



**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO  
FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**



**INFORME DE PRÁCTICA  
“PRACTICA INTENSIVA EN EL  
NIVEL PRIMARIA”**

**ELABORADO POR EL ESTUDIANTE:  
WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI**

**Docente:**

**M.SC. DONY EDWIN MAMANI VELASQUEZ**

**CICLO: VII**

**Semestre Académico: 2023-I**

**Puno – Perú**

**2023**

## **DEDICATORIA**

El presente informe está dirigido a los seres más queridos que han logrado de mí ser mis pilares fundamentales: A Dios, por la oportunidad de estar con vida, al brindarme las fuerzas suficientes para lograr mis objetivos. A mis padres, seres maravillosos de quienes aprendí su ejemplo de superación y esfuerzo. es este ejemplo de superación al demostrarles que son mi factor fundamental para luchar. Con amor.

## **PRESENTACIÓN**

El presente informe se elaboró en base a las normas generales de Práctica Intensiva en el Nivel Primaria. Este informe está basado en mis experiencias vividas en el transcurso de mi práctica realizada en la Institución Educativa Primaria N° 71013 INTEGRADA GLORIOSO “SAN CARLOS”, que es ejecutada en el VII ciclo. Esta práctica tiene como meta y objetivo realizar 50 sesiones de aprendizaje como mínimo, donde mi persona cumplió con 50 sesiones de aprendizaje, así logrando pasar de manera satisfactoria este desafío y gran oportunidad de desarrollar con los niños de tercer grado del turno mañana, Al Realizar mis practicas pre profesionales desarrolle las tres competencias y sus capacidades “se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad” “Asume una vida saludable” “ Interactúa a través de sus habilidades socio motrices”. Mi práctica empezó a partir del 17 de abril y culmine el 19 de julio. Los recursos y materiales que se utilizaron en el desarrollo de las sesiones de aprendizaje fueron: balones, conos, platillos, ula ulas, colchonetas, cuerdas, silbato, registro auxiliar.

## RESUMEN

El presente informe está elaborado según al marco legal, marco curricular, marco operativo, marcos conceptuales, presentación y análisis de resultados seguidamente mis experiencias vividas en la práctica intensiva en el nivel Primaria en la Institución Educativa N° 71013 INTEGRADA GLORIOSO “SAN CARLOS”, con la finalidad de lograr la plena formación como docente que implica una gran responsabilidad y sobre todo un compromiso. Asimismo, contribuir en la formación integral de los niños y niñas, La educación presencial permitió obtener una mayor comprensión y posibilito al alumno percibir el lenguaje corporal A través de la clase de Educación Física, los niños aprenden, ejecutan y crean nuevas formas de movimiento con la ayuda de diferentes formas y juegos como lúdicas, recreativas y deportivas. En las clases de educación física el niño se desenvolvió con creatividad y mostro su espontaneidad como un ser que quiere descubrir muchas alternativas en donde aplicara en un futuro en su vida social y que nolo pueden lograr fácilmente en otras asignaturas del conocimiento. Esta práctica estuvo llena de obstáculos, la modalidad de enseñanza que se trabajó en la institución donde realice las prácticas de forma presencial cumpliendo con 50 sesiones de aprendizaje de 3 horas por cada sección, con diferentes recursos y materiales que se podría adecuarse en la institución, esto para el buen aprendizaje de cada uno de los niños y el seguimiento correspondiente. El objetivo desde el Área de educación física es que los alumnos sean capaces de desarrollar sus competencias físicas y que tengan conocimiento sobre los movimientos que realizan. El fin de la educación física es que aprendan a desarrollar actividades relacionadas con un estilo de vida saludable.

## INTRODUCCIÓN

La práctica intensiva de nivel Primaria está orientado al desarrollo de aprendizajes motores, habilidades y destrezas instrumentales orientadas a una mayor capacidad de movimiento y de un perfeccionamiento motor que dé respuestas a las necesidades, motivaciones e intereses del desarrollo individual y social de los niños y niñas de la Institución Educativa Primaria N° 71013 INTEGRADA GLORIOSO “SAN CARLOS”, donde se trabajó en el área de educación física. Y el presente informe está elaborado de la siguiente manera:

**CAPITULO I:** En el presente capítulo se desarrolla el marco legal: las leyes, reglamentos, objetivos, estatutos, y metas que rigen y establecen el desempeño de la práctica pre profesional en el nivel primaria.

**CAPITULO II:** En el presente capítulo, basado al marco curricular; comprende conceptos básicos sobre la educación en la sociedad global, la educación física en el contexto actual, los nuevos paradigmas de la Educación Física y promoviendo las habilidades motrices básicas en niños.

**CAPITULO III:** En el presente capítulo está basado al marco situacional, donde aborda la justificación, importancia, enfoque y la diversificación de educación física.

**CAPITULO IV:** Trata del marco teórico conceptual, en la que se aborda la concepción de algunas palabras referentes al tema del informe.

**CAPITULO V:** En este último capítulo se analizará todo sobre la práctica realizada en el nivel primaria, llegando a una conclusión sobre lo que se ha realizado en la práctica. Y también haciendo una sugerencia a la institución, padres de familia. Se considera las consultas a fuentes bibliográficas y páginas de internet, los cuales son la webgrafía donde se usó videos retroalimentarnos y anexos que son los enlaces de videos y fotos que justifica la ejecución de la práctica

Dedicatoria	
Presentación	
Resumen	
Introducción	

## CAPITULO I

1.1 Bases legales.....	7
1.2 Constitución política del Perú.....	7
1.3 Ley General de educación del Nro. 28044 muy rápido su modificación Ley y sureglamento aprobado por el D.S. N° 019-9ED.....	8
1.4 Ley de la carrera pública magisterial Nro. 29062 .....	10
1.5 Ley universitaria Nro. 3022.....	11
1.6 Estatuto del Universidad Nacional del Altiplano Puno.....	13
1.7 Reglamento de la práctica docente de la escuela de la escuela profesional de educación física.....	14
1.8 Objetivos de la práctica Intensiva En El Nivel primaria.....	15
<b>1.9</b> .....	15
1.10 Metas de la práctica Intensiva En El Nivel primaria.....	15

## CAPITULO II

2.1 Competencias.....	16
2.2 Capacidades.....	16
2.3 Estándares de aprendizaje.....	16
2.4 Desempeños por grado.....	16
2.5 Estrategias metodológicas.....	17
2.6 Recursos didácticos.....	17
2.7 Evaluación.....	17
2.8 Tipos de evaluación.....	17

## CAPITULO III

3.1 Justificación de la práctica en el nivel primario.....	18
3.2 Importancia de la práctica en el nivel primario .....	18
3.3 Enfoque de la educación física en el nivel primario .....	18

3.4 Procesos de diversificación curricular en el nivel primario.....	18
3.5 Currículo nacional.....	19
3.6 Programación curricular anual de educación física o proyectos, experiencias de aprendizaje.....	19
3.7 Unidades didácticas – planificador semanal.....	19
3.8 Sesión de aprendizaje (actividades de aprendizaje) .....	19
3.9 Educación.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

#### CAPITULO IV

4.1 Educación física.....	20
4.2 Fundamentos del enfoque de corporeidad... ..	20
4.3 Principios pedagógicos de la educación física .....	21
4.4 Actividad física.....	21
4.5 Psicomotricidad.....	21
4.6 Habilidades motrices.....	21
4.7 Capacidades físicas.....	22
4.8 Capacidades coordinativas.....	22
4.9 Sistemas energéticos características y tipos de actividades aeróbicas y anaeróbicas ... intensidad y duración de las actividades. estrategias para desarrollar tipos de resistencia. frecuencia cardíaca. consumo de oxígeno.....	22
4.10 Estado físico.....	22
4.11 Juegos.....	22
4.12 Tipos de juego pre deportivo, tradicional, sensorial, rítmico motor.....	22
4.13 Tecnología de la información y comunicación TICs en Educación Física.....	23
4.14 Currículo.....	23
4.15 Enseñanza.....	23
4.16 Aprendizaje.....	24
4.17 Métodos de enseñanza.....	24
4.18 Estilos de enseñanza.....	25
4.19 Secuencia didáctica para el desarrollo de capacidades del área.....	25
4.20 Medios y materiales.....	25

#### CAPITULO V

# **CAPITULO I**

## **MARCO LEGAL**

### **1.1 Bases legales**

Las bases legales no son más que se leyes que sustentan de forma legal el desarrollo del proyecto» explica que las bases legales “son leyes, reglamentos y normas necesarias en algunas investigaciones, informes, programas, cuyo tema así lo amerite”.

### **1.2 Constitución política del Perú**

Artículo 14.- Educación para la vida y el trabajo.

Los medios de comunicación social La educación promueve el conocimiento, el aprendizaje y la práctica de las humanidades, la ciencia, la técnica, las artes, la educación física y el deporte. Prepara para la vida y el trabajo y fomenta la solidaridad. Es deber del Estado promover el desarrollo científico y tecnológico del país.

La formación ética y cívica y la enseñanza de la Constitución y de los derechos humanos son obligatorias en todo el proceso educativo civil o militar. La educación religiosa se imparte con respeto a la libertad de las conciencias. La enseñanza se imparte, en todos sus niveles, con sujeción a los principios constitucionales y a los fines de la correspondiente institución educativa. Los medios de comunicación social deben colaborar con el Estado en la educación y en la formación moral y cultural.

Artículo 15.- Profesorado, carrera pública

El profesorado en la enseñanza oficial es carrera pública. La ley establece los requisitos para desempeñarse como director o profesor de un centro educativo, así como sus derechos y obligaciones. El Estado y la sociedad procuran su evaluación, capacitación, profesionalización y promoción permanentes. El educando tiene derecho a una formación que respete su identidad, así como al buen trato psicológico y físico.

### **1.3 Ley General de educación del Nro. 28044 muy rápido su modificación Ley y su reglamento aprobado por el D.S. N° 019-9ED**

#### **Artículo 3°.** - La educación como derecho

La educación es un derecho fundamental de la persona y de la sociedad. El Estado garantiza el ejercicio del derecho a una educación integral y de calidad para todos y la universalización de la Educación Básica. La sociedad tiene la responsabilidad de contribuir a la educación y el derecho a participar en su desarrollo.

#### **Artículo 4°.** - Gratuidad de la educación

La educación es un servicio público; cuando lo provee el Estado es gratuita en todos sus niveles y modalidades, de acuerdo con lo establecido en la Constitución Política y en la presente ley. En la Educación Inicial y Primaria se complementa obligatoriamente con programas de alimentación, salud y entrega de materiales educativos.

#### **Artículo 8°.** Principios de la educación

La educación peruana tiene a la persona como centro y agente fundamental del proceso educativo. Se sustenta en los siguientes principios:

- a) La ética, que inspira una educación promotora de los valores de paz, solidaridad, justicia, libertad, honestidad, tolerancia, responsabilidad, trabajo, verdad y pleno respeto a las

normas de convivencia; que fortalece la conciencia moral individual y hace posible una sociedad basada en el ejercicio permanente de la responsabilidad ciudadana.

- b) La equidad, que garantiza a todas iguales oportunidades de acceso, permanencia y trato en un sistema educativo de calidad.
- c) La inclusión, que incorpora a las personas con discapacidad, grupos sociales excluidos, marginados y vulnerables, especialmente en el ámbito rural, sin distinción de etnia, religión, sexo u otra causa de discriminación, contribuyendo así a la eliminación de la pobreza, la exclusión y las desigualdades.
- d) La calidad, que asegura condiciones adecuadas para una educación integral, pertinente, abierta, flexible y permanente.
- e) La democracia, que promueve el respeto irrestricto a los derechos humanos, la libertad de conciencia, pensamiento y opinión, el ejercicio pleno de la ciudadanía y el reconocimiento de la voluntad popular; y que contribuye a la tolerancia mutua en las relaciones entre las personas y entre mayorías y minorías, así como al fortalecimiento del Estado de Derecho.
- f) La interculturalidad, que asume como riqueza la diversidad cultural, étnica y lingüística del país, y encuentra en el reconocimiento y respeto a las diferencias, así como en el mutuo conocimiento y actitud de aprendizaje del otro, sustento para la convivencia armónica y el intercambio entre las diversas culturas del mundo.
- g) La conciencia ambiental, que motiva el respeto, cuidado y conservación del entorno natural como garantía para el desenvolvimiento de la vida.
- h) La creatividad y la innovación, que promueven la producción de nuevos conocimientos en todos los campos del saber, el arte y la cultura. Son fines de la educación peruana:

**Artículo 9°.- Fines de la educación peruana**

Son fines de la educación peruana:

- a) Formar personas capaces de lograr su realización ética, intelectual, artística, cultural, afectiva, física, espiritual y religiosa, promoviendo la formación y consolidación de su identidad y autoestima y su integración adecuada y crítica a la sociedad para el ejercicio de su ciudadanía en armonía con su entorno, así como el desarrollo de sus capacidades y habilidades para vincular su vida con el mundo del trabajo y para afrontar los incesantes cambios en la sociedad y el conocimiento.
- b) Contribuir a formar una sociedad democrática, solidaria, justa, inclusiva, próspera, tolerante y forjadora de una cultura de paz que afirme la identidad nacional sustentada en la diversidad cultural, étnica y lingüística, supere la pobreza e impulse el desarrollo sostenible del país y fomente la integración latinoamericana teniendo en cuenta los retos de un mundo globalizado.

#### **1.4 Ley de la carrera pública magisterial Nro. 29062**

##### **Artículo 1°.- Objeto de la Ley**

La presente Ley tiene por objeto normar las relaciones entre el Estado y los profesores en su servicio, en la Carrera Pública Magisterial, conforme al mandato establecido en el artículo 15° de la Constitución Política del Perú y a lo dispuesto en el artículo 57° de la Ley N° 28044, Ley General de Educación.

**Artículo 2°.- Alcance** La Carrera Pública Magisterial tiene carácter nacional y gestión descentralizada.

Están comprendidos en las disposiciones de la presente Ley los profesores que prestan servicios en Instituciones y Programas Educativos de Educación Básica, Técnico Productiva y de las instancias de gestión educativa descentralizada, bajo responsabilidad del sector público, administradas directamente por este o por aquellas entidades que mantienen convenios de acuerdo a lo que señale la ley.

## **1.5 Ley universitaria Nro. 30220**

Artículo 5. Principios Las universidades se rigen por los siguientes principios:

- 5.1 Búsqueda y difusión de la verdad.
- 5.2 Calidad académica.
- 5.3 Autonomía.
- 5.4 Libertad de cátedra.
- 5.5 Espíritu crítico y de investigación
- 5.6 Democracia institucional.
- 5.7 Meritocracia.
- 5.8 Pluralismo, tolerancia, diálogo intercultural e inclusión.
- 5.9 Pertinencia y compromiso con el desarrollo del país.
- 5.10 Afirmación de la vida y dignidad humana.
- 5.11 Mejoramiento continuo de la calidad académica.
- 5.12 Creatividad e innovación.
- 5.13 Internacionalización.
- 5.14 El interés superior del estudiante.
- 5.15 Pertinencia de la enseñanza e investigación con la realidad social.
- 5.16 Rechazo a toda forma de violencia, intolerancia y discriminación.
- 5.17 Ética pública y profesional.

Artículo 6. Fines de la universidad La universidad tiene los siguientes fines:

- 6.1 Preservar, acrecentar y transmitir de modo permanente la herencia científica, tecnológica, cultural y artística de la humanidad.
- 6.2 Formar profesionales de alta calidad de manera integral y con pleno sentido de responsabilidad social de acuerdo a las necesidades del país.
- 6.3 Proyectar a la comunidad sus acciones y servicios para promover su cambio y

desarrollo.

- 6.4 Colaborar de modo eficaz en la afirmación de la democracia, el estado de derecho y la inclusión social.
- 6.5 Realizar y promover la investigación científica, tecnológica y humanística la creación intelectual y artística.
- 6.6 Difundir el conocimiento universal en beneficio de la humanidad.
- 6.7 Afirmar y transmitir las diversas identidades culturales del país.
- 6.8 Promover el desarrollo humano y sostenible en el ámbito local, regional, nacional y mundial.
- 6.9 Servir a la comunidad y al desarrollo integral.
- 6.10 Formar personas libres en una sociedad libre.

Norma técnica disposiciones para la prestación de servicio educativo en las instituciones y programas educativos de la educación para el año 2023

**Norma técnica disposiciones para la prestación de servicio educativo en las instituciones y programas educativas de la educación para el año 2023**

mediante Informe N° 00232-2023-MINEDU/VMGP-DIGEBR, elaborado de manera conjunta por la Dirección General de Educación Básica Regular (DIGEBR), la Dirección General de Educación Básica Alternativa, Intercultural Bilingüe y de Servicios Educativos en el Ámbito Rural (DIGEIBIRA), así como la Dirección General de Servicios Educativos Especializados (DIGESE), se sustenta la necesidad de incorporar los numerales 5.1, 5.2, 5.3 y 5.4 al numeral 5 de la Norma Técnica denominada “Disposiciones para la prestación del servicio educativo en las instituciones y programas educativos de la educación básica para el año 2023”, aprobada por la Resolución Ministerial N° 474-2022-MINEDU, y modificada por la Resolución Ministerial N° 149-2023-MINEDU, con la finalidad de garantizar la prestación del servicio educativo de manera presencial, semipresencial y a distancia, según corresponda, hasta que se restablezcan las condiciones mínimas de habitabilidad, accesibilidad y seguridad, conforme a las disposiciones que se emitan para tal fin (en adelante, la propuesta).

## **1.6 Estatuto del Universidad Nacional del Altiplano Puno**

**Artículo 3.-** La Universidad Nacional del Altiplano es una Institución de Educación Superior, integrada por docentes, estudiantes y graduados. Tiene como misión desarrollar conocimiento científico, tecnológico y humanístico para formar profesionales y post graduados calificados, de excelencia académica, capacidad competitiva y de gestión para proponer, elaborar y ejecutar alternativas integrales en el desarrollo regional y nacional.

**Artículo 7.-** Son fines de la Universidad Nacional del Altiplano:

- Conservar, acrecentar y transmitir la cultura universal con sentido crítico y creativoafirmando preferentemente los valores nacionales.
- Realizar investigación en humanidades, ciencia y tecnología; asimismo, fomentar la creación intelectual y artística.
- Formar humanistas, científicos y profesionales de alta calidad académica de acuerdo con las necesidades de la región y el país.
- Desarrollar en sus miembros los valores éticos y cívicos; las actitudes de responsabilidad y solidaridad social, el conocimiento de la realidad nacional, así como la necesidad de la integración nacional, latinoamericana y universal.
- Extender su acción y sus servicios a la comunidad para promover su desarrollo integral.
- Cumplir las demás atribuciones que le señalen la Constitución Política del Perú, laLey y su Estatuto.

**Artículo 117.-** El régimen de estudios en las facultades, es organizado por escuelas profesionales, con currículo flexible mediante un sistema semestralizado y por créditos.

