego. | Los estudiantes del colegio algarrobos presentan carencias de cultura en el cuidado del ambiente, presentando las siguientes acciones: arrojan desperdicios en su entorno, mala utilización del agua, etc.Frente a esta acción nos formulamos las siguientes preguntas.¿Estamos protegiendo el ambiente en nuestra I.E?¿Qué debemos hacer para que nuestros estudiantes practiquen buenos hábitos ecológicos? En esta unidad a través del Área de Educación Física se desarrollarán problemas relacionadas al cuidado del agua. | **C1**SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD. | C.1.2- Comprende su cuerpoC.1.2- Se expresa corporalmente | Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones y estados de ánimo, al ejecutar las distintas pruebas atléticas y gestos técnicos, que le posibilitan comunicarse mejor con los otros y disfrutar de las actividades lúdicas. | Normas de juego.Estrategias básicas de juego.Juegos de persecución dividiendo la clase en dos grupos.Juegos de relevos.Juegos con los ojos vendados.Juegos de pillar en gran grupo.Juegos con picas.Juegos de relevos con cuerdas.Juegos en gran grupo con material.Juegos de persecución en gran grupo sin material.Juegos en filas sin material.Juegos con materiales diversos. | Comprende las instrucciones y reglas del juego.Realiza adecuadamente las acciones necesarias para el desarrollo del juego.Participa en los juegos esforzándose, aunque su nivel de destreza no sea alto.Utiliza los móviles que se emplean en los juegos de forma apropiada.Dosifica el esfuerzo de forma adecuada.Acepta el rol que le corresponda en el juego.Es capaz de cooperar y trabajar en grupo.Cumple las reglas establecidas en los juegos.Muestra una actitud positiva hacia las clases.Respeta a sus compañeros de juego y a los contrarios.Acepta sus posibilidades y las de los demás.Utiliza el material y las instalaciones de forma cívica y segura.Se asea después de las clases. |
| **C2:**ASUME UNA VIDA SALUDABLE | C.2.1- Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la saludC.2.2- Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida. | Aplica los conocimientos de los beneficios de la práctica de actividad física y salud relacionados con el ritmo cardiaco, la respiración y la sudoración cuando adapta su esfuerzo (frente a la radiación solar) en la práctica de diferentes actividades lúdicas. |
| **C3:**INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES | C.3.1- Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. C.3.2- Crea y aplica estrategias y tácticas de juego. | Propone cambios en las condiciones de juego si fuera necesario para posibilitar la inclusión de sus pares, promoviendo el respeto y la participación y buscando un sentido de pertenencia al grupo en la práctica de diferentes actividades físicas. |

1. **PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ÁREA**  | **COMPETENCIAS** | **CAPACIDADES** | **ORGANIZACIÓN Y DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO** |
| **1° Trimestre** | **2° Trimestre** | **3° Trimestre** |
| Conocemos y ponemos en práctica nuestra habilidades, destrezas motrices y aptitud física. | Practicamos ejercicios de desplazamiento coordinados de brazos y piernas para la mejora de nuestras posturas. | Desarrollamos las capacidades motoras para integrarse, compartir y disfrutar la ejecución de actividades grupales a partir del juego. |
| **E****D****U****C****A****C****I****Ó****N****F****Í****S****I****C****A** | Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad | Comprende su cuerpo. | **U1** | **U2** | **U3** |
| **X** | **X** | **X** |
| Se expresa corporalmente | **X** | **X** | **X** |
| Asume una vida saludable | Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. | **X** | **X** | **X** |
| Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida | **X** | **X** | **X** |
| Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices | Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. | **X** | **X** | **X** |
| Crea y aplica estrategias y tácticas de juego | **X** | **X** | **X** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC.** | **X** | **X** | **X** |
| **Gestiona su aprendizaje de manera autónoma.** |  |  |  |
|  | Define metas de aprendizaje. | **X** | **X** | **X** |
| Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas de aprendizaje. | **X** | **X** | **X** |
| Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje. | **X** | **X** | **X** |
| **Tutoría y orientación educacional** | **X** | **X** | **X** |

1. **ENFOQUES TRANSVERSALES:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ENFOQUES TRANSVERSALES** | **U1** | **U2** | **U3** |
| Enfoque Intercultural | **x** | **x** | **x** |
| Enfoque de atención a la diversidad | **x** | **x** | **x** |
| Enfoque de igualdad de género | **x** | **x** | **x** |
| Enfoque ambiental | **x** | **x** | **x** |
| Enfoque de derechos | **x** | **x** | **x** |
| Enfoque de búsqueda de la excelencia | **x** | **x** | **x** |
| Enfoque de orientación al bien común | **x** | **x** | **x** |

1. **VALORES INSTITUCIONALES:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **VALORES** | **U1** | **U2** | **U3** |
| Orden | **x** | **x** | **x** |
| Trabajo | **x** | **x** | **x** |
| Responsabilidad | **x** | **x** | **x** |
| Generosidad | **x** | **x** | **x** |

1. **ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS E INSTRUMENTOS / RECURSOS TECNOLÓGICOS DE EVALUACIÓN DEL ÁREA:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **AREA** | **ESTRATEGIAS** | **TÉCNICAS** | **INSTRUMENTOS/RECURSOS TECNOLÓGICOS** |
| **EDUCACIÓN FÍSICA** | * Asignación de tareas.
* Descubrimiento guiado.
* Enseñanza recíproca.
* Mando directo.
* Resolución de problemas.
* Video conferencias y tutoriales.
 | * Observación directa
* Investigación
* Participación activa
* Exposición
* Trabajo individual
* Trabajo Grupal
 | * Lista de control o de asistencia
* Registro auxiliar
* Guía de observación
* Lista de cotejo
 |

1. **ORIENTACIONES PARA LA EVALUACIÓN:**
* Estará dirigida al desarrollo de las competencias, capacidades y actitudes.
* La evaluación será permanente y flexible, de acuerdo con las diferentes características y ritmos de aprendizaje de los alumnos.
* Se promoverá la autoevaluación, coevaluación y heteroevaluación.
* Se desarrollarán actividades metacognitivas.
* Se utilizarán diversas técnicas e instrumentos.
* Retroalimentación
1. **MEDIOS Y MATERIALES:**

|  |
| --- |
| **MEDIOS / HERRAMIENTAS** |
| * Internet
* Plataforma Intranet Algarrobos
* Balones
* Aros
* Conos
* Platos deportivos
* Vallas
* Pelotas de trapo
* Balanza
* Centímetro
 |

1. **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**
2. **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
* Unidades de aprendizaje significativo – Abel Ramos Gonzales
* Ejercicios Y Juegos de Atletismo. Volumen II (Las Disciplinas Atléticas) Javier Olivera Beltrán.
* Página Internet. Ef. deporte atletismo voleibol, basquetbol y fútbol.
* Reglamento Atletismo, Basquetbol, Voleibol, y Fútbol etc.
* Videos tutoriales de capacidades física coordinativas y condicionales.
1. **PARA EL ESTUDIANTE**
* Enciclopedias de deporte.
* Videos tutoriales.
* Reglamentos de los diferentes deportes.
* Revista y folletos deportivos.
* Internet.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 FIRMA DEL DOCENTE