**Artículo 118.-** El período académico tiene una duración mínima de 34 semanas anuales o 17 semanas semestrales, según corresponda, comprendidos entre los meses de marzo a diciembre e incluye el desarrollo de matrículas, clases teóricas y prácticas, trabajos de investigación, evaluaciones, y actividades sociales, culturales y deportivas.

**Artículo 122.-** La actividad académica en una Escuela Profesional comprende:

- Formación general.
- Formación básica profesional.

- Formación profesional.
- Investigación.
- Orientación profesional.
- Proyección y extensión universitaria
- Su diseño involucra la programación curricular teórico-práctica de cada asignatura; proyectos de investigación sobre la realidad regional, nacional y mundial; plan de actividades de proyección y extensión universitaria; y un plan de prácticas pre- profesionales.

### **1.7 Reglamento de la práctica docente de la escuela de la escuela profesional de educación física.**

Art. 1° El presente reglamento establece las normas legales, que regulan el funcionamiento administrativo y académico para la planificación, organización, dirección y evaluación de la práctica pre profesional de la Escuela Profesional de Educación Física de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional del Altiplano.

Art. 2° La práctica pre profesional es un curso de naturaleza de estudios especializados, la misma que permite a los estudiantes el afianzamiento y desarrollo técnico pedagógico en las instituciones pertinentes.

Art. 3° La práctica pre profesional permite a docentes y estudiantes participar en la elaboración y ejecución de proyectos de investigación científica en el campo de la educación física, deportes, recreación y áreas afines.

Art. 4° La práctica pre profesional está compuesta de seis cursos que son los siguientes:

- a) Práctica en el nivel inicial, se desarrolla en el quinto ciclo, inicia con la observación de sesiones de enseñanza - aprendizaje, para luego desarrollar actividades dirigidas.
- b) Práctica en el nivel primaria, se desarrolla en el sexto ciclo, inicia con la observación de sesiones de enseñanza - aprendizaje, para luego desarrollar actividades dirigidas.
- c) Práctica intensiva en el nivel primario, se desarrolla en el séptimo ciclo, cuya finalidad es consolidar el desempeño pre profesional evidenciando el desarrollo de las competencias en coherencia al perfil profesional.
- d) Práctica en promoción de la salud, se desarrolla en el octavo ciclo, en las instituciones públicas y privadas de la región, instituciones educativas especiales y del adulto

mayor.

- e) Práctica en el nivel secundario, se desarrolla en el noveno ciclo, inicia con la observación de sesiones de enseñanza - aprendizaje, para luego desarrollar actividades dirigidas.
- f) Práctica intensiva en el nivel secundario, se desarrolla en el décimo ciclo, cuya finalidad consolidar el desempeño pre profesional evidenciando el desarrollo de las competencias en coherencia al perfil profesional.

### **1.8 Objetivos de la práctica Intensiva En El Nivel primaria**

Son objetivos de la práctica pre profesional:

- a) Optimizar el desarrollo de las competencias del futuro profesional por medio de la ejecución de las sesiones de aprendizaje, practicando valores de responsabilidad, identidad, trabajo en equipo, solidaridad y democracia.
- b) Diversificar las propuestas del sistema educativo peruano y/o desarrollar programas especiales para la promoción de la salud.
- c) Aplicar estrategias metodológicas de enseñanza - aprendizaje.
- d) Elaborar y utilizar recursos didácticos en el proceso de enseñanza - aprendizaje.
- e) Evaluar las sesiones de aprendizaje con la aplicación de instrumentos.

### **1.9 Metas de la práctica Intensiva En El Nivel primaria**

- a) Desarrollar 50 sesiones de aprendizaje como mínimo. Por semana desarrollar 05 sesiones.
- b) Desarrollar una clase modelo ante los jurados evaluadores.
- c) Presentar y sustentar el informe de práctica, con aprobación del docente.
- d) Presentar un ejemplar del informe final en virtual, dos días hábiles después de la sustentación al docente, luego de haber corregido las observaciones realizadas por el jurado

## **CAPITULO II**

### **MARCO CURRICULAR**

#### **2.1 Competencias**

Currículo (2016) La competencia lo define como la facultad que tiene una persona de combinar un conjunto de capacidades a fin de lograr un propósito específico en una situación determinada, actuando de manera pertinente y con sentido ético.

- Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad
- Asume una vida saludable
- Interactúa a través de sus habilidades socio motrices

#### **2.2 Capacidades**

Latorre (2015) Es una habilidad general de carácter cognitivo que utiliza o puede utilizar el aprendizaje para aprender. El carácter fundamental de la capacidad es cognitivo. La habilidad es un potencial que posee el individuo en un momento determinado lo utilice o no. Tiene un componente cognitivo y afectivo. Un conjunto de habilidades constituye una destreza. Las habilidades se desarrollan a través de procesos mentales que constituyen una estrategia de aprendizaje.

#### **2.3 Estándares de aprendizaje**

MINEDU (2016) Son descripciones del desarrollo de la competencia en niveles de creciente complejidad, desde el inicio hasta el fin de la Educación Básica, de acuerdo a la secuencia que sigue la mayoría de estudiantes que progresan en una competencia determinada. Estas descripciones son holísticas porque hacen referencia de manera articulada a las capacidades que se ponen en acción al resolver o enfrentar situaciones auténticas.

#### **2.4 Desempeños por grado**

MINEDU (2016) Los desempeños se presentan en los programas curriculares de los niveles o modalidades, por edades (en el nivel inicial) o grados (en las otras modalidades y niveles de la Educación Básica), para ayudar a los docentes en la planificación y evaluación, reconociendo que dentro de un grupo de estudiantes hay una diversidad de niveles de desempeño, que pueden estar por encima o por debajo del estándar, lo cual le otorga flexibilidad.

## **2.5 Estrategias metodológicas**

Castro (2022) Lo definen como “un conjunto de procedimientos que sirven para mejorar el proceso enseñanza-aprendizaje, deben seleccionarse y aplicarse de acuerdo a los contenidos y características particulares de los estudiantes de manera estructurada, que permitan el desarrollo de habilidades de comprensión generando aprendizajes significativos”

## **2.6 Recursos didácticos**

Los recursos según López (2018) fueron definidos como “cualquier medio que el profesor prevea emplear en el diseño o desarrollo del currículo, por su parte o por parte de los alumnos, para aproximar o facilitar los contenidos, mediar las experiencias de aprendizaje, provocar situaciones, desarrollar habilidades cognitivas, apoyar sus estrategias metodológicas o facilitar o enriquecer la evaluación”. Cuando los materiales utilizados son seleccionados teniendo en cuenta los objetivos y contenidos que se persiguen, se consideran buenas materiales o recursos didácticos desde el punto de vista educativo.

## **2.7 Evaluación**

*Luis et al(2011)* La evaluación es un proceso que, partiendo de unos criterios de valor dados, pretende la obtención de la información necesaria que nos permita emitir, juicios de valor y tomar las decisiones oportunas. A pesar de que las dificultades experimentadas son diferentes según la etapa, en general los docentes expresan que los aspectos más complejos de la evaluación son evaluar las competencias y atender a la diversidad.

## **2.8 Tipos de evaluación**

*Aguilar (2021)* La Evaluación ocupa un lugar protagónico en el proceso educativo, está orientada a la mejora de los aprendizajes de los estudiantes y de la práctica pedagógica, especialmente cuando tiene un carácter formativo y se realiza de manera sistemática y articulada con la enseñanza y el aprendizaje. En la actualidad, se llevan a cabo diferentes tipos de evaluación que los y las docentes emplean para recopilar información y evidencias concretas y específicas de los aprendizajes alcanzados por sus estudiantes. Entre los cuales se mencionan los siguientes: E. diagnóstica, formativa, sumativa o final, autoevaluación, coevaluación, heteroevaluación, cuantitativa, cualitativa, interna y externa. Mismas que se describen en esta ficha informativa, para tener un referente claro y sencillo de su concepto y aplicación

## **CAPITULO III**

### **MARCO OPERATIVO**

#### **3.1 Justificación de la práctica en el nivel primario**

La práctica pre profesional es un curso que constituye las experiencias de aprendizaje en el campo del sector educación, con la ejecución de sesiones de aprendizaje en el área de educación física en el nivel de educación primaria que ofrece la totalidad de las áreas de conocimiento, habilidades y destrezas que orientada hacia la reflexión. Su propósito es descubrir, crear y aplicar los saberes teóricos y prácticos en el desempeño docente en diversos contextos socioculturales, esto implica que el futuro licenciado en educación física disponga para acompañar, conducir y facilitar procesos de aprendizaje y de crecimiento del estudiante.

#### **3.2 Importancia de la práctica en el nivel primario**

La práctica docente en el nivel primaria es uno de los procesos más difíciles e importantes en la formación de educadores, ya que demanda que el profesor en formación ponga en práctica todo lo aprendido durante su carrera profesional y garantice el efectivo aprendizaje de sus estudiantes y conocer a sus estudiantes, sus fallas y puntos fuertes. Una vez conocido a los estudiantes, saber en aspectos necesitan refuerzo y en qué momento se puede avanzar. Saber diseñar estrategias adecuadas para la clase y así desarrollar las habilidades y conocimientos de los alumnos. Entonces se plantea, solucionar problemas y avanzar al cambio.

#### **3.3 Enfoque de la educación física en el nivel primario**

Según Claseu et al, (2008) dice que el Educación Física como área curricular debe ofrecer a las alumnas y a los alumnos verdaderas experiencias educativas a través de las prácticas corporales, contribuyendo a las finalidades educativas de la Etapa de Educación Primaria. El docente de Educación Física, mediante la intervención didáctica, deberá facilitar situaciones en las que el alumnado pueda encontrar las posibilidades de actuación e implicación en las actividades corporales y los correspondientes aprendizajes satisfactorios, motivadores y cercanos a sus intereses, atendiendo a los valores y propósitos educativos.

#### **3.4 Procesos de diversificación curricular en el nivel primario.**

Para Digebr, (2021) la diversificación curricular del nivel primario garantiza la pertinencia y relevancia del proceso educativo. Es pertinente, en tanto que atiende las necesidades específicas, individuales y generacionales de los estudiantes de una región, como de las

demandas educativas que se desprenden de los problemas y potencialidades del desarrollo local y regional y, es relevante, en tanto que contribuye a que los estudiantes desarrollen las competencias propuestas en el currículo nacional, o las propuestas por la región o las II.EE. y programas educativos, siempre que son significativas a las características específicas, necesidades y demandas de los estudiantes, en función de sus entornos socioculturales, lingüísticos, económico-productivos y geográficos de modo que les permita desenvolverse como ciudadanos que respondan a las demandas locales y globales, afirmados en sus raíces socio culturales.

### **3.5 Currículo nacional**

Llanos et al, (2018) el currículo es uno de los instrumentos de la política educativa de la Educación Básica que muestra la visión de la educación que queremos para los estudiantes en un futuro. Le da un sentido común al conjunto de esfuerzos que el Ministerio de Educación del Perú realiza en la mejora de los aprendizajes, desarrollo docente, mejora de la gestión, espacios educativos e infraestructura.

### **3.6 Programación curricular anual de educación física o proyectos, experiencias de aprendizaje**

Para Vásquez, (2019) La Programación Curricular es el proceso más importante. En él se estructura y elabora el programa curricular, instrumento en el cual debe consignarse todo aquello que haga posible un adecuado desarrollo del proceso enseñanza - aprendizaje y que como consecuencia de ello se logre los objetivos o competencias educativas deseadas, los aprendizajes a los cuales se aspira (se logre el currículo como experiencias de aprendizajes interiorizadas en el educando).

### **3.7 Unidades didácticas – planificador semanal**

Mira (2008) Afirma que la unidad de trabajo diseñada y desarrollada por el/la profesor/a en función de las características propias de cada aula, ajustada y secuenciada al PCC de cada área (en nuestro caso EF) con una duración determinada, que estará supeditada a los aprendizajes previos de los alumnos, y que organizada en subunidades (sesiones), tiene como fin último lograr el aprendizaje de los alumnos en relación con un tema determinado.

### **3.8 Sesión de aprendizaje (actividades de aprendizaje)**

NANCY (2018) hace referencia que el aprendizaje es la acción de adelantar, estructurar y determinar las diversas áreas que originen los estudios en los aprendices, donde se considera sus habilidades y destrezas, el entorno en el que se encuentra, así mismo tener en cuenta sus capacidades y competencias que se va a obtener, así como la demanda que sugiera la pedagogía

## **CAPITULO IV**

### **MARCO CONCEPTUA**

#### **4.1**

#### **Educación**

Este autor Venegas (2007) refiere que la educación busca la perfección y la seguridad del ser humano. Es una forma de ser libre. Así como la verdad, la educación nos hace libres. De allí la antinomia más intrincada de la educación: la educación busca asegurarle libertad al hombre, pero la educación demanda disciplina, sometimiento, conducción, y se guía bajo signos de obligatoriedad y a veces de autoritarismo, firmeza y direccionalidad. Libertad limitada.

Manuel & López (2017) definen la educación es valor, porque la finalidad es un valor que se elige. Como valor, el objetivo fundamental de la educación, como tarea, es el desarrollo de destrezas, hábitos, actitudes y conocimientos que capacitan a las personas para elegir, comprometerse, decidir, realizar y relacionarse con los valores, porque de lo que se trata en la tarea es de construir experiencia axiológica. Desde esa misma perspectiva, el objetivo fundamental de la educación, como resultado, es la adquisición en el proceso educativo de un conjunto de conductas que capacitan al educando para elegir, comprometerse, decidir y realizar su proyecto personal de vida.

#### **4.2 Educación física**

Lleix (2017) La educación física contribuye a la adquisición de la competencia matemática, puesto que difícilmente los niños y niñas llegarán a adquirir conceptos matemáticos y a iniciarse en la abstracción sin una exploración motriz del espacio que les rodea. Es en el espacio vivido, el espacio sensomotriz, donde se consolidan las relaciones topológicas. El espacio representativo resulta, en parte, por derivación del análisis de los datos perceptivos inmediatos y en él accedemos a las relaciones proyectivas y euclidianas.

#### **4.3 Fundamentos del enfoque de corporeidad**

Correa,(2010) la corporeidad es la vivencia del hacer, sentir, pensar y querer. Para el autor, el ser humano es y vive sólo a través de su corporeidad. Este concepto implica integralidad porque ese ser humano que siente, piensa y hace cosas, también se relaciona con otros y con el mundo que le rodea, y a partir de esas relaciones construye un mundo de significados que dan sentido a su vida. La corporeidad es la complejidad humana, es cuerpo físico, cuerpo

emocional, cuerpo mental, cuerpo trascendente, cuerpo cultural, cuerpo mágico y cuerpo inconsciente; esos siete cuerpos que nos hacen humanos y que nos diferencian de las otras criaturas vivientes.

#### **4.4 Principios pedagógicos de la educación física**

Seybol,(2012) los principios pedagógicos se constituyen en los fundamentos de la actividad educadora y de la intervención pedagógica entendida en sentido amplio. abarca el amplio espectro de los diversos enfoques educativos. Tienen a su cargo conferir unidad y coherencia a la intervención pedagógica en tanto que aseguran dicha coherencia a nivel vertical (aplicables a todos los niveles y ciclos educativos), como a nivel horizontal (referente para todas las modalidades de enseñanza-aprendizaje, dimensiones y misiones pedagógicas de la educación física). Aunque en la doctrina pedagógica de la educación física, existe diversidad de clasificaciones de los principios pedagógicos de la educación física, para lo cual del mismo se han retomado como principios los de: Principio de Adecuación al educando; Principio de Individualización; Principio de Solidaridad; Principio de Adecuación Estructural.

#### **4.5 Actividad física**

Ramírez, (2015) es cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía”. Así mismo, es importante reconocer que la AF como práctica social es realizada entre pares, generalmente se da con la intención de pertenecer a un grupo y buscar identidad como miembro de este.

#### **4.6 Psicomotricidad**

Sancho, (2007) es la unión de la psique con el movimiento. Mente, emoción, no solamente el plano físico, sino los otros dos planos. Es aquí donde la locución “a través” cobra una importancia trascendental en la frase porque está uniendo cada aprendizaje del niño, cada situación que haga que este adquiera conocimiento, con el movimiento, con su cuerpo y sus posibilidades de acción.

#### **4.7 Habilidades motrices**

Coronado, (2021) son movimientos inherentes al hombre como respuesta a diferentes estímulos que provienen del ambiente que se dan de forma voluntaria o no, estas intervienen a lo largo de las situaciones de la vida cotidiana. Se pueden clasificar en habilidades de locomoción donde el cuerpo se desplaza de una ubicación espacial a otra (correr, saltar, etc.), habilidades de manipulación donde el sujeto es capaz de imprimir fuerza a los objetos (lanzar, golpear, etc.) que ayudara en las acciones que se realiza día a día. Las habilidades básicas tienen un desarrollo marcado durante la infancia e inicio de la pubertad.

#### **4.8 Capacidades físicas**

Linares, (2020) el desarrollo fisiológico que alcanza el ser humano a medida que se va enfrentado a la vida, donde su organismo se va adaptando físicamente a las condiciones de desarrollo social; estas se van formando desde edades tempranas y se educan a través de las clases de Educación Física, las cuales preparan al individuo física y mentalmente para enfrentar los retos de la vida.

#### **4.9 Capacidades coordinativas**

Uribe, (2021) son aquellas relacionadas con los procesos de conducción y regulación del movimiento, acondicionan al atleta para dominar de manera segura y económica acciones motoras en situaciones previstas (estereotipos) e imprevistas (adaptación), y para aprender movimientos deportivos con relativa velocidad.

#### **4.10 Sistemas energéticos características y tipos de actividades aeróbicas y anaeróbicas ... intensidad y duración de las actividades. estrategias para desarrollar tipos de resistencia. frecuencia cardiaca. consumo de oxígeno.**

Hall-lópez et al. (2018) dice que los niños y jóvenes de 5 a 17 años deben invertir como mínimo 60 minutos diarios en actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa y que la actividad física debería ser, en su mayor parte, aeróbica incorporando, como mínimo tres veces por semana, actividades vigorosas que refuercen, en particular, los músculos y huesos.

#### **4.11 Estado físico**

Sánchez, (2016) un estado dinámico de energía y vitalidad que permite a las personas llevar a cabo las tareas habituales de la vida diaria, disfrutar del tiempo de ocio activo y afrontar las posibles emergencias imprevistas sin una fatiga excesiva, a la vez que ayuda a evitar enfermedades hipocinéticas y a desarrollar el máximo de capacidad intelectual experimentando plenamente la alegría de vivir

#### **4.12 Juegos**

Rica et al, (2001) el juego abastece al niño de libertad para liberar la energía que tiene reprimida, fomenta las habilidades interpersonales y le ayuda a encontrar un lugar en el mundo social. Jugando, el niño aprende a establecer relaciones sociales con otras personas, se plantea y resuelve problemas propios de la edad. A pesar de la necesidad que tiene el niño de jugar y de los efectos benéficos que posee el juego, los adultos lo hacen a un lado y no le dan el lugar que merece entre sus actividades porque no brinda ningún provecho económico y tangible.

#### **4.13 Tipos de juego pre deportivo, tradicional, sensorial, rítmico motor**

Lara, (2008) afirma que los Los juegos predeportivos y tradicionales son importantes elementos para la formación y desarrollo de la personalidad armónica, multilateral e integral

como lo demanda nuestra sociedad socialista. Los juegos pueden ser agrupados por sus características y por la actividad que realizan. Aquí podemos encontrar los juegos con pelotas o sin pelotas que pueden ser Predeportivos o Deportivos, dentro de ellos los predeportivos pueden ser simples o complejos en dependencia de la cantidad de elementos técnicos que tenga y pueden ser básicos, cuando las habilidades que realizan pueden servir para varios deportes, y específico, cuando solo las habilidades sirven para un deporte determinado. En el caso de los juegos pequeños, por la actividad que realizan pueden ser clasificados en miméticos, dramatizados, sensoriales de persecución, de relevo, de canto, coeducacionales, motrices, rítmicos.

#### **4.14 Tecnología de la información y comunicación TICs en Educación Física**

TIC al área de Educación Física supone un desafío para los docentes actuales pues se está dando una nueva reforma pedagógica que puede dar lugar a una mejoría en los procesos de conexión a la actividad física y el deporte, existen una gran cantidad de recursos tecnológicos para integrar en el área de Educación Física y además, desde el marco legislativo actual, contamos con una novedad que respalda la incorporación de las TIC en el área de Educación Física. En la nueva Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad de la Enseñanza (LOMCE) por primera vez desde el área de Educación Física se considera relevante la incorporación de las nuevas tecnologías de forma específica. (Ladrón-de-Guevara, 2015)

#### **4.15 Currículo**

Pérez,(2012) Propone que el currículo representa una serie estructurada de experiencias de aprendizaje que en forma intencional son articuladas con una finalidad concreta que es: producir los aprendizajes esperados. Para lograr esto se tienen dos aspectos interconectados: el diseño y la acción. Implican una concepción de la realidad, del conocimiento y del aprendizaje.

#### **4.16 Enseñanza**

Santillana, (2008) La enseñanza busca promover el aprendizaje de manera metódica. Sin embargo, no existe una relación lineal o de "causa y efecto" entre ambos polos de esta relación. En otros términos, no toda enseñanza logra el resultado de aprendizaje que persigue en todos y cada uno de los aprendices. Los efectos de la enseñanza no son cerrados o fijos, como si tratase de resultados de una reacción química. Quienes creen en los efectos fijos o totalmente previsible y se encuentran con esta diversidad, suelen hablar de "resultados no previstos" de la enseñanza. Esta expresión muestra, en verdad, una concepción estrecha de la enseñanza, ignorando la variabilidad y la riqueza de estos intercambios entre los sujetos.

#### **4.17 Aprendizaje.**

Ormrod (2005) afirma, El aprendizaje humano adopta muchas formas. Algunos casos de aprendizaje son fácilmente observables, como cuando un niño aprende a atarse sus zapatos. Otros casos de aprendizaje son más sutiles, como cuando un niño intenta comprender un principio matemático. Además, las personas aprenden por razones muy diferentes. Algunas aprenden para conseguir recompensas externas, por ejemplo, buenas notas, reconocimiento o dinero (como el mercenario de mi hijo). Pero, otras aprenden por razones menos obvias y más internas, quizá para obtener una sensación de triunfo o simplemente para hacer más fácil la vida.

Bouguereau (2019) El aprendizaje es el proceso a través del cual se modifican y adquieren habilidades, destrezas, conocimientos, conductas y valores. Esto como resultado del estudio, la experiencia, la instrucción, el razonamiento y la observación. Este proceso puede ser analizado desde distintas perspectivas, por lo que existen distintas teorías del aprendizaje. Es una de las funciones mentales más importantes en humanos, animales y sistemas artificiales. En él intervienen diversos factores que van desde el medio en el cual se desenvuelve el ser humano, así como los valores y principios que se aprenden en la familia. En esta última se establecen los principios del aprendizaje de todo individuo y se afianza el conocimiento recibido, el cual forma la base para aprendizajes posteriores.

Graciela & Ramírez (2002) afirman que el aprendizaje es el cambio gradual en el conocimiento de una persona como resultado de la experiencia de esa persona. Cualquier tipo de aprendizaje, desde aprender a caminar y hablar en los niños, pasando por aprendizajes académicos como leer y escribir, hasta habilidades sociales como las relaciones y otras. Sin embargo, dependiendo de la perspectiva teórica desde la que se estudie, el aprendizaje puede definirse de diferentes formas.

#### **4.18 Métodos de enseñanza**

Rosa, (2019) como el conjunto de estrategias, procedimientos y acciones organizadas y planificadas por el profesorado, con la finalidad de posibilitar el aprendizaje del alumnado y el logro de los objetivos donde engloba actuaciones previas a la sesión (planteamiento de los objetivos, selección de contenidos y actividades, esquemas previos de regulación de la comunicación, la organización, los espacios y ambientes de aprendizaje, y los procedimientos y materiales de evaluación); durante la sesión (ejecución de las tareas, aporte de feedback y control de contingencias); y, posteriores a la sesión (evaluación y realimentación del proceso educativo).

#### **4.19 Estilos de enseñanza**

Carbonell, (2008) Modo o forma que adoptan las relaciones didácticas entre los elementos personales del proceso de enseñanza-aprendizaje tanto a nivel técnico y comunicativo, como a nivel de organización del grupo-clase y sus relaciones afectivas en función de las decisiones que tome el profesor.

estilos tradicionales, estilos que fomentan la participación del alumnado en la enseñanza, estilos que fomentan la individualización de la enseñanza, estilos que implican cognoscitivamente al alumnado en su aprendizaje, estilos que fomentan la socialización del alumnado en la enseñanza, estilos que fomentan la creatividad del alumnado en su aprendizaje.

#### **4.20 Secuencia didáctica para el desarrollo de capacidades del área**

Mosqueda,(2020)Desde el enfoque sociformativo se caracteriza por un marcado énfasis en la socioformación integral y el proyecto ético de vida, la resolución de problemas significativos situados, la articulación de las actividades en torno a esos problemas, el proceso metacognitivo y la evaluación por medio de niveles de dominio en matrices donde el docente de educación física encuentre opciones que permitan desarrollar sesiones que den cuenta de aprendizajes significativos para sus alumnos. La razón para encontrar esas opciones las resumimos en tres motivos

#### **4.21 Medios y materiales**

Para Rodríguez (2017) los medios y materiales didácticos en un aula de primaria, para trabajar mediante ellos, un determinado contenido, ya que le servirá al profesorado de gran utilidad, y su vez ayudará en gran medida al alumnado a potenciar sus aprendizajes significativos. A su vez destacaría la importancia tan destacada que han tenido autores como María Montessori, Pere Puig Adam o Jean Piaget, los cuales han ido reivindicado la necesidad de aprender mediante la manipulación o el juego con distintos recursos o materiales didácticos, e intentando transmitir y difundir la idea de que los materiales o recursos didácticos son una herramienta clave para el proceso de aprendizaje.

## **CAPITULO V**

### **PRESENTACION Y ANALISIS DE RESULTADOS**

#### **CONCLUSIONES**

##### **PRIMERO**

El presente informe mediante un análisis profundo de las prácticas realizadas permite encontrar los logros y las dificultades, donde a través de las sesiones de aprendizaje como practicante expuse mis competencias personales de liderazgo, empatía, solidaridad, trabajo en equipo, compromiso y una comunicación explícita con los alumnos.

##### **SEGUNDO**

Para esta práctica de nivel primaria se tuvo que diversificar el sistema educativo, partiendo desde el currículo nacional luego descendiendo a programación curricular, plan anual, experiencias de aprendizaje y sesión de aprendizaje.

##### **TERCERO**

Se realizó la práctica con diferentes metodologías de enseñanza como: mando directo, mando directo modificado, asignación de tareas, resolución de problemas, en la cual están basados a las tres competencias, capacidades y desempeños que tiene el área de educación física.

#### **CUARTO**

Mi persona como practicante y los niños en sesión de clases nos adecuamos con los materiales que contaba la institución, también logramos responder diferentes situaciones en las de 3 horas de clases.

#### **QUINTO**

Las sesiones de clase fueron evaluadas constantemente y aplicando instrumentos de evaluación como: observación directa y sistematizada, registro auxiliar lista de cotejos y así. Se logró terminar satisfactoriamente la práctica primaria en la.

## SUGERENCIAS

- Se sugiere a los compañeros de ciclos inferiores que lleven este curso de práctica en nivel primaria, vayan practicando ciertas competencias personales para estas prácticas profesionales
- Se sugiere a los docentes de primaria del curso de educación física, practiquen la concreción curricular detalladamente las planificaciones de los documentos que se realizara para el dictado de clases de los niños.
- sugiero a mis compañeros del VII ciclo de la EPEF, a que ya no realicen clases tradicionales de aquellos años, sin embargo, busquen diferentes estrategias y metodologías de enseñanza.
- Sugiero al director y profesor de educación física de la N° 71013 INTEGRADA GLORIOSO “SAN CARLOS”, gestionen más materiales para el departamento de educación física. todo esto para el beneficio de los niños de la institución
- Se sugiere al señor director de la I.E.P N° 71013 INTEGRADA GLORIOSO “SAN CARLOS”, que trabaje con profesionales psicólogos, nutricionistas, defensoría del niño etc., para que ayude y oriente a los niños que tienen problemas familiares y personales.

## BIBLIOGRAFIA

- Bouguereau, W. (2019). *U12 proyecto 12 aprendizaje*. 12.
- Castro-williams, E. (2022). *Anny Elizabeth Vega-Gómez*. 7(6), 1187–1205. <https://doi.org/10.23857/pc.v7i6>
- Clase, D. E. L. A., Enseñar, A. A., Gutiérrez, C. J. L., José, A., Cortés, P., & Medina, V. T. (2008). *LA EDUCACIÓN FÍSICA Y LA ORGANIZACIÓN CONSIDERACIONES PREVIAS*. 163–182.
- Control, C. D. E. (2021). *EL DESAFÍO APRENDO EN CASA : Di cultades , efectos y resultados de una educación virtual*.
- Currículo Nacional. (2016). de la Educación Básica. *Libro Currículo Nacional de La Educación Basica, scscs*, 224. <http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/curriculo-nacional-de-la-educacion-basica.pdf>
- Digebr-int-, E., & Informe, N. (2021). *N° 222-2021-minedu*.
- Graciela, I., & Ramírez, C. (2002). *a través de la mirada de diferentes autores*. 27–40.
- Ladrón-de-guevara, C. F. L. (2015). *El uso de las TIC en la Educación Física actual*. 17–30.
- Latorre, M. (2015). *Capacidades , Destrezas Y Procesos Mentales -- Educación Inicial , Primaria y Secundaria – Dr . Marino Latorre Ariño Universidad Marcelino Champagnat Lima - 2015*. 1–20. <http://www.scielo.org.mx/pdf/ie/v13n61/v13n61a7.pdf>
- Llanos, C., Carmen, R., & Ciudad, M. (2018). *Currículo nacional y desempeño docente en la Institución Educativa Privada Antonio Raimondi , Chimbote Autora :*
- Lleix, T. (2017). *Educación física y competencias básicas Contribución del área a la adquisición de las competencias básicas del currículo Educación física y competencias básicas Contribución del área a la adquisición de las competencias*. October.
- Luis, P., Cerd, L., Rosales, C., Lafourcade, P., & Rodr, P. (2011). *La evaluación*. 303–310.
- Manuel, J., & López, T. (2017). *EDITORIAL Revista Virtual Redipe: Año 6 Volumen 12*.
- Martínez Aguilar, F. de M. (2021). *Ficha Informativa Tipos de Evaluación*. 2–2. <https://www.evaluacion.edusanluis.com.ar/2013/10/tipos-de-evaluacion-educativa.html>
- Ministerio de Educación. (2016). Currículo Nacional de Educación Básica. *Ministerio de Educación*, 116. <http://www.minedu.gob.pe/curriculo/documentos.php#top>
- Mira, B. (2008). *Tema 2 las unidades didácticas 1*. 1–24.
- NANCY PILAR MEDINA RODRÍGUEZ. (2018). *Facultad de educación*.
- Ormrod, J. E. (2005). *Aprendizaje humano*.
- Pérez, M. P. (2012). *Conceptos Básicos de la Teoría Curricular*.
- Rodríguez p. (2017). *Importancia de los materiales didácticos en el aprendizaje de las matemáticas*.
- Santillana, C. D. (2008). *Metodos de enseñanza*.
- Torío López, N. (2018). *Creación de materiales y recursos didácticos aplicados en la unidad didáct del Tchoukball para Educación Física en Educación Primaria*.

Vasquez, R. F. G. (2019). *Enrique Guzmán y Valle Alma Máter del Magisterio Nacional Escuela Profesional de Educación Primaria*.

Venegas, A. (2007). *Democracia universitaria*.

Carbonell, José A. Martínez. 2008. "Los Estilos de Enseñanza En Educación Física." 1–22.

Coronado, Erika Nathalia Ayure. 2021. "Habilidades Motrices y Su Importancia En Las Etapas de La Vida. Una Revisión Documental." 1–81.

Correa, Aída María González Correa Clara Helena González. 2010. "educación física desde la corporeidad y la motricidad."

Hall-lópez, Javier Arturo, Paulina Yesica Ochoa-martínez, Raúl Alexis, Macías Castro, Rodrigo Zúñiga Burruel, and Pedro Sáenz-lópez Buñuel. 2018. "Actividad Física Moderada a Vigorosa En Educación Física y Recreo En Estudiantes de Primaria y Secundaria de La Frontera México-USA." IV:426–42.

Lara, gisela rabell. 2008. "juegos predeportivos y tradicionales para elevar la participacion de los estudiantes en la clase de educacion fisica en el ipuec 'desembarco del perrit' municipio: antilla." 1–146.

Linares, Enrique Carrillo. 2020. "El Desarrollo de Las Capacidades Físicas Del Estudiante de Mecánica Desde La Educación Física The Development of the Physical Capacities of the Student of Mechanics from the Physical Education O Desenvolvimento Das Capacidades Físicas Do Estudante de Mecânica Desde a Educação Física." 18(4):794–807.

Mosqueda, Silvano Hernandez. 2020. "DIDÁCTICAS EN LA EDUCACIÓN FÍSICA :"(August 2017).

Ramírez, Clara Inés Serrano. 2015. "el concepto y la práctica de la actividad física y su relación con calidad de vida en los modelos teóricos de la salud."

rica, universidad de costa, universidad de costa rica, san pedro, montes de oca, costa rica, and maureen meneses monterero. 2001. "el juego en los niños : enfoque teórico."

Rosa, A.; García-Cantó, E.; Pérez, J. J. 2019. "métodos de enseñanza en educación física: desde los estilos de enseñanza hasta los modelos pedagógicos." 11(1):1–30.

Sánchez, Ernesto de la Cruz. 2016. "condición física y salud." (1):1–10.

sancho, javier gonzález. 2007. "la psicomotricidad : evolución histórica , concepto y cómo se concibe hoy en día . visión actual." 1–65.

Seybol, Annemarie. 2012. "Principios Pedagógicos de La Educación Física."

Uribe, Mariluz Ortiz. 2021. "Propuesta de Entrenamiento Basado En Capacidades Coordinativas Para El Karate Do Training." 25–53.





**Universidad Nacional del Altiplano**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**CENTRO DE PRÁCTICA PREPROFESIONAL**



*"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"*

Puno, C.U. 31 de marzo del 2023

**OFICIO CIRCULAR N° 0-001-D-FCEDUC-UNA-P.**

**Señora** : Prof. Teresa Z. Pilco Montes de Oca.  
 Directora de la IE. INTEGRADA GLORIOSO "SAN CARLOS"

**Ciudad.**

**ASUNTO** : **SOLICITA BRINDAR FACILIDADES PARA LA REALIZACIÓN DE LA PRÁCTICA PREPROFESIONAL DEL VII CICLO**

Tengo el agrado de expresarle un saludo cordial e institucional y comunicarle que, la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, comprende las prácticas preprofesionales en el área de Educación Física, cuya finalidad es consolidar los aprendizajes logrados durante el proceso formativo de acuerdo con las competencias del perfil de egreso, en Instituciones Educativas públicas o privadas a fin de contribuir con la salud integral de los participantes.

En tal sentido, le solicitamos brindar las facilidades para la realización de la práctica preprofesional en la Institución Educativa, que tan dignamente dirige Ud. de acuerdo con la ley N° 28044, al estudiante: **QUISPE CORI WITMAN FRANKLIN** de la Escuela Profesional de Educación Física, que desarrollará la práctica preprofesional: **PRACTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA** que consiste en; el desarrollo de 50 sesiones de aprendizaje a partir del 20 de abril del 2023.

Con la finalidad de garantizar la calidad de la práctica preprofesional, acreditamos al docente de la Escuela Profesional de Educación Física: **M.Sc. DONY EDWIN MAMANI VELASQUEZ**, quien realizará las acciones de coordinación y monitoreo en vuestra institución educativa.

Hacemos propicia la oportunidad para expresarle las consideraciones más distinguidas.

Atentamente,



Dr. Percy Samuel Yabar Miranda  
 DECANO DE LA FCEDUC-UNA-PUNO

Coord. Área Educ. Física  
 Primaria  
 Puno, Abril 2023

Activar Windows  
 Ir a Configuración de PC



**BOLIVARIANO, Y EMBLEMÁTICA**  
**INSTITUCIÓN EDUCATIVA INTEGRADA GLORIOSO**  
**COLEGIO NACIONAL DE SAN CARLOS – PUNO**  
Fundado el 07 de agosto de 1825 por el libertador Simón Bolívar  
INICIAL – PRIMARIA – SECUNDARIA – EBA



### CONSTANCIA DE PRÁCTICA PREPROFESIONAL

LA DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INTEGRADA GLORIOSO COLEGIO NACIONAL "SAN CARLOS" – PUNO

#### HACE CONSTAR:

Que, el señor WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI identificado con DNI 74579182 estudiante del VII semestre de la Especialidad de Educación Física de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, ha realizado sus Prácticas Pre profesionales en la Institución Educativa Secundaria Glorioso Colegio Nacional "San Carlos" de la ciudad de Puno, realizando sus prácticas a partir del 17 de abril al 19 de julio del presente año.

Durante su permanencia en esta Institución Educativa demostró eficiencia, iniciativa, puntualidad, responsable y empatía.

Se expide la presente constancia, a solicitud del interesado para los fines que considere conveniente.

Puno, 21 de julio del 2023



UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL - PUNO

*Teresa Z. Pico Montes de Oca*  
Prof. Teresa Z. Pico Montes de Oca  
DIRECCIÓN GENERAL  
I.E. INTEGRADA GLORIOSO "SAN CARLOS"



Universidad Nacional Del Altiplano - Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
PRACTICA PREPROFESIONAL



### HORARIO PERSONAL DEL ESTUDIANTE PRACTICANTE

#### I. DATOS INFORMATIVOS:

1.1 Institución Educativa:	IEI ( ) I.E.P. (●) I.E.S. ( ) I.E.E. ( ) Otros. ( ) .....		
1.2 Director (a):	Teresa X. Pilco Montes de Oca		
1.3 Docente del Área:	Geverina Valentin Quispe		
1.4 Docente de Practica:	Dony Edwin Marant		
1.5 Estudiante Practicante:	William Franklin Quispe Cort		
1.6 Práctica Preprofesional:	Primaria Intensiva		
1.7 Semestre:	2023 - I	Fecha:	24.1.04.2023

#### II. HORARIO DE CLASES:

N°	HORA	DIA				
		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	07:45 - 08:30	3° F		3° C		
2	08:30 - 09:15	3° F		3° C		
3	09:15 - 09:30	RE	E	R	E	O
4	09:30 - 10:15	3° B		3° D	3° F	
5	10:15 - 11:00	3° B		3° D	3° E	
6	11:00 - 11:15	RE	E	R	E	O
7	11:15 - 12:00	3° A		3° E	3° O	3° B
8	12:00 - 12:45	3° A		3° E	3° C	3° A
9						
10						
11						
12						

  
Director de la I. E.

  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Alumno (a) Practicante

  
Director de la I. E.

  
Alumno (a) Practicante



**Universidad Nacional Del Altiplano - Puno**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**  
**PRACTICA PREPROFESIONAL**



**FICHA DE MONITOREO Y ASESORAMIENTO**

**I. DATOS INFORMATIVOS:**

1.1 Institución Educativa:	IEI ( ) I.E.P. ( ) I.E.S. ( ) I.E.E. ( ) Otros ( ) .....
1.2 Director (a):	Teresa Z. Pilco montes de oca
1.3 Docente del Área:	Severina Valencia Quispe
1.4 Docente de Práctica:	Dony Edwin Mamani Velasquez
1.5 Alumno Practicante:	Wltman Franklin Quispe Cori
1.6 Práctica Preprofesional:	PRIMARIA INTENSIVA EN NIVEL PRIMARIA

**I. INTERNA: PARA LOS DOCENTES DE PRACTICA DE LA EPEF.**

FECHA	OBSERVACIONES	FIRMA y POST FIRMA
03/04/27	Presentación a la IE.	 M. Sc. Dony Edwin Mamani Velasquez DOCENTE E.P.E.F. - UNA PUNO
26-06-23	Solicitud, el est. cuenta con P.V.S.	 M. Sc. Dony Edwin Mamani Velasquez DOCENTE E.P.E.F. - UNA PUNO
10-07-2023	CNE modelo MODAR LA MOTIVACIÓN	 Dr. Luis Guillermo Puño Canqui UNA - PUNO

**II. EXTERNA: PARA LOS DOCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA**

DEPENDENCIA	FECHA	OBSERVACIONES	FIRMA y POST FIRMA

Activiti - Windows



Prof. Raul V. Canabe Flores  
SUB DIRECTOR N° 7  
DIRECCIÓN DE INVESTIGACIONES Y DESARROLLO TECNOLÓGICO

M. Sc. Dony Edwin Mamani Velasquez  
DOCENTE E.P.E.F. - UNA PUNO  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

Alumno (a) Practicante



Wltman Franklin Quispe Cori  
DOCENTE PRACTICANTE  
EPEF - UNA - PUNO

**BUENAS DE EVALUACIÓN PARA CLASE MODELO DE LAS PRACTICAS PREPROFESIONALES EN LA EBR**

CEL: Proponer y aplicar procesos de aprendizaje-enseñanza para contribuir a la educación corporal, deportiva y recreativa, en diferentes contextos y grupos estudiantiles.

**1. DATOS INFORMATIVOS**

1.1 Institución Educativa:	N° 71013 - CLODORO SAN CARLOS	1.2 Profesor del Taller/E:	Severina Valeriana Quiroga
1.2 Profesor de Práctica Preprofesional:	Dr. Edwin Mariani Velázquez	1.4 Profesor del Proceso:	Alfonso Prudencio Quiroga
1.3 Unidad Curricular:	Prácticas	Dr. Luis Guillermo Pardo Gómez	
	Dr. Mariani	Dr. Edison Vargas Benito	
	Dr. Mariani	Dr. Sr. David Quiroga Pizarro Saco	
1.4 Ciclo y Semestre académico:	VII CUARTIL DE 2023-I	1.5 Nivel, grado y sección:	V - EDUCAR, Grado A, B, C, D, E, F - 1.º Trimestre de la Actividad Preprofesional
1.5 Fecha:			16/07/23

**INDICACIONES:** Consultar el plan de cada sesión del curso de desarrollo según sus descripciones y luego la matriz para cada lugar específico.

**NOTA:** Para obtener la nota final, sume los dos números de los lugares específicos, suma de la puntuación de ambas de aprendizaje y genere del promedio de ambas actividades preprofesionales y divida entre 2. Puntuación máxima es 100 en el puntaje final final.

**EL PLAN DE ACIÓN Y GESTIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE ESTUDIANTES PREPROFESIONALES DEBIERÁ ESTAR ADECUADAMENTE INFORMADO DE ACUERDO AL ORGANIGRAMA DE GESTIÓN PREPROFESIONAL:**

LOGROS ESPERADOS	DETALLE	NIVELES DE DESARROLLO			
		4 Puntos	3 Puntos	2 Puntos	1 Puntos
<p>Planear las actividades de enseñanza, aprendizaje y evaluación de las actividades con las acciones de aprendizaje y las estrategias de enseñanza.</p> <p>Para ello proponer un organizador de recursos didácticos que permitan preparar y motivar el aprendizaje activo de los estudiantes de la actividad.</p>	<p>Proposición de aprendizaje</p>	<p>Se evidencia la proposición de aprendizaje y organización colaborativa con los elementos curriculares, especialmente, descripción contextual, evidencia de aprendizaje, criterios de evaluación, evidencias y competencias requeridas.</p>	<p>Se evidencia la proposición de aprendizaje y se propone alguna evidencia con los elementos curriculares, especialmente, descripción contextual, evidencia de aprendizaje, criterios de evaluación, evidencias y competencias requeridas.</p>	<p>Se evidencia la proposición de aprendizaje y se propone evidencia contextual con los elementos curriculares, especialmente, descripción contextual, evidencia de aprendizaje, criterios de evaluación, evidencias y competencias requeridas.</p>	<p>No se evidencia la proposición de aprendizaje y se propone evidencia contextual con los elementos curriculares, especialmente, descripción contextual, evidencia de aprendizaje, criterios de evaluación, evidencias y competencias requeridas.</p>
		<p>Se evidencia la descripción de actividades con evidencia de las prácticas pedagógicas y organizativas, por acciones y la forma escrita del aprendizaje.</p>	<p>Se evidencia la descripción de actividades con alguna de las prácticas pedagógicas y organizativas, por acciones y la construcción del aprendizaje.</p>	<p>Se evidencia la descripción de actividades con alguna evidencia contextual y organizativa, por acciones y la construcción del aprendizaje.</p>	<p>No se evidencia la descripción de actividades con evidencia contextual y organizativa, por acciones y la construcción del aprendizaje.</p>
		<p>Se evidencia la descripción de actividades con el grupo para el desarrollo de actividades, con evidencia de acciones y organizativas, por acciones y la construcción del aprendizaje.</p>	<p>Se evidencia la descripción de actividades, con alguna evidencia contextual y organizativa, por acciones y la construcción del aprendizaje.</p>	<p>Se evidencia la descripción de actividades, con alguna evidencia contextual y organizativa, por acciones y la construcción del aprendizaje.</p>	<p>No se evidencia la descripción de actividades, con alguna evidencia contextual y organizativa, por acciones y la construcción del aprendizaje.</p>
		<p>Se evidencia la descripción de actividades, con evidencia de acciones y organizativas, por acciones y la construcción del aprendizaje.</p>	<p>Se evidencia la descripción de actividades, con alguna evidencia contextual y organizativa, por acciones y la construcción del aprendizaje.</p>	<p>Se evidencia la descripción de actividades, con alguna evidencia contextual y organizativa, por acciones y la construcción del aprendizaje.</p>	<p>No se evidencia la descripción de actividades, con alguna evidencia contextual y organizativa, por acciones y la construcción del aprendizaje.</p>
<p>Se evidencia la descripción de actividades, con evidencia de acciones y organizativas, por acciones y la construcción del aprendizaje.</p>	<p>Se evidencia la descripción de actividades, con evidencia de acciones y organizativas, por acciones y la construcción del aprendizaje.</p>	<p>Se evidencia la descripción de actividades, con evidencia de acciones y organizativas, por acciones y la construcción del aprendizaje.</p>	<p>No se evidencia la descripción de actividades, con evidencia de acciones y organizativas, por acciones y la construcción del aprendizaje.</p>		

LOGROS ESPERADOS	CRITERIOS	SOBRESALIENTE			INSUFICIENTE	PENALIZ
		4 Puntos	3 Puntos	2 Puntos		
<p>Concluye el proceso de evaluación aprendizaje y lo dirige al logro de los objetivos de aprendizaje esperados. Evalúa resultados de aprendizaje obtenidos, que evidencian la comprensión, la aplicación de los conocimientos y el aprendizaje autónomo.</p>	<p>Trabaja satisfactoriamente a los estándares en el proceso de aprendizaje</p> <p>Procesos el razonamiento, la creatividad y/o el pensamiento crítico</p> <p>Evalúa el progreso de los aprendizajes para retroalimentar a los estudiantes y adecuar su enseñanza</p> <p>Proyecta un ambiente de riesgo y provisoriedad</p>	<p>Incorpora estrategias a todos o casi todos los momentos en las actividades programadas. Además, promueve que comprendan el sentido de lo que aprenden.</p> <p>Promueve elaboraciones de razonamiento, la creatividad y/o el pensamiento crítico durante la sesión en su conjunto.</p> <p>Observa adecuadamente a los estudiantes y los brinda retroalimentación por desarrollo e indicación</p> <p>Elabora estrategias con los estudiantes y muestra valoración hacia sus logros. La corrala con ellos y los felicita cuando. Siempre se muestra empático con sus estudiantes. Efectivo o Eficaz. Además, interviene si nota fallos de tiempo entre estudiantes.</p>	<p>Involucra a la gran mayoría de los estudiantes en las actividades programadas.</p> <p>Promueve elaboraciones de razonamiento, la creatividad y/o el pensamiento crítico al menos en una ocasión.</p> <p>Observa adecuadamente a los estudiantes, y los brinda retroalimentación durante la y/o adapta los estándares a las necesidades de aprendizaje diferenciadas.</p> <p>El docente interviene con los estudiantes, en la corrala y los felicita cuando. Siempre se muestra empático con sus estudiantes. Efectivo o Eficaz. Además, interviene si nota fallos de tiempo entre estudiantes.</p>	<p>Trabaja parcialmente el razonamiento, la creatividad y/o el pensamiento crítico al menos en una ocasión, pero no lo logra.</p> <p>Intenta promover el razonamiento, la creatividad y/o el pensamiento crítico al menos en una ocasión, pero no lo logra.</p> <p>Observa adecuadamente a los estudiantes, pero solo los brinda retroalimentación durante la sesión.</p> <p>El docente interviene con los estudiantes, aunque sólo o algunas. Además, interviene si nota fallos de tiempo entre estudiantes.</p>	<p>No ofrece oportunidades de participación, o más de la mitad de los estudiantes está dormido, muestra indiferencia, algunos o ninguno de ellos interviene.</p> <p>Produce resultados o evidencias incongruentes que evidencian desconocimiento del aprendizaje requerido, que las evidencias aparecen de forma repetitiva o aleatoria.</p> <p>No interviene o lo hace muy poco. Además, interviene con los estudiantes (a decir, durante menos del 25 % de la sesión o tiempo en clase de la clase y/o programa de los estudiantes).</p>	
	<p>Regula positivamente el comportamiento de los estudiantes.</p>	<p>El docente siempre utiliza estrategias formativas para regular el comportamiento de los estudiantes de manera eficaz.</p>	<p>El docente utiliza predominantemente estrategias formativas y muestra de haberse comprometido al comportamiento de los estudiantes, pero en pocas ocasiones.</p>	<p>No interviene siquiera redirigir el mal comportamiento de los estudiantes, apreciándose una situación crítica en el aula.</p>		

**PUNTAJE DE GESTIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE**  
**NOTA FINAL**

**III. SUGERENCIAS Y/O OBSERVACIONES**

  
 San MEDIANO

  
 Hugo PINO

  
 Tito MEDIANO

Dra. Elianny Vargas Ramos  
 FCEduc - UNA - PUÑO



# PLANIFICACIÓN ANUAL PRIMARIA ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA-2023

## I. DATOS GENERALES:

1.1. Dirección Regional de Educación	Puno			
1.2. Unidad de Gestión Educativa Local	Puno			
1.3. Institución Educativa Primaria	N° 71013 INTEGRADA GLORIOSO "SAN CARLOS"			
1.4. Área	Educación Física			
1.5. Ciclo	IV	Grado:	3RO	Sección: A, B, C, D, E, F.
1.6. Modalidad	Presencial			Turno: Mañana
1.7. Director(a)	Teresa Zantina, Pilco Montesdeoca			
1.8. Subdirector(a)	Raul v. Calabe Flores Robert Jesus, Gonzales Quispe			
1.9. Docente del Área IE	Severina Valencia Quispe			
1.10. Docente de Practica	Dony Edwin Mamani Velasquez			
1.11. Estudiante Practicante	Witman Franklin Quispe Cori			
1.10. Práctica Preprofesional	Primaria Nivel Intensiva			

## II. DESCRIPCIÓN GENERAL Y/O PRESENTACIÓN DEL AREA DE EDUCACION FISICA:

La actividad física genera muchos beneficios para mantener una vida saludable. Las demandas sociales respecto de la formación de hábitos relacionados con el logro de bienestar físico, psicológico y emocional han generado que el área haya tomado cada vez más importancia en los currículos escolares. Por ello la educación física tiene como PROPÓSITO que los estudiantes desarrollen una conciencia crítica hacia el cuidado de la salud y la de los demás, de manera que sean autónomos y capaces de asumir sus propias decisiones para la mejora de la calidad de vida.

El área se sustenta en el ENFOQUE de la CORPOREIDAD que entiende al cuerpo en construcción de su ser más allá de su realidad biológica, porque implica hacer, pensar, sentir, saber, comunicar y querer. Se refiere a la valoración de la condición de los estudiantes para moverse de forma intencionada, guiados por sus necesidades e intereses particulares y tomando en cuenta sus posibilidades de acción, en la interacción permanente con su entorno. Es un proceso dinámico y se manifiesta en la reafirmación progresiva de su imagen corporal; con la FINALIDAD del logro del perfil de egreso de los estudiantes de Educación Básica.

El área de educación física se ocupa de promover y facilitar que los estudiantes desarrollen y vinculen las siguientes competencias:

- ❖ Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad
- ❖ Asume una vida Saludable
- ❖ Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices.

## III. MATRIZ DE COMPETENCIAS, CAPACIDADES Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE EDUCACIÓN FÍSICA.

Área	Estándares	Competencia	Capacidad	Desempeños	Campo Temático
Educación Física	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 utilizando el ritmo, gestos y movimientos como recursos para comunicar.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo.	Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.	Ubicación en el Espacio temporal con objetos ,acciones lúdicas
				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, afianzando sus habilidades motrices básicas.	Espacio tiempo Coordinación de movimientos, situaciones lúdicas, Juegos de equilibrio, afianzamientos Habilidades motrices básicas
			Se expresa corporalment e.	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, acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros y disfrutar de las actividades lúdicas.	Acciones motrices Lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal,apariencia, actividades lúdicas.
Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones de juego para expresarse corporalmente a través de la música	Secuencias rítmicas corporales, Situaciones de juego				



		motricidad.										
	2	Asume una vida saludable.		x		x						
	3	Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices.					x				x	
<b>Competencias transversales</b>	1	Se desenvuelve en los entornos virtuales generados por las TIC.	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
	2	Gestiona su aprendizaje de manera autónoma.	X	X	x	x	x	X	x	x	x	x
<b>ORIENTACIÓN EDUCATIVA</b>			X	X	x	x	x	X	x	x	x	x
<b>ENFOQUES TRANSVERSALES</b>			<b>EDA 1</b>	<b>EDA 2</b>	<b>EDA 3</b>	<b>EDA 4</b>	<b>EDA 5</b>	<b>EDA 6</b>	<b>EDA 7</b>	<b>EDA 8</b>	<b>EDA 9</b>	<b>EDA 10</b>
Enfoque de derechos.			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Enfoque inclusivo o atención a la diversidad.			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Enfoque intercultural			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Enfoque de igualdad de género.			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Enfoque ambiental.			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Enfoque de orientación al bien común.			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Enfoque de búsqueda de la excelencia.			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

## V. CALENDARIO ESCOLAR A NIVEL NACIONAL 2023.

BLOQUES	DURACIÓN	FECHAS INICIO Y FIN	DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO EN LA IE
Primer bloque semana de gestión	1 semana	01/03/2023 al 10/03/2023	
Primer bloque semanas lectivas	10 semanas	03/04/2023 al 26/05/2023	<b>I BIMESTRE</b>
Segundo bloque semanas lectivas	10 semanas	29/05/2023 al 07/08/2023	<b>II BIMESTRE</b>
Segundo bloque semanas de gestión	01 semanas	08/08/2023 al 11/08/2023	
Tercer bloque de semanas lectivas	09 semanas	14/08/2023 al 13/10/2023	<b>III BIMESTRE</b>
Cuarto bloque de semanas lectivas	10 semanas	16/08/2023 al 22/12/2023	<b>IV BIMESTRE</b>
Tercer bloque semanas de gestión	1 semana	26/12/2023 al 29/12/2023	

Fuente: Norma técnica disposiciones para la prestación de servicios educativo en las instituciones y programas educativos de la educación básica para el año 2023

## VI. DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO EN LA IE.

BIMESTRE		II BIMESTRE			III BIMESTRE			IV BIMESTRE	
Del: 13/03/2023 Al: 12/05/2023		Del: 15/05/2023 Al: 21/07/2023			Del: 07/08/2023 Al: 13/10/2023			Del: 16/08/2023 Al: 22/12/2023	
EDA 1	EDA 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8	UD 9	UD 10
mar	abril	mayo	junio	julio	agosto	septiembre	octubre	Noviembre	diciembre

## VII. DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO EDA.

N°	MES	SITUACIÓN EJE	TÍTULO DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE Y/O PROYECTO	DURACIÓN	FECHAS DE INICIO Y FIN
1	marzo	Convivencia escolar	EDA N°01: Evaluamos nuestras capacidades físicas para una práctica saludable	3 semanas	Del 03 abril al 28 de abril
2	abril	Habilidades sociales	EDA N°02: Practicamos ejercicios de activación y relajación corporal para el cuidado de nuestra salud	3 semanas	Del 01 mayo al 26 de mayo
3	mayo	Familia y sociedad	EDA N°03: Descubrimos y reconocemos como somos y nos sentimos	2 semanas	Del 29 de mayo al 30 de junio
4	junio	Salud y conservación ambiental	EDA N°04: Nos alimentamos saludablemente	4 semanas	Del 03 de julio al 07 de agosto
5	julio	Identidad nacional	EDA N°05: Buscando la mejor estrategia colectiva de juego	3 semanas	Del 14 de agosto al 08 de septiembre
Semana de gestión (24 de julio al 04 de agosto)					
6	agosto	Interculturalidad	EDA °06: Desarrollamos nuestras capacidades físicas a través de juegos motores	3 semanas	Del 07 de agosto al 25 de agosto
7	setiembre	Espacio y medio ambiente	EDA N°07: Realizamos actividades coordinativas mostrando el dominio de nuestro cuerpo	4 semanas	Del 28 al 22 de setiembre
8	octubre	Problemas ambientales	EDA N°08: Expresamos nuestros pensamientos y emociones al movernos	3 semanas	Del 25 de septiembre al 13 de octubre
9	noviembre	Biodiversidad	EDA N°09: Adaptamos estrategias durante los juegos	3 semanas	Del 16 de noviembre al 01 de diciembre
		Ciudadanía y convivencia			
		Convivencia			
10	diciembre	Convivencia-interculturalidad	EDA N°10: Nos expresamos a travez de nuestro lenguaje corporal y disfrutar de las actividades lúdicas.	3 semanas	Del 04 al 22 de diciembre

## VIII. EVALUACION.

Evaluación	Orientaciones	Instrumentos
<b>Diagnóstica</b>	Se realiza la evaluación diagnostica para determinar propósito de aprendizaje en base a las necesidades identificadas, y al final de cada experiencia se realiza la reflexión de los avances y dificultades del desarrollo de la experiencia con la finalidad de realizar los reajustes correspondientes para la siguiente experiencia de aprendizaje.	Para definir los instrumentos de evaluación, se toma como referencia diversas técnicas o instrumentos que permiten recoger evidencias de aprendizaje y valorarla, emplearemos: Registro anecdótico El portafolio. Lista de cotejo Ficha de observación Rúbrica de evaluación Etc.
<b>Formativa</b>	La evaluación formativa como aspecto clave para el desarrollo de competencias desde proceso de aprendizaje híbrido. Se enfatiza la retroalimentación al estudiante durante los distintos momentos de su proceso de aprendizaje para que reconozca sus fortalezas, dificultades y necesidades, a partir del análisis de las evidencias de aprendizaje y en consecuencia, vaya desarrollando su competencia para gestionar su aprendizaje de manera autónoma.	
<b>Sumativa</b>	Al final de cada experiencia se realiza la evaluación sumativa para valorar las evidencias o productos de aprendizaje, también nos sirve para comunicar a los padres de familia, estudiantes y docentes. Informando sobre el progreso del desarrollo de las competencias.	

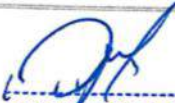
## IX. MATERIALES Y RECURSOS EDUCATIVOS:


Materiales No fungibles	Materiales fungibles
colchonetas, canasta de baloncesto, postes de voleibol, redes de voleibol, arcos de fustal, equipo de sonido.	Instrumentos de música, pompones, conos, pelotas pequeñas, silbato, cronómetro, cintas métricas, agujas de inflar, cuerdas, aros, cintas de rítmica, balones de los deportes (futbol, vóley, balón mano, básquet), discos de atletismo, pesos (balas), jabalinas, vallas, testigos, cartulinas, plumones, sogas, ligas, pelotas de diversos tamaños, balones medicinales, otros materiales elaborados por los estudiantes de acuerdo a necesidad.

## X. ARECURSOS Y MATERIALES EDUCATIVOS O BIBLIOGRAFÍA:

Para el docente	Para el alumno
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Currículo Nacional de la Educación Básica 2016 MINEDU</li> <li>• Programa curricular de Educación Primaria 2016 EBR MINEDU</li> <li>• Sesiones de Tutoría - Ministerio de Educación</li> <li>• Manual de Tutoría - Ministerio de Educación</li> <li>• Cartilla de planificación curricular- MINEDU</li> <li>• Barta Anna, “1000 ejercicios y juegos de gimnasia rítmica deportiva” Editorial Paidotribo, España.</li> <li>• Blasquez Domingo “Evaluar en Educación Física”, publicaciones INDE, España, 1997.</li> </ul> <p><b>Web grafía</b>  <a href="http://museodeljuego.org/colecci%C3%B3n/libros/de-adultos/enciclopedia-completa-de-los-deportes/">http://museodeljuego.org/colecci%C3%B3n/libros/de-adultos/enciclopedia-completa-de-los-deportes/</a></p>	<p>Gustavo ponte “Manual de Educación Física y Juegos Deportivos” Editorial Colombia.2018</p> <p>Héctor Sánchez “Cuaderno de trabajo para el estudiante” Editorial Enafer.2018</p> <p><b>Web grafía</b></p> <p><a href="https://es.wikipedia.org/wiki/Actividad_f%C3%ADsica">https://es.wikipedia.org/wiki/Actividad_f%C3%ADsica</a></p>

  
 Docente de área

  
 M. Sc. Dony Edwin Mamani Velasquez  
 DOCENTE E.P.E.F. - UNA PUNO  
 Docente de Práctica  
 UNA - PUNO

  
 estudiante Practicante

 **Walter Franklin Quiroga Gori**  
 DOCENTE PRACTICANTE  
 E.P.E.F. - UNA - PUNO

   
**Prof. Raul V. Calabe Flores**  
 SUB DIRECTOR N° 71013  
 I.E. INTEGRADA GLORIOSO "SAN CARLOS"

# EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE

## N°01

### I.- DATOS INFORMATIVOS:

<b>Unidad de Gestión Educativa Local</b>	Puno
<b>Institución Educativa</b>	N° 71013 INTEGRADA GLORIOSO “SAN CARLOS”
<b>Nivel</b>	Primaria
<b>Grado y Sección</b>	3º GRADO A,B,C,D,E,F
<b>Turno</b>	Mañana
<b>Director(a)</b>	Teresa Zantina, Pilco Montesdeoca
<b>Subdirector(a)</b>	Raul v. Calabe Flores Robert Jesús, Gonzales Quispe
<b>Docente del Área IE</b>	Severina Valencia Quispe
<b>Docente de Practica</b>	Dony Edwin Mamani Velasquez
<b>Estudiante Practicante</b>	Witman Franklin Quispe Cori
<b>Práctica Preprofesional</b>	Primaria Nivel Intensiva

### II.- TEMPORALIZACIÓN:

Fecha de Inicio : Del día lunes 17 de abril.  
Fecha de Término : Hasta el día viernes 28 de abril.  
Duración : dos semanas

### III.- SITUACIÓN SIGNIFICATIVA QUE ORIGINÓ LA EDA:

- De contexto en función a experiencias de aprendizaje, teniendo como eje las necesidades e intereses de los estudiantes.

#### “Evaluamos nuestras capacidades físicas para una práctica saludable”

En los últimos años los porcentajes de sobrepeso y obesidad infantil han registrado considerables aumentos y por otro lado la pandemia covid19 afecto mucho a los diferentes grupos etarios del mismo modo el aspecto ambiental de la región afecta a los niños. La evaluación de la condición física se basa en un conjunto de pruebas empleadas para medir el rendimiento físico de nuestros alumnos. Estas pruebas, las cuales nos permiten valorar en el estado que se encuentran los alumnos, la escuela es parte fundamental en los desarrollos y mejorar las capacidades físicas por medio de juegos y ejercicios de este modo alcanzar a una energía potencial en los alumnos. . Estas situaciones les plantean algunas preguntas y retos: “¿Cómo podemos reconocer nuestra condición física?, ¿por qué es importante? ¿Cómo nuestras habilidades motrices específicas y nuestras capacidades físicas condicionales nos pueden permitir afrontar una enfermedad? ¿Qué podemos hacer para mejorar nuestras habilidades motrices específicas y capacidades físicas condicionales?”.

- Esta unidad los estudiantes del tercer grado de primaria van aprender a reconocer y cuidar su cuerpo de manera responsable, teniendo en cuenta sus beneficios y consecuencias de condición física, para ello deberán aprenderán a controlar sus emociones.  
**PRODUCTO:**
- Permite la producción de secuencias de movimientos para favorecer las capacidades físicas de fuerza, flexibilidad y resistencia.
- Favorece la ejecución fluida y armónica de las habilidades motrices de saltar y desplazarse
- Promueve el conocimiento y la valoración de los hábitos de alimentación saludable para la salud y calidad de vida.

IV.- PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE:

Área	Estándar	Competencias y capacidades	Desempeños	Temas propuestos	Criterios	Evidencias de aprendizaje	Inst.
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);"><b>EDUCACION FISICA</b></p>	<p>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.</p>	<p><b>Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Comprende su cuerpo.</li> <li>Se expresa corporalmente</li> </ul>	<p>Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</p> <p>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, afianzando sus habilidades motrices básicas.</p> <p>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, acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros y disfrutar de las actividades lúdicas.</p> <p>Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones de juego para expresarse corporalmente a través de la música.</p>	<p><b>Medimos nuestra agilidad y participamos en juegos lúdicos</b></p> <p><b>Practicamos ejercicios de activación y relajación corporal para el cuidado de nuestra salud</b></p>	<p>Mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</p> <p>Pon en práctica sus habilidades motrices</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Explora y regula su cuerpo para realizar desplazamientos.</li> <li>Conoce y distinguen las diferencias para trotar y saltar.</li> <li>Participa de actividades y ejercicios motrices</li> </ul> <p>Participa en ejercicios de actividad física</p> <p>Practica actividades y ejercicios para mejorar sus habilidades básicas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza actividades en grupos.</li> </ul>	<p>Permite la producción de secuencias de movimientos para favorecer las capacidades físicas de fuerza, flexibilidad y resistencia.</p> <p>Favorece la ejecución fluida y armónica de las habilidades motrices de saltar y desplazarse</p> <p>Promueve el conocimiento y la valoración de los hábitos de alimentación saludable para la salud y calidad de vida.</p>	<p>- Registro auxiliar</p> <p>-Lista de cotejos</p>
	<p>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 cardíaco, 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.</p>	<p><b>Asume una vida saludable.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud.</li> <li>Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida.</li> </ul>	<p>Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) que le ayuda a estar predispuesto a la actividad.</p> <p>Aplica los conocimientos de los beneficios de la práctica de actividad física y salud relacionados con el ritmo cardíaco, la respiración y la sudoración cuando adapta su esfuerzo en la práctica de diferentes actividades lúdicas.</p>				

Competencias Transversales	
<p>Se desenvuelve en los entornos virtuales cuando comprende los procedimientos e intercambios que realiza para elegir y aplicar estrategias, participar en actividades colaborativas, así como para representar experiencias y conceptos a través de objetos virtuales.</p>	<p><b>Se desenvuelve en los entornos virtuales generados por las TIC</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Personaliza entornos virtuales:</li> <li>▪ Gestiona información del entorno virtual</li> <li>▪ Interactúa en entornos virtuales</li> <li>▪ Crea objetos virtuales en diversos formatos</li> </ul>
<p>Gestiona su aprendizaje al darse cuenta de lo que debe aprender al preguntarse hasta dónde quiere llegar respecto de una tarea y la define como meta de aprendizaje. Comprende que debe organizarse y que lo planteado incluya por lo menos una estrategia y procedimientos que le permitan realizar la tarea. Monitorea sus avances respecto a las metas de aprendizaje al evaluar el proceso en un momento de trabajo y los resultados obtenidos, a partir de esto y de comparar el trabajo de un compañero considerar realizar un ajuste mostrando disposición al posible cambio.</p>	<p><b>Gestiona su aprendizaje de manera autónoma</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Define metas de aprendizaje.</li> <li>▪ Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas.</li> <li>▪ Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje.</li> </ul>
<p>Realiza diversas búsquedas de información y selecciona y utiliza lo más relevante según el propósito de aprendizaje.</p> <p>Elabora materiales digitales, como videos, audios, animaciones y presentaciones, combinando diferentes recursos multimedia para representar sus vivencias, ideas, conceptos, historias o relatos.</p>	<p>Todas las áreas.</p> <p>Selección de aplicaciones</p> <p>Navegación de aplicaciones</p> <p>Utiliza diversos navegadores para la búsqueda de información.</p> <p>Organiza diversos documentos, elabora materiales de aprendizaje con diversas aplicaciones.</p>
<p>Propone por lo menos una estrategia y un procedimiento que le permitan alcanzar la meta; plantea alternativas de cómo se organizará y elige la más adecuada.</p> <p>Revisa si la aplicación de la estrategia y el procedimiento planteados produce resultados esperados respecto a su nivel de avance, a partir de la retroalimentación de sus pares, y cambia, de ser necesario, sus acciones para llegar a la meta.</p>	<p>Potencialidades para lograr todas las tareas</p> <p>Establece estrategias y procedimientos para lograr sus propósitos.</p> <p>Aplica retroalimentación en sus aprendizajes.</p> <p>Cumplimiento de evidencias</p>

#### V.- ENFOQUES TRANSVERSALES, VALORES Y ACTITUDES:

ENFOQUES	VALORES	ACCIONES O ACTITUDES OBSERVADAS
Enfoque inclusivo o de atención a la diversidad	Respeto por las diferencias	Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia
	Confianza en la persona	Disposición a depositar expectativas en una persona, creyendo sinceramente en su capacidad de superación y crecimiento por sobre cualquier circunstancia
Enfoque orientación al bien común	Empatía	Identificación afectiva con los sentimientos del otro y disposición para apoyar y comprender sus circunstancias

#### VI.- PROYECCIÓN DE ACTIVIDADES:

ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2
Medimos nuestra agilidad y participamos en juegos lúdicos	Practicamos ejercicios de activación y relajación corporal para el cuidado de nuestra salud

## VII.- PROYECCIÓN DE EXPERIENCIAS SIGNIFICATIVAS:

### SEMANA 1:

LUNES 17/04/23	MARTES 18/04/23	MIÉRCOLES 19/04/23	JUEVES 20/04/23	VIERNES 21/04/23
Medimos nuestra agilidad y participamos en juegos lúdicos		Medimos nuestra agilidad y participamos en juegos lúdicos		

### SEMANA 2:

LUNES 24/04/23	MARTES 25/04/23	MIÉRCOLES 26/04/23	JUEVES 27/04/23	VIERNES 28/04/23
Practicamos ejercicios de activación y relajación corporal para el cuidado de nuestra salud		Practicamos ejercicios de activación y relajación corporal para el cuidado de nuestra salud		

## VIII.- ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

- Mando directo
- Mando directo modificado
- Asignación de tareas
- Trabajo por grupos
- Enseñanza recíproca
- Descubrimiento guiado
- Resolución de problemas
- Libre exploración

## IX MATERIALES BÁSICOS Y RECURSOS A UTILIZAR

### Para el Docente:

- Currículo Nacional de Educación Básica, CNEB, 2020 (Minedu)
- Libro del estudiante de Comunicación MINEDU.gob.pe
- Textos de la biblioteca del aula - dotación 2014 - 2015 – 2016 – 2018 – 2019 – 2022 MINEDU. gob.pe.
- Módulo de Ciencia y Tecnología: sets de Laboratorio básico, Juego de investigación, Peso, volumen y medida.
- Letras móviles en tipo de letra imprenta o script.
- Material estructurado: base diez, regletas, ábaco, geoplanos, bloques lógicos, láminas. etc.

### Para el estudiante:

- Cuaderno de trabajo de Matemática.
- Cuaderno de trabajo del estudiante de Comunicación
- Libros de Consulta de Personal Social.
- Cuadernillos de Fichas de Personal Social.
- Cuadernillos de Fichas de Ciencia y Tecnología.

## IX.- REFLEXIONES DE APRENDIZAJE

- ¿Qué avances y dificultades tuvieron mis estudiantes?

- ¿Qué aprendizajes debo reforzar en la siguiente unidad?
- ¿Qué actividades, estrategias y materiales funcionaron y cuáles no?
- Otras observaciones:

-----  
 -----

  
 Docente de área

  
 M. Sc. Dony Edwin Mamani Velasquez  
 DOCENTE E.P.E.F. - UNA PUNO  
 Docente de Práctica  
 UNA - PUNO

  
 estudiante Practicante

 **DOCENTE PRACTICANTE**  
**E.P.E.F. - UNA - PUNO**

   
 Prof. Raul V. Callo Flores  
 SUB DIRECTOR N° 71013  
 LE. BRIGADA OLÍMPICO "SAN CAJILLO"

# EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE

## N°02

### I.- DATOS INFORMATIVOS:

<b>Unidad de Gestión Educativa Local</b>	<b>Puno</b>
<b>Institución Educativa</b>	<b>N° 71013 INTEGRADA GLORIOSO "SAN CARLOS"</b>
<b>Nivel</b>	<b>Primaria</b>
<b>Grado y Sección</b>	<b>3º GRADO A,B,C,D,E,F</b>
<b>Turno</b>	<b>Mañana</b>
<b>Director(a)</b>	<b>Teresa Zantina, Pilco Montesdeoca</b>
<b>Subdirector(a)</b>	<b>Raul v. Calabe Flores Robert Jesús, Gonzales Quispe</b>
<b>Docente del Área IE</b>	<b>Severina Valencia Quispe</b>
<b>Docente de Práctica</b>	<b>Dony Edwin Mamani Velasquez</b>
<b>Estudiante Practicante</b>	<b>Witman Franklin Quispe Cori</b>
<b>Práctica Preprofesional</b>	<b>Primaria Nivel Intensiva</b>

### II.- TEMPORALIZACIÓN:

Fecha de Inicio : Del día lunes 01 de mayo.  
Fecha de Término : Hasta el día viernes 26 de mayo.  
Duración : cuatro semanas

**III.- SITUACIÓN SIGNIFICATIVA QUE ORIGINÓ LA EDA:** De contexto en función a experiencias de aprendizaje, teniendo como eje las necesidades e intereses de los estudiantes.

### **"PRACTICAMOS EJERCICIOS DE ACTIVACIÓN Y RELAJACIÓN CORPORAL PARA EL CUIDADO DE NUESTRA SALUD"**

"En los últimos años, han provocado un alarmante aumento de niños y niñas con problemas derivados del sedentarismo, pasar demasiadas horas frente a las pantallas digitales disminuye el tiempo destinado a la práctica de ocio, actividad física y relaciones sociales. En este sentido, el uso problemático de videojuegos o las horas frente a las pantallas, se encuentran estrechamente ligados con factores psicosociales y la calidad de vida, ya que es evidente que tienen un gran potencial adictivo, son inductores de conductas violentas y agresivas entre los jóvenes, convierten a las personas en seres socialmente aislados y producen efectos negativos sobre el rendimiento escolar. De ahí los problemas de obesidad infantil y el sedentarismo que se encuentran íntimamente ligados al sedentarismo existente y a las tecnologías que nos rodean.

Esta situación generó la disminución de práctica de tu actividad física, la falta de relaciones socioemocionales con tus amigas/os y compañeras/os de clase, algunos conflictos en casa, entre otros, afectando tu desarrollo corporal y tus posibilidades de movimiento, así como la práctica de hábitos saludables influenciando desfavorablemente en tu salud y bienestar. En esa realidad, estás iniciando una nueva etapa de estudios, en educación primaria en lo cual provocará en ti emociones e incertidumbres. También vivirás cambios y adaptaciones respecto a tu cuerpo como tu crecimiento, imagen corporal, y establecerás nuevas relaciones sociales con tus compañeras/os. Desde tu rol como estudiante con autonomía se espera que reflexiones frente a la situación actual y elabores de forma creativa una propuesta para ti y tu familia que contenga"

- Esta unidad los estudiantes del tercer grado de primaria van aprender a reconocer y cuidar su cuerpo de manera responsable, teniendo en cuenta sus beneficios y consecuencias de condición física, para ello deberán aprenderán a controlar sus emociones.

#### **PRODUCTO:**

- Permite la producción de secuencias de movimientos para favorecer las capacidades físicas de fuerza, flexibilidad y resistencia.
- Favorece la ejecución fluida y armónica de las habilidades motrices de saltar y desplazarse
- Promueve el conocimiento y la valoración de los hábitos de alimentación saludable para la salud y calidad de vida.

IV.- PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE:

Área	Estándar	Competencias y capacidades	Desempeños	Temas propuestos	Criterios	Evidencias de aprendizaje	Inst.
<b>EDUCACION FISICA</b>	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.	<p><b>Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Comprende su cuerpo.</li> <li>Se expresa corporalmente</li> </ul>	<p>Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</p> <p>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, afianzando sus habilidades motrices básicas.</p> <p>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, acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros y disfrutar de las actividades lúdicas.</p> <p>Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones de juego para expresarse corporalmente a través de la música.</p>	<p>practicamos la activación corporal antes de una actividad ludica</p> <p>Nos adaptamos a las posturas dinámicas Y estáticas</p>	<p>Mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</p> <p>Pon en práctica sus habilidades motrices</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Explora y regula su cuerpo para realizar desplazamientos.</li> <li>Conoce y distinguen las diferencias para trotar y saltar.</li> </ul> <p>Participa de actividades y ejercicios motrices</p> <p>Participa en ejercicios de actividad física</p> <p>Practica actividades y ejercicios para mejorar sus habilidades básicas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza actividades en grupos.</li> </ul>	<p>Identifica algunos tipos de actividad física que practica diariamente.</p> <p>Representa gráficamente alimentos y bebidas saludables que consume diariamente.</p> <p>Muestra información sobre hidratación, descanso, posturas corporales adecuadas y aseo personal.</p> <p>Compara reflexivamente los hábitos de actividad física saludable y no saludable.</p> <p>Explica información sobre las diferencias de las prácticas alimenticias saludables y no</p>	<p>- Registro auxiliar</p> <p>-Lista de cotejos</p>
	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.	<p><b>Asume una vida saludable.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud.</li> <li>Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida.</li> </ul>	<p>Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) que le ayuda a estar predispuesto a la actividad.</p> <p>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 en la práctica de diferentes actividades lúdicas.</p> <p>Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso para mejorar el funcionamiento de su organismo.</p>	<p>Practicamos hábitos saludables a través de actividades físicas y buena alimentación</p> <p>Nos motivamos jugando juegos lúdicos para tomar atención</p>			

			Diferencia los alimentos de su dieta familiar y de su región que son saludables de los que no lo son, para la práctica de actividad física y de la vida cotidiana.	en las aulas  Realizamos ejercicios y juegos de 30 minutos en nuestros tiempos libres  cuido y coordino mis movimientos para practicar mi deporte favorito		saludables.  Enlaza al menos tres movimientos corporales.  Muestra el uso de la lateralidad, la ubicación espacial y la coordinación en la secuencia de movimiento.	
Comp Transv	Se desenvuelve en los entornos virtuales cuando comprende los procedimientos e intercambios que realiza para elegir y aplicar estrategias, participar en actividades colaborativas, así como para representar experiencias y conceptos a través de objetos virtuales.	<b>Se desenvuelve en los entornos virtuales generados por las TIC</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Personaliza entornos virtuales:</li> <li>Gestiona información del entorno virtual</li> <li>Interactúa en entornos virtuales</li> <li>Crea objetos virtuales en diversos formatos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza diversas búsquedas de información y selecciona y utiliza lo más relevante según el propósito de aprendizaje.</li> <li>Elabora materiales digitales, como videos, audios, animaciones y presentaciones, combinando diferentes recursos multimedia para representar sus vivencias, ideas, conceptos, historias o relatos.</li> </ul>	Todas las áreas.  Selección de aplicaciones  Navegación de aplicaciones	Utiliza diversos navegadores para la búsqueda de información.  Organiza diversos documentos, elabora materiales de aprendizaje con diversas aplicaciones.		
	Gestiona su aprendizaje al darse cuenta de lo que debe aprender al preguntarse hasta dónde quiere llegar respecto de una tarea y la define como meta de aprendizaje. Comprende que debe organizarse y que lo planteado incluya por lo menos una estrategia y procedimientos que le permitan realizar la tarea. Monitorea sus avances respecto a las metas de aprendizaje al evaluar el proceso en un momento de trabajo y los resultados obtenidos, a partir de esto y de comparar el trabajo de un compañero considerar realizar un ajuste mostrando disposición al posible cambio.	<b>Gestiona su aprendizaje de manera autónoma</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Define metas de aprendizaje.</li> <li>Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas.</li> <li>Monitorea y ajusta su desempeño durante el</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Propone por lo menos una estrategia y un procedimiento que le permitan alcanzar la meta; plantea alternativas de cómo se organizará y elige la más adecuada.</li> <li>Revisa si la aplicación de la estrategia y el procedimiento planteados produce resultados esperados respecto a su nivel de avance, a partir de la retroalimentación de sus pares, y cambia, de ser</li> </ul>	Potencialidades para lograr todas las tareas	Establece estrategias y procedimientos para lograr sus propósitos.  Aplica retroalimentación en sus aprendizajes.	Cumplimiento de evidencias	

		proceso de aprendizaje.	necesario, sus acciones para llegar a la meta.				
--	--	-------------------------	--	--	--	--	--

#### V.- ENFOQUES TRANSVERSALES, VALORES Y ACTITUDES:

ENFOQUES	VALORES	ACCIONES O ACTITUDES OBSERVADAS
Enfoque inclusivo o de atención a la diversidad	Respeto por las diferencias	Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia
	Confianza en la persona	Disposición a depositar expectativas en una persona, creyendo sinceramente en su capacidad de superación y crecimiento por sobre cualquier circunstancia
Enfoque orientación al bien común	Empatía	Identificación afectiva con los sentimientos del otro y disposición para apoyar y comprender sus circunstancias

#### VI.- PROYECCIÓN DE ACTIVIDADES:

ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4	ACTIVIDAD 5
practicamos la activación corporal antes de una actividad ludica	Nos adaptamos a las posturas dinámicas Y estaticas	Practicamos hábitos saludables a través de actividades físicas y buena alimentación	Nos motivamos jugando juegos lúdicos para tomar atención en las aulas	Realizamos ejercicios y juegos de 30 minutos en nuestros tiempos libres

#### VII.- PROYECCIÓN DE EXPERIENCIAS SIGNIFICATIVAS:

##### SEMANA 1:

LUNES 01/05/23	MARTES 02/05/23	MIERCOLES 03/05/23	JUEVES 04/05/23	VIERNES 05/05/23
practicamos la activación corporal antes de una actividad ludica		practicamos la activación corporal antes de una actividad lúdica		

##### SEMANA 2:

LUNES 08/05/23	MARTES 09/05/23	MIERCOLES 10/05/23	JUEVES 11/05/23	VIERNES 12/05/23
Nos adaptamos a las posturas dinámicas Y estaticas		Nos adaptamos a las posturas dinámicas Y estaticas		

**SEMANA 3:**

LUNES 15/05/25	MARTES 16/05/25	MIERCOLES 17/05/25	JUEVES 18/05/25	VIERNES 19/05/25
Practicamos hábitos saludables a través de actividades físicas y buena alimentación		- Practicamos hábitos saludables a través de actividades físicas y buena alimentación		

**SEMANA 4:**

LUNES 22/05/25	MARTES 23/0/25	MIERCOLES 24/05/25	JUEVES 25/05/25	VIERNES 26/05/25
Nos motivamos jugando juegos lúdicos para tomar atención en las aulas		Nos motivamos jugando juegos lúdicos para tomar atención en las aulas		

**SEMANA 5:**

LUNES 22/05/25	MARTES 23/0/25	MIERCOLES 24/05/25	JUEVES 25/05/25	VIERNES 26/05/25
<i>Realizamos ejercicios y juegos de 30 minutos en nuestros tiempos libres</i>		cuido y coordino mis movimientos para practicar mi deporte favorito		

**VIII.- ESTRATEGIAS METODOLOGICAS**

- Mando directo
- Mando directo modificado
- Asignación de tareas
- Trabajo por grupos
- Enseñanza recíproca
- Descubrimiento guiado
- Resolución de problemas
- Libre exploración

**IX MATERIALES BÁSICOS Y RECURSOS A UTILIZAR****Para el Docente:**

- Currículo Nacional de Educación Básica, CNEB, 2020 (Minedu)
- Libro del estudiante de Comunicación MINEDU.gob.pe
- Textos de la biblioteca del aula - dotación 2014 - 2015 – 2016 – 2018 – 2019 – 2022 MINEDU. gob.pe.
- Módulo de Ciencia y Tecnología: sets de Laboratorio básico, Juego de investigación, Peso, volumen y medida.

- Letras móviles en tipo de letra imprenta o script.
- Material estructurado: base diez, regletas, ábaco, geoplanos, bloques lógicos, láminas. etc.

**Para el estudiante:**

- Cuaderno de trabajo de Matemática.
- Cuaderno de trabajo del estudiante de Comunicación
- Libros de Consulta de Personal Social.
- Cuadernillos de Fichas de Personal Social.
- Cuadernillos de Fichas de Ciencia y Tecnología.


**IX.- REFLEXIONES DE APRENDIZAJE**

- ¿Qué avances y dificultades tuvieron mis estudiantes?
- ¿Qué aprendizajes debo reforzar en la siguiente unidad?
- ¿Qué actividades, estrategias y materiales funcionaron y cuáles no?
- Otras observaciones:

-----



Docente de área



M. Sc. Dony Edwin Mamani Velasquez  
DOCENTE E.P.E.F. - UNA PUNO  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO



estudiante Practicante



Wladimir Franklin Quispe Gor.  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO




Prof. Raul V. Calabe Flores  
SUB DIRECTOR N° 71013  
I.E. INTEGRADA GLORIOSO "SAN CARLOS"

-----

# EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE

## N°03

### I.- DATOS INFORMATIVOS:

<b>Unidad de Gestión Educativa Local</b>	<b>Puno</b>
<b>Institución Educativa</b>	<b>N° 71013 INTEGRADA GLORIOSO “SAN CARLOS”</b>
<b>Nivel</b>	<b>Primaria</b>
<b>Grado y Sección</b>	<b>3º GRADO A,B,C,D,E,F</b>
<b>Turno</b>	<b>Mañana</b>
<b>Director(a)</b>	<b>Teresa Zantina, Pilco Montesdeoca</b>
<b>Subdirector(a)</b>	<b>Raul v. Calabe Flores Robert Jesús, Gonzales Quispe</b>
<b>Docente del Área IE</b>	<b>Severina Valencia Quispe</b>
<b>Docente de Practica</b>	<b>Dony Edwin Mamani Velasquez</b>
<b>Estudiante Practicante</b>	<b>Witman Franklin Quispe Cori</b>
<b>Práctica Preprofesional</b>	<b>Primaria Nivel Intensiva</b>

### II.- TEMPORALIZACIÓN:

Fecha de Inicio : Del día lunes 29 de mayo.  
Fecha de Término : Hasta el día viernes 30 de junio.  
Duración : cinco semanas

### III.- SITUACIÓN SIGNIFICATIVA QUE ORIGINÓ LA EDA:

- De contexto en función a experiencias de aprendizaje, teniendo como eje las necesidades e intereses de los estudiantes.

#### “ME ORIENTO EN EL ESPACIO Y TIEMPO AL PRACTICAR ACTIVIDADES LÚDICAS”

los movimientos del cuerpo se dan en un tiempo y en un espacio determinado. La orientación, tiempo y el espacio se encuentran también en una relación recíproca con el sonido, el cual juega un papel fundamental dentro de estas tres nociones. Las acciones de orientación, espacio, tiempo y actividades lúdicas contribuyen en conocer y dominar su cuerpo en un actividad lúdica y pre deportivos, Muchos de los niños y niñas de la institución educativa primaria de san Carlos glorioso, aun les falta desarrollar estas acciones.

. Estas situaciones les plantean algunas preguntas y retos: ¿Conocer la ubicación exacta de los lugares a donde tenían que ir?, ¿por qué es importante? ¿Qué tomaron en cuenta para saber a dónde ir? ¿Qué podemos hacer para mejorar nuestra lateralidad y nuestro espacio temporal?”.

- Esta unidad los estudiantes del tercer grado de primaria van aprender a reconocer su lateralidad y ubicarse en un espacio y tiempo a través de las actividades lúdicas, en la misma línea practicar juegos pre deportivo
- **PRODUCTO:**
- Orientarse en el espacio con respecto a sí mismo
- Orientarse en el espacio siguiendo distintas trayectorias, velocidades, distancias o direcciones.
- Sincronizar el movimiento corporal con estructuras rítmicas sencillas.
- Realiza juegos donde demuestra su orientación espacial, su equilibrio, su lateralidad , aceptando la participación de todos.

IV.- PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE:

Área	Estándar	Competencias y capacidades	Desempeños	Temas propuestos	Criterios	Evidencias de aprendizaje	Inst.
<p style="text-align: center; font-weight: bold; font-size: 2em; color: white;">EDUCACION FISICA</p>	<p>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.</p>	<p><b>Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Comprende su cuerpo.</li> <li>▪ Se expresa corporalmente</li> </ul>	<p>Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</p> <p>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, afianzando sus habilidades motrices básicas.</p> <p>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, acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros y disfrutar de las actividades lúdicas.</p> <p>Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones de juego para expresarse corporalmente a través de la música.</p>	<p style="text-align: center;">Conozco mi entorno y me ubico</p> <p style="text-align: center;">Realizamos juegos de orientación espacial</p>	<p>Mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</p> <p>Pon en práctica sus habilidades motrices</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Explora y regula su cuerpo para realizar desplazamientos.</li> <li>▪ Conoce y distinguen las diferencias para trotar y saltar.</li> <li>▪ Participa de actividades y ejercicios motrices</li> </ul> <p>Participa en ejercicios de actividad física</p>	<p>Se Orienta en el espacio con respecto a sí mismo</p> <p>Orientarse en el espacio siguiendo distintas trayectorias, velocidad, distancias o direcciones.</p> <p>Sincronizar el movimiento corporal con estructuras rítmicas sencillas.</p>	<p>- Registro auxiliar</p> <p>-Lista de cotejos</p>
	<p>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 sus características de actividad y a sus posibilidades, aplicando conocimientos relacionados con el ritmo cardíaco, la respiración y la sudoración. Realiza prácticas de activación corporal y psicológicas, e incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad y descanso para mejorar el funcionamiento de su organismo.</p>	<p><b>Asume una vida saludable.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud.</li> <li>▪ Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida.</li> </ul>	<p>Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) que le ayuda a estar predispuesto a la actividad.</p> <p>Aplica los conocimientos de los beneficios de la práctica de actividad física y salud relacionados con el ritmo cardíaco, la respiración y la sudoración cuando adapta su esfuerzo en la práctica de diferentes actividades lúdicas.</p>		<p>Practica actividades y ejercicios para mejorar sus habilidades básicas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Realiza actividades en grupos.</li> </ul>	<p>Realiza juegos donde demuestra su orientación espacial, su equilibrio, su lateralidad, aceptando la participación de todos.</p>	

Competencias Transversales	
<p>Se desenvuelve en los entornos virtuales cuando comprende los procedimientos e intercambios que realiza para elegir y aplicar estrategias, participar en actividades colaborativas, así como para representar experiencias y conceptos a través de objetos virtuales.</p>	<p><b>Se desenvuelve en los entornos virtuales generados por las TIC</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Personaliza entornos virtuales:</li> <li>▪ Gestiona información del entorno virtual</li> <li>▪ Interactúa en entornos virtuales</li> <li>▪ Crea objetos virtuales en diversos formatos</li> </ul>
<p>Gestiona su aprendizaje al darse cuenta de lo que debe aprender al preguntarse hasta dónde quiere llegar respecto de una tarea y la define como meta de aprendizaje. Comprende que debe organizarse y que lo planteado incluya por lo menos una estrategia y procedimientos que le permitan realizar la tarea. Monitorea sus avances respecto a las metas de aprendizaje al evaluar el proceso en un momento de trabajo y los resultados obtenidos, a partir de esto y de comparar el trabajo de un compañero considerar realizar un ajuste mostrando disposición al posible cambio.</p>	<p><b>Gestiona su aprendizaje de manera autónoma</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Define metas de aprendizaje.</li> <li>▪ Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas.</li> <li>▪ Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje.</li> </ul>
<p>Realiza diversas búsquedas de información y selecciona y utiliza lo más relevante según el propósito de aprendizaje.</p> <p>Elabora materiales digitales, como videos, audios, animaciones y presentaciones, combinando diferentes recursos multimedia para representar sus vivencias, ideas, conceptos, historias o relatos.</p>	<p>Todas las áreas.</p> <p>Selección de aplicaciones</p> <p>Navegación de aplicaciones</p>
<p>Utiliza diversos navegadores para la búsqueda de información.</p> <p>Organiza diversos documentos, elabora materiales de aprendizaje con diversas aplicaciones.</p>	<p>Potencialidades para lograr todas las tareas</p> <p>Establece estrategias y procedimientos para lograr sus propósitos.</p> <p>Aplica retroalimentación en sus aprendizajes.</p>
<p>Cumplimiento de evidencias</p>	<p>Cumplimiento de evidencias</p>

#### V.- ENFOQUES TRANSVERSALES, VALORES Y ACTITUDES:

ENFOQUES	VALORES	ACCIONES O ACTITUDES OBSERVADAS
<b>Enfoque igualdad de género.</b>	Igualdad para todos	las niñas y los niños tengan los mismos derechos, los mismos recursos, las mismas oportunidades y la misma protección.
	Confianza en la persona	Disposición a depositar expectativas en una persona, creyendo sinceramente en su capacidad de superación y crecimiento por sobre cualquier circunstancia
Enfoque orientación al bien común	Empatía	Identificación afectiva con los sentimientos del otro y disposición para apoyar y comprender sus circunstancias

#### VI.- PROYECCIÓN DE ACTIVIDADES:

ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	Actividad 3	Actividad 4	Actividad 5
Conozco mi entorno y me ubico	Realizamos juegos de orientación espacial	Nos ubicamos jugando y desplazándonos	Jugando mejoramos nuestra percepción espacial	Disfruto moviéndose en el espacio y tiempo

## VII.- PROYECCIÓN DE EXPERIENCIAS SIGNIFICATIVAS:

### SEMANA 1:

LUNES 29/05/23	MARTES 30/05/23	MIERCOLES 31/05/23	JUEVES 01/06/23	VIERNES 02/06/23
Conozco mi entorno y me ubico		Conozco mi entorno y me ubico		

### SEMANA 2:

LUNES 04/06/23	MARTES 05/06/23	MIERCOLES 06/06/23	JUEVES 07/08/23	VIERNES 08/06/23
Realizamos juegos de orientación espacial		Realizamos juegos de orientación espacial		

### SEMANA 3:

LUNES 12/06/23	MARTES 13/06/23	MIERCOLES 14/06/23	JUEVES 15/08/23	VIERNES 16/06/23
Nos ubicamos jugando y desplazándonos		Nos ubicamos jugando y desplazándonos		

### SEMANA 4:

LUNES 19/06/23	MARTES 20/06/23	MIERCOLES 21/06/23	JUEVES 22/08/23	VIERNES 23/06/23
Jugando mejoramos nuestra percepción espacial		Jugando mejoramos nuestra percepción espacial		

### SEMANA 5:

LUNES 26/06/23	MARTES 27/06/23	MIERCOLES 28/06/23	JUEVES 29/08/23	VIERNES 30/06/23
Disfruto moviéndose en el espacio y tiempo		Disfruto moviéndose en el espacio y tiempo		

## VIII.- ESTRATEGIAS METODOLOGICAS

- Mando directo
- Mando directo modificado
- Asignación de tareas
- Trabajo por grupos
- Enseñanza recíproca
- Descubrimiento guiado
- Resolución de problemas
- Libre exploración

## IX MATERIALES BÁSICOS Y RECURSOS A UTILIZAR

### Para el Docente:

- Currículo Nacional de Educación Básica, CNEB, 2020 (Minedu)
- Libro del estudiante de Comunicación MINEDU.gob.pe
- Textos de la biblioteca del aula - dotación 2014 - 2015 – 2016 – 2018 – 2019 – 2022 MINEDU. gob.pe.
- Módulo de Ciencia y Tecnología: sets de Laboratorio básico, Juego de investigación, Peso, volumen y medida.
- Letras móviles en tipo de letra imprenta o script.
- Material estructurado: base diez, regletas, ábaco, geoplanos, bloques lógicos, láminas. etc.

### Para el estudiante:

- Cuaderno de trabajo de Matemática.
- Cuaderno de trabajo del estudiante de Comunicación
- Libros de Consulta de Personal Social.
- Cuadernillos de Fichas de Personal Social.
- Cuadernillos de Fichas de Ciencia y Tecnología.

## IX.- REFLEXIONES DE APRENDIZAJE

- ¿Qué avances y dificultades tuvieron mis estudiantes?
- ¿Qué aprendizajes debo reforzar en la siguiente unidad?
- ¿Qué actividades, estrategias y materiales funcionaron y cuáles no?
- Otras observaciones:



Docente de área



M. Sc. Dony Edwin Mamani Velasquez  
DOCENTE E.P.E.F. - UNA PUNO  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO



estudiante Practicante



Miriam Priscilla Guevara Cori  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO



Prof. Raul V. Galindo Flores  
SUB DIRECTOR N° 71013  
LE BRIGADA GLORIOSA "SAN CALLES"

# EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE

## N°04

### I.- DATOS INFORMATIVOS:

Unidad de Gestión Educativa Local	Puno
Institución Educativa	N° 71013 INTEGRADA GLORIOSO "SAN CARLOS"
Nivel	Primaria
Grado y Sección	3º GRADO A,B,C,D,E,F
Turno	Mañana
Director(a)	Teresa Zantina, Pilco Montesdeoca
Subdirector(a)	Raul v. Calabe Flores Robert Jesús, Gonzales Quispe
Docente del Área IE	Severina Valencia Quispe
Docente de Practica	Dony Edwin Mamani Velasquez
Estudiante Practicante	Witman Franklin Quispe Cori
Práctica Preprofesional	Primaria Nivel Intensiva

### II.- TEMPORALIZACIÓN:

Fecha de Inicio : Del día lunes 03 de julio.  
Fecha de Término : Hasta el día viernes 07 de agosto.  
Duración : cinco semanas

### III.- SITUACIÓN SIGNIFICATIVA QUE ORIGINÓ LA EDA:

- De contexto en función a experiencias de aprendizaje, teniendo como eje las necesidades e intereses de los estudiantes.

#### "NOS ALIMENTAMOS SALUDABLEMENTE"

Nos alimentamos de forma saludable, Los estudiantes del tercer año de primaria de la institución educativa Integrada "san Carlos", se encuentran en pleno proceso de crecimiento y en esa misma línea en la actualidad, el mundo se enfrenta a problemas de alimentación que incluyen tanto la desnutrición como el sobrepeso. se hace necesario que los estudiantes conozcan la necesidad de una buena alimentación para prevenir enfermedades y llevar una vida sana, frente a esta situación ¿qué ración es la más adecuada para nuestro desarrollo? Para ello trabajaremos con proporciones ¿cómo podemos saber qué tipos de alimentos nutritivos consumimos con mayor frecuencia? ¿Qué acciones y/o prácticas podemos implementar y promover para una alimentación y condición física saludable en nuestra familia y comunidad?

- Esta unidad los estudiantes del tercer grado de primaria van a reconocer los alimentos saludables y cual importante es la actividad física, a través de las actividades lúdicas, juegos pre deportivos, juegos cooperativos se desarrollará esta experiencia de aprendizaje.
- **PRODUCTO:**
- Orientaciones para la práctica y promoción de la actividad física y la relajación para una vida saludable.
- Reconocer el valor nutricional de los productos de la región y la cantidad necesaria para un plato típico en notación científica.
- Reconocimiento y difusión de los productos alimenticios de la región para incluirlos en la dieta alimentaria.

IV.- PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE:

Área	Estándar	Competencias y capacidades	Desempeños	Temas propuestos	Criterios	Evidencias de aprendizaje	Inst.
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);"><b>EDUCACION FISICA</b></p>	<p>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.</p>	<p><b>Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Comprende su cuerpo.</li> <li>Se expresa corporalmente</li> </ul>	<p>Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</p> <p>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, afianzando sus habilidades motrices básicas.</p> <p>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, acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros y disfrutar de las actividades lúdicas.</p> <p>Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones de juego para expresarse corporalmente a través de la música.</p>	<p>Practicamos juegos de resistencia</p> <p>Practicamos diferentes juegos motores que benefician nuestra salud,</p> <p>Conocemos posturas adecuadas y hidratación cuando practicamos juegos motores de fuerza</p>	<p>Mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</p> <p>Pon en práctica sus habilidades motrices</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Explora y regula su cuerpo para realizar desplazamientos.</li> <li>Conoce y distinguen las diferencias para trotar y saltar.</li> <li>Participa de actividades y ejercicios motrices</li> </ul> <p>Participa en ejercicios de actividad física</p> <p>Practica actividades y ejercicios para mejorar sus habilidades básicas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza actividades en grupos.</li> </ul>	<p>Se Orienta en el espacio con respecto a sí mismo</p> <p>Orientarse en el espacio siguiendo distintas trayectorias, velocidades, distancias o direcciones.</p> <p>Sincronizar el movimiento corporal con estructuras rítmicas sencillas.</p> <p>Realiza juegos donde demuestra su orientación espacial, su equilibrio, su lateralidad, aceptando la participación de todos.</p>	<p>- Registro auxiliar</p> <p>-Lista de cotejos</p>
	<p>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.</p>	<p><b>Asume una vida saludable.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud.</li> <li>Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida.</li> </ul>	<p>Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) que le ayuda a estar predispuesto a la actividad.</p> <p>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 en la práctica de diferentes actividades lúdicas.</p>	<p>Nos divertimos con juegos motores de velocidad</p> <p>Practicamos juegos para mejorar</p>			

Competencias Transversales	
<p>Se desenvuelve en los entornos virtuales cuando comprende los procedimientos e intercambios que realiza para elegir y aplicar estrategias, participar en actividades colaborativas, así como para representar experiencias y conceptos a través de objetos virtuales.</p>	<p><b>Se desenvuelve en los entornos virtuales generados por las TIC</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Personaliza entornos virtuales:</li> <li>▪ Gestiona información del entorno virtual</li> <li>▪ Interactúa en entornos virtuales</li> <li>▪ Crea objetos virtuales en diversos formatos</li> </ul>
<p>Gestiona su aprendizaje al darse cuenta de lo que debe aprender al preguntarse hasta dónde quiere llegar respecto de una tarea y la define como meta de aprendizaje. Comprende que debe organizarse y que lo planteado incluya por lo menos una estrategia y procedimientos que le permitan realizar la tarea. Monitorea sus avances respecto a las metas de aprendizaje al evaluar el proceso en un momento de trabajo y los resultados obtenidos, a partir de esto y de comparar el trabajo de un compañero considerar realizar un ajuste mostrando disposición al posible cambio.</p>	<p><b>Gestiona su aprendizaje de manera autónoma</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Define metas de aprendizaje.</li> <li>▪ Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas.</li> <li>▪ Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje.</li> </ul>
<p>Realiza diversas búsquedas de información y selecciona y utiliza lo más relevante según el propósito de aprendizaje.</p> <p>Elabora materiales digitales, como videos, audios, animaciones y presentaciones, combinando diferentes recursos multimedia para representar sus vivencias, ideas, conceptos, historias o relatos.</p>	<p>Todas las áreas.</p> <p>Selección de aplicaciones</p> <p>Navegación de aplicaciones</p> <p>Utiliza diversos navegadores para la búsqueda de información.</p> <p>Organiza diversos documentos, elabora materiales de aprendizaje con diversas aplicaciones.</p>
<p>Propone por lo menos una estrategia y un procedimiento que le permitan alcanzar la meta; plantea alternativas de cómo se organizará y elige la más adecuada.</p> <p>Revisa si la aplicación de la estrategia y el procedimiento planteados produce resultados esperados respecto a su nivel de avance, a partir de la retroalimentación de sus pares, y cambia, de ser necesario, sus acciones para llegar a la meta.</p>	<p>Potencialidades para lograr todas las tareas</p> <p>Establece estrategias y procedimientos para lograr sus propósitos.</p> <p>Aplica retroalimentación en sus aprendizajes.</p> <p>Cumplimiento de evidencias</p>

#### V.- ENFOQUES TRANSVERSALES, VALORES Y ACTITUDES:

ENFOQUES	VALORES	ACCIONES O ACTITUDES OBSERVADAS
Enfoque igualdad de género.	Igualdad para todos	las niñas y los niños tengan los mismos derechos, los mismos recursos, las mismas oportunidades y la misma protección.
	Confianza en la persona	Disposición a depositar expectativas en una persona, creyendo sinceramente en su capacidad de superación y crecimiento por sobre cualquier circunstancia
Enfoque orientación al bien común	Empatía	Identificación afectiva con los sentimientos del otro y disposición para apoyar y comprender sus circunstancias

#### VI.- PROYECCIÓN DE ACTIVIDADES:

ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	Actividad 3	Actividad 4	Actividad 5
Conozco mi entorno y me ubico	Realizamos juegos de orientación espacial	Nos ubicamos jugando y desplazándonos	Jugando mejoramos nuestra percepción espacial	Disfruto moviéndose en el espacio y tiempo

## VII.- PROYECCIÓN DE EXPERIENCIAS SIGNIFICATIVAS:

### SEMANA 1:

LUNES 03/07/23	MARTES 04/07/23	MIERCOLES 05/07/23	JUEVES 06/07/23	VIERNES 07/07/23
Practicamos juegos de resistencia		Practicamos juegos de resistencia		

### SEMANA 2:

LUNES 10/07/23	MARTES 11/07/23	MIERCOLES 12/07/23	JUEVES 13/07/23	VIERNES 14/07/23
Practicamos diferentes juegos motores que benefician nuestra salud.		Practicamos diferentes juegos motores que benefician nuestra salud.		

### SEMANA 3:

LUNES 17/07/23	MARTES 18/07/23	MIERCOLES 19/07/23	JUEVES 20/07/23	VIERNES 21/07/23
Conocemos posturas adecuadas y hidratación cuando practicamos juegos motores de fuerza		Conocemos posturas adecuadas y hidratación cuando practicamos juegos motores de fuerza		

### SEMANA 4:

LUNES 24/07/23	MARTES 25/07/23	MIERCOLES 26/07/23	JUEVES 27/07/23	VIERNES 28/07/23
Nos divertimos con juegos motores de velocidad		Nos divertimos con juegos motores de velocidad		

### SEMANA 5:

LUNES 31/07/23	MARTES 01/08/23	MIERCOLES 02/08/23	JUEVES 03/08/23	VIERNES 04/08/23

## VIII.- ESTRATEGIAS METODOLOGICAS

- Mando directo
- Mando directo modificado
- Asignación de tareas
- Trabajo por grupos
- Enseñanza recíproca
- Descubrimiento guiado
- Resolución de problemas
- Libre exploración

## IX MATERIALES BÁSICOS Y RECURSOS A UTILIZAR

### Para el Docente:

- Currículo Nacional de Educación Básica, CNEB, 2020 (Minedu)
- Libro del estudiante de Comunicación MINEDU.gob.pe
- Textos de la biblioteca del aula - dotación 2014 - 2015 – 2016 – 2018 – 2019 – 2022 MINEDU. gob.pe.
- Módulo de Ciencia y Tecnología: sets de Laboratorio básico, Juego de investigación, Peso, volumen y medida.
- Letras móviles en tipo de letra imprenta o script.
- Material estructurado: base diez, regletas, ábaco, geoplanos, bloques lógicos, láminas. etc.

### Para el estudiante:

- Cuaderno de trabajo de Matemática.
- Cuaderno de trabajo del estudiante de Comunicación
- Libros de Consulta de Personal Social.
- Cuadernillos de Fichas de Personal Social.
- Cuadernillos de Fichas de Ciencia y Tecnología.

## IX.- REFLEXIONES DE APRENDIZAJE

- ¿Qué avances y dificultades tuvieron mis estudiantes?
- ¿Qué aprendizajes debo reforzar en la siguiente unidad?
- ¿Qué actividades, estrategias y materiales funcionaron y cuáles no?
- Otras observaciones:



Docente de área



M. Sc. Dora Edwina Mamani Velasquez  
DOCENTE E.P.E.F. - UNA PUNO  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO



estudiante Practicante



M. Sc. Dora Edwina Mamani Velasquez  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO



Prof. Raul V. Gallo Flores  
SUB DIRECTOR N° 71013  
LE. INTEGRADA GLORIOSO "SAN CALLES"



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 1

#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Medimos nuestra agilidad y participamos en juegos ludicos

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA: Evaluamos nuestras capacidades físicas para una práctica saludable		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 17/04/2023	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “F”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad ASUME UNA VIDA SALUDABLE	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, afianzando sus habilidades motrices básicas.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
ENFOQUE DE AMBIENTAL		VALORES: Libertad ACTITUD: expresion	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saludo.: muy Buenos días queridos niños y niñas carolinos ¿cómo podemos perder el miedo? ¿Qué hacen Uds., para divertirse y entretenerse? ¿de qué formas me puedo expresar?</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Calentamiento (juego dinámico)</li> </ul> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimiento guiado		20 min
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> <b>Juego N°1: EL HELADO</b> Primeramente, se formarán grupos de 4, En donde habrá dos conos que estarán ubicados del extremo al extremo, en un extremo estará un niño y en el otro extremo estará el compañero que saldrá con el helado y tendrá que entregar el helado al compañero y él se ubicara en el lugar donde estuvo su compañero, el quien tiene el helado tendrá que entregar a su otro compañero, así sucesivamente tendrá que rotar el helado.</p> <p><b>Juego N°2: PASO POR EL SOCABON</b> Se formarán grupos, en donde cada grupo tendrá una ula ula, entonces ellos tendrán que pasar todo su cuerpo por el medio de la ula ula.</p> <p><b>Juego N°3: ROBAR TOCHAS (=SEMIESFERAS)</b> en el cual situaremos a los jugadores en círculo y con una tocha de referencia (negra en el gráfico) y en el centro del círculo habrá muchas tochas repartidas en el suelo (amarillas en el gráfico). El juego consiste en que los jugadores tienen que conseguir llegar a acumular o tener 4 tochas en su posición inicial, es decir, la negra con la que empiezan y 3 más y el primero que lo consiga ganará el juego (=1 punto), pero para ello tendrán que hacerlo siguiendo las reglas que a continuación exponemos. Ganará el jugador que más puntos tenga al término del tiempo de trabajo.</p> <p><b>Reglas de provocación:</b> Sólo pueden robar o coger tochas del centro del círculo o robárselas a los 2 rivales que tienen a ambos lados y para robárselas a sus rivales éstos no pueden estar en su tocha de referencia tienen que estar fuera de su posición. Mientras que 1 jugador esté situado en su posición de inicio no le podrán robar sus tochas.</p> <p><b>Variantes:</b> Se puede realizar por tiempo o por repeticiones.</p>	Mando directo modificado		45 Min



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



<b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p style="text-align: center;">¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hidratación</li> <li>- Lavarse las manos con agua y jabón</li> <li>- Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</li> </ul>	Descubrimient o guiado		25 min
--	--	---------------------------	---	--------

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se orienta en un espacio y tiempo.</li> <li>- se relaciona con sus compañeros</li> <li>- coordina sus movimientos</li> <li>- afianzando sus habilidades motrices básicas.</li> </ul>	Observación directa.	Lista de cotejos

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

  
 Docente de área

  
 Docente de Práctica  
 UNA - PUNO

  
 Estudiante Practicante  
 Docente Practicante  
 E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
 SUBDIRECTOR  
 DE PRACTICA DOCENTE





## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 2


#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Medimos nuestra agilidad y participamos en juegos ludicos

DRE:	I.E.P.:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA: Evaluamos nuestras capacidades físicas para una práctica saludable		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 17/04/2023	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “B”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	<b>Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad</b> ASUME UNA VIDA SALUDABLE	Se expresa corporalmente	<b>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, afianzando sus habilidades motrices básicas.</b>
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
ENFOQUE DE AMBIENTAL		VALORES: Respeto ACTITUD: Perseverancia	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saludo.: muy Buenos días queridos niños y niñas carolinos ¿cómo podemos perder el miedo?</li> <li>¿Qué hacen Uds., para divertirse y entretenerse?</li> <li>¿de qué formas me puedo expresar?</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Calentamiento (juego dinámico)</li> </ul> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>			20 min
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>Demostración de la actividad a realizar</b> <b>Juego N° 1: 3 EN RAYA</b> En el que dividiremos el equipo en tríos para realizar una competición de todos contra todos con el juego del 3 en raya. Se situarán como se ve en el gráfico y a la señal saldrán los primeros jugadores de cada equipo para depositar su peto correspondiente dentro de los aros que marcarán el 3 en raya y volver rápido para que su compañero realice el mismo trabajo y así de forma sucesiva hasta que consigan hacer 3 en raya. Una vez que hayan salido los 3 jugadores y depositados los petos en los aros sino han conseguido hacer 3 en raya seguirán saliendo para cambiar los petos de aros hasta que 1 equipo lo consiga. Cada vez que 1 equipo lo consiga sumará 1 punto y ganará el equipo que más puntos consiga al finalizar la tarea.</p> <p><b>Reglas de provocación:</b> El siguiente jugador no saldrá hasta que su compañero le toque en la mano (trabajo de ida y vuelta). <b>Variantes:</b> Se puede realizar por tiempo o por repeticiones. Espacio: La distancia entre jugadores y el 3 en raya adaptable a la categoría del equipo y los objetivos condicionales que busquemos.</p> <p><b>Juego N° 2: PAÑUELOS</b> Juego lúdico en el que dividiremos el grupo en 4 equipos de 6 jugadores cada uno que estarán enumerados del 1 al 6. Se situarán como se puede ver en el gráfico y a la señal del ENT/PF (que se situarán justo en el medio del espacio) saldrán los números que se digan con el objetivo de coger el pañuelo que tendrá el ENT/PF en sus manos y llevárselo de vuelta a su zona sin ser pillado por su rival, si esto lo consigue su equipo sumará 1 punto. Si mi rival invade mi campo mediante un engaño será eliminado. <b>Reglas de provocación:</b> No se puede invadir la zona de juego de mi rival hasta que agarrar el pañuelo y tenga que pillarlo.</p> <p><b>Variantes:</b> Se puede realizar por tiempo o por repeticiones. Se puede dificultar diciendo 2 o más números a la vez.</p>			45 Min



	<p><b>Espacio:</b> 8-10 m cada equipo hasta el pañuelo.</p> <p><b>Juego N° 3: habilidad técnica por equipos</b>          Juego lúdico en el que dividiremos el grupo en 4 equipos de 5 jugadores cada uno para realizar una competición entre todos con diferentes variantes y condicionantes técnicos que hay que realizar en un trayecto de ida y vuelta hasta la pica de referencia. Variantes del juego:          1. Tienen que llevar el balón sin que caiga al suelo y utilizando todas las superficies posibles excepto los brazos.          2. Idem pero sólo con la cabeza.          3. Idem pero sólo con pierna no dominante.          4. Idem pero todos agarrados de las manos sin poder soltarse.          5. Idem pero 1 jugador no puede darle más de 2 toques seguidos al balón          6. Idem a la 1ª pero de forma individual.          7. Idem a la 3ª pero de forma individual.</p> <p><b>Reglas de provocación:</b> Si el balón se le cae a un equipo antes de llegar a la pica volveremos al inicio a comenzar de nuevo, pero si por el contrario se les cae una vez llegados a pica o posteriormente volveremos a iniciar, pero desde la pica. Siempre hay que rodear la pica para que valga la acción.</p>			
<p><b>FINAL</b>          Vuelta a la calma.          Extensión.          Reflexión.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p style="text-align: center;">¿Qué actividad realizamos hoy?          ¿para qué me servirá lo aprendido?          ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su libertad para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>			25 Min

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se orienta en un espacio y tiempo.</li> <li>- se relaciona con sus compañeros</li> <li>- coordina sus movimientos</li> <li>- afianzando sus habilidades motrices básicas.</li> </ul>	<p>Observación directa.</p>	<p>Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

Fajardo, Manuel. 2012. "Juegos Adaptados Para Corregir La Postura En Niños Escolares Con Baja Visión."

  
 Docente de área

  
 Docente de Práctica  
 UNA - PUNO

  
 Estudiante Practicante  
 Docente Practicante  
 E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
 SUB DIRECTOR(A)  
 DE PRACTICA DOCENTE



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 03


#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Medimos nuestra agilidad y participamos en juegos ludicos

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA: Evaluamos nuestras capacidades físicas para una práctica saludable		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 17/04/2023	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “A”.	CICLO: IV	
PROPÓSITO DE APRENDIZAJE			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad ASUME UNA VIDA SALUDABLE	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, afianzando sus habilidades motrices básicas.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
ENFOQUE DE AMBIENTAL		VALORES: solidaridad ACTITUD: comportamiento	
RECURSOS DIDACTICOS			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saludo.: muy Buenos días queridos niños y niñas carolinos ¿cómo podemos perder el miedo?</li> <li>¿Qué hacen Uds., para divertirse y entretenerse?</li> <li>¿de qué formas me puedo expresar?</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Calentamiento (juego dinámico)</li> </ul> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimiento guiado		20 Min
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>Demostración de la actividad a realizar</b></p> <p><b>Juego N° 1: precisión + 3 rayas</b> de tiro de precisión + 3 en raya. Dividiremos el grupo en 6-8 tríos y se colocarán como se puede ver en el gráfico entre 2 conos negros de referencia. Enfrente de ellos a una distancia determinada habrá 1 o 2 miniporтерías en las cuales tendrán que hacer gol y a su derecha habrá situado un 3 en raya con aros para jugar. A la señal iniciarán el juego intentando hacer gol y si 1 jugador lo consigue tiene que ir rápidamente a colocarse en el 3 en raya en uno de los aros y así de forma sucesiva hasta que un equipo consiga hacerlo, una vez estén todos los jugadores situados en el 3 en raya y ningún equipo lo haya conseguido hacer los jugadores se moverán como fichas por el orden de llegada hasta completar el 3 en raya.</p> <p><b>Juego N° 2: PAÑUELOS</b> Juego lúdico en el que dividiremos el grupo en 4 equipos de 6 jugadores cada uno que estarán enumerados del 1 al 6. Se situarán como se puede ver en el gráfico y a la señal del ENT/PF (que se situarán justo en el medio del espacio) saldrán los números que se digan con el objetivo de coger el pañuelo que tendrá el ENT/PF en sus manos y llevarse de vuelta a su zona sin ser pillado por su rival, si esto lo consigue su equipo sumará 1 punto. Si mi rival invade mi campo mediante un engaño será eliminado.</p> <p><b>Reglas de provocación:</b> No se puede invadir la zona de juego de mi rival hasta que agarrar el pañuelo y tenga que pillarlo.</p> <p><b>Variantes:</b> Se puede realizar por tiempo o por repeticiones. Se puede dificultar diciendo 2 o más números a la vez. <b>Espacio:</b> 8-10 m cada equipo hasta el pañuelo.</p> <p><b>Juego N° 3: ROBAR TOCHAS (=SEMIESFERAS)</b> en el cual situaremos a los jugadores en círculo y con una tocha de referencia (negra en el gráfico) y en el centro del círculo habrá muchas tochas repartidas en el suelo (amarillas en el gráfico). El juego consiste en que los jugadores tienen que conseguir llegar a acumular o tener 4 tochas en su posición inicial, es decir, la negra con la que empiezan y 3 más y el</p>	Mando directo modificado		45 Min



	<p>primero que lo consiga ganará el juego (=1 punto), pero para ello tendrán que hacerlo siguiendo las reglas que a continuación exponemos. Ganará el jugador que más puntos tenga al término del tiempo de trabajo.</p> <p><b>Reglas de provocación:</b> Sólo pueden robar o coger tochas del centro del círculo o robárselas a los 2 rivales que tienen a ambos lados y para robárselas a sus rivales éstos no pueden estar en su tocha de referencia tienen que estar fuera de su posición. Mientras que 1 jugador esté situado en su posición de inicio no le podrán robar sus tochas.</p> <p><b>Variantes:</b> Se puede realizar por tiempo o por repeticiones.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p style="text-align: center;">¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su libreta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>libre exploracion</p>		<p>25 Min</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se orienta en un espacio y tiempo.</li> <li>- se relaciona con sus compañeros</li> <li>- coordina sus movimientos</li> <li>- afianzando sus habilidades motrices básicas.</li> </ul>	<p>Observación directa.</p>	<p>Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

Olivera, Manuel serrabona-juan andueza azcona-ruben sancho. 2004.

“1001\_Ejercicios\_y\_juegos\_de\_calentamiento. Pdf.”

  
Docente de área

  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wladimir Prieto Quiroga Cost  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
SUB-DIRECTOR(a)  
DE INVESTIGACIONES



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 04


#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: practicamos la activación corporal antes de una actividad ludica

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA: Practicamos ejercicios de activación y relajación corporal para el cuidado de nuestra salud		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 24/04/2023	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “F”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	ASUME UNA VIDA SALUDABLE	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud	Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) que le ayuda a estar predispuesto a la actividad.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
ENFOQUE BUSQUEDA DE LA EXPERIENCIA		VALORES: atencion ACTITUD: expresion	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Saludo.:</b> muy Buenos días queridos niños y niñas carolinos ¿de qué forma podemos cuidar nuestra salud? ¿Qué haciendo? ¿cómo es el clima en nuestro departamento?</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Calentamiento (juego dinámico)</b> Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</li> </ul>	Descubrimiento guiado		20 Min
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>Demostración de la actividad a realizar</b> <b>Ejercicio de zancada</b> Pies alternados con una flexion de rodilla hasta abajo 10 repetitions de 2</p> <p><b>Zancada equilibrio:</b> El compañero de detrás realiza un empujón inesperado y con una fuerza relativa, mientras que el compañero de delante, realiza una zancada anterior profunda intentando soportar el desequilibrio generado por el empujón del compañero que se encuentra detrás. Se volverá a la primera posición.</p> <p><b>Ejercicios de flexibilidad.</b></p> <p><b>Salto de cuerda</b> Los estudiantes que sostienen la cuerda, la balancean suavemente de izquierda a derecha tratando de hacerlo paralelo al piso, los integrantes del equipo uno a uno irá saltando sobre la cuerda, repitiendo la acción hasta el final del juego. Reglas: Quiénes van siendo tocados por el mecate pasan a dar cuerda Gana quien logre saltar más veces sin ser tocado por la cuerda. Variante Se puede ir elevando paulatinamente la altura de la cuerda. Se puede realizar el juego de manera competitiva entre equipos.</p> <p><b>Baile</b></p>	<p>Mando directo modificado</p> <p>Libre exploracion</p>		45 Min



				25 Min
<b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué actividad realizamos hoy?</li> <li>¿para qué me servirá lo aprendido?</li> <li>¿qué dificultades tuve hoy?</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	Libre exploracion		

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tiene conocimiento sobre la activación fisiológica.</li> <li>- Presta atención</li> <li>- Se motiva con los ejercicios planteados</li> </ul> <p>Toma en serio la activacion corporal</p>	Observación directa.	Lista de cotejos

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

Olivera, Manuel serrabona-juan andueza azcona-ruben sancho. 2004.  
 “1001\_Ejercicios\_y\_juegos\_de\_calentamiento. Pdf.”

  
 Docente de área

  
 Docente de Práctica  
 UNA - PUNO

  
 Estudiante Practicante  
 Docente Practicante  
 E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
 SUBDIRECTORA






# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hidratación</li> <li>- Lavarse las manos con agua y jabón</li> <li>- Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</li> </ul>			
--	--	--	---	--

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tiene conocimiento sobre la activación fisiológica.</li> <li>- Presta atención</li> <li>- Se motiva con los ejercicios planteados</li> </ul> Toma en serio la activacion corporal	Observación directa.	Lista de cotejos

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

Olivera, Manuel serrabona-juan andueza azcona-ruben sancho. 2004.

“1001\_Ejercicios\_y\_juegos\_de\_calentamiento. Pdf.”

  
Docente de área

  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wladimir Primito Quirope Cost  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
  
SUB-DIRECTOR






# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p>¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hidratación</li> <li>- Lavarse las manos con agua y jabón</li> <li>- Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</li> </ul>	<p>Libre exploracion</p>		<p>25 Min</p>
--	--	--------------------------	---	---------------

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tiene conocimiento sobre la activación fisiológica.</li> <li>- Presta atención</li> <li>- Se motiva con los ejercicios planteados</li> </ul> <p>Toma en serio la activacion corporal</p>	<p>Observación directa.</p>	<p>Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

Olivera, Manuel serrabona-juan andueza azcona-ruben sancho. 2004.  
 “1001\_Ejercicios\_y\_juegos\_de\_calentamiento. Pdf.”

  
 Docente de área

  
 Docente de Práctica  
 UNA - PUNO

  
 Estudiante Practicante  
 Docente Practicante  
 E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
  
 SUBDIRECTOR DE PRACTICA



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 07

#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Nos adaptamos a las posturas dinámicas

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA: Practicamos ejercicios de activación y relajación corporal para el cuidado de nuestra salud		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 24/04/2023	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “F”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	ASUME UNA VIDA SALUDABLE	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud	Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso para mejorar el funcionamiento de su organismo.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
ENFOQUE BUSQUEDA DE LA EXPERIENCIA		VALORES: Respeto ACTITUD: Perseverancia	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<p>- <b>Saludo.: muy Buenos días queridos niños y niñas carolininos ¿ como corremos?</b></p> <p><b>¿Qué hacenos para recoger algo del suelo?</b></p> <p><b>¿ como caminan los monos?</b></p> <p><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>Se refiere a cómo se sostiene al moverse, como cuando está caminando, corriendo o al agacharse para recoger algo.</p> <p>- <b>Calentamiento (juego dinámico)</b></p> <p><b>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</b></p>	Descubrimiento guiado		25 Min
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b></p> <p>Con esta sesión de aprendizaje y a través de los juegos, los niños de tercer grado de primaria logren adaptarse y conocer las posturas dinámicas</p> <p><b>Demostración de la actividad a realizar</b></p> <p><b>MARCHA A PIE FIRME</b></p> <p><b>CORRER</b></p> <p><b>CUADROPEDIA</b></p> <p><b>LA TORRE MÁS ALTA</b></p> <p>Detrás de la línea de salida, se colocan las hileras para realizar una marcha en los metatarsos, brazos arribas, a una distancia de 4-5 metros, tratando de no flexionar las piernas, los niños deben de tratar extender el cuerpo al máximo, se regresa con un trote suave.</p> <p><b>Reglas:</b></p> <p>1. El cuerpo se debe mantener con control muscular.</p> <p>2. No se deben flexionar las piernas ni apoyar los talones.</p> <p><b>PELOTA HACIA ATRÁS.</b></p> <p>Desarrollo: A la señal del profesor, el capitán le entrega el balón pasándolo por encima de su cabeza al niño de atrás, este recibe y realiza lo mismo. Cuando el balón llegue al último niño, éste se trasladará con el balón hacia al frente de la hilera después se sienta con las piernas extendidas y realiza lo mismo que su capitán. Esto se repite hasta que todos los niños hayan realizado el ejercicio.</p>	Mando directo modificado		45 Min



	Gana el que primero termine.		
<b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b> ¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hidratación</li> <li>- Lavarse las manos con agua y jabón</li> <li>- Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</li> </ul>	Libre exploracion	25 Min



### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tiene conocimiento sobre la activación fisiológica.</li> <li>- Presta atención</li> <li>- Se motiva con los ejercicios planteados</li> </ul> <p>Toma en serio la activacion corporal</p>	Observación directa.	Lista de cotejos

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

Fajardo, Manuel. 2012. "Juegos Adaptados Para Corregir La Postura En Niños Escolares Con Baja Visión."

Docente de área

Docente de Práctica  
UNA - PUNO

Estudiante Practicante  
Walter Práctico Quirope Cusi  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO  
PUNO



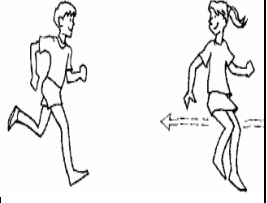
## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 08


#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Nos adaptamos y reconocemos las posturas estaticas

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA: Practicamos ejercicios de activación y relajación corporal para el cuidado de nuestra salud		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 24/04/2023	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “F”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	ASUME UNA VIDA SALUDABLE	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud	Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso para mejorar el funcionamiento de su organi+¿tgo.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
ENFOQUE BUSQUEDA DE LA EXPERIENCIA		VALORES: Solidaridad ACTITUD: Perseverancia	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Saludo.: muy Buenos días queridos niños y niñas carolinos ¿ cómo dormimos?</b></li> <li><b>¿Cómo es la posición de atención?</b></li> <li><b>¿sí me asusta algo que hago?</b></li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>Una postura de trabajo estática es aquella que se mantiene durante más de 4 segundos y en la que se pueden dar ligeras variaciones alrededor de un mismo nivel de fuerza generado por los músculos y otras estructuras corporales</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Calentamiento (juego dinámico)</b></li> </ul> <p><b>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</b></p>	Descubrimiento guiado		20 Min
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> Con esta sesión de aprendizaje y a través de los juegos, los niños de tercer grado de primaria logren adaptarse y conocer las posturas estaticas</p> <p><b>Demostración de la actividad a realizar</b></p> <p><b>ORDEN CERRADO A PIE FIRME</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- atencion, <b>descanso, columna cubrir</b></li> <li>- <b>a la derecho derecho</b></li> <li>- <b>a la izquierda izquierda</b></li> <li>- <b>media vuelta derecho</b></li> <li>- <b>diagonal izquirda , izquierda</b></li> <li>- <b>diagonal derecho, derecho</b></li> </ul> <p><b>JUEGO DE ESTATUA</b> <b>Todo los niños estan corriendo en la cancha al sonido del silbato los niños se quedan quietos</b></p> <p><b>JUEGO LOS JINETES</b></p>	Mando directo modificado		45 Min



<p><b>FINAL</b>          Vuelta a la calma.          Extensión.          Reflexión.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b>          ¿Qué actividad realizamos hoy?          ¿para qué me servirá lo aprendido?          ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hidratación</li> <li>- Lavarse las manos con agua y jabón</li> <li>- Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</li> </ul>	<p>Libre exploracion</p>		<p>25 Min</p>
---	--	--------------------------	---	---------------

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
relacionado con los ritmos de actividad-descanso Corregí sus posturas estáticas	Observación directa.	Lista de cotejos

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

Fajardo, Manuel. 2012. "Juegos Adaptados Para Corregir La Postura En Niños Escolares Con Baja Visión."

  
 Docente de áreas

  
 Docente de Práctica  
 UNA - PUNO

  
 Estudiante Practicante  
 Docente Practicante  
 E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
 SUBDIRECTORA



# *Universidad Nacional Del Altiplano — Puno*

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE





# *Universidad Nacional Del Altiplano — Puno*

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE







## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 09

I. **NOMBRE DE LA SESIÓN:** Practicamos hábitos saludables a través de actividades físicas y buena alimentación

<b>DRE:</b>	<b>I.E.P:</b>	<b>PROFESOR TITULAR:</b> SEVERINA VALENCIA QUISPE	
<b>PUNO</b>	<b>N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”</b>	<b>PROFESOR PRACTICANTE:</b> WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
<b>UGEL:</b>	<b>PUNO</b>	<b>DOCENTE DE PRACTICA:</b> DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
<b>NOMBRE DE LA EDA:</b> Practicamos ejercicios de activación y relajación corporal para el cuidado de nuestra salud		<b>HORA PEDAGOGICO:</b> 90 MINUTOS	
<b>FECHA:</b> 03/08/2023	<b>GRADO Y SECCIÓN:</b> TERCERO “F”.	<b>CICLO:</b> IV	
PROPÓSITO DE APRENDIZAJE			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
<b>EDUCACIÓN FÍSICA.</b>	<b>ASUME UNA VIDA SALUDABLE</b>	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud	Diferencia los alimentos de su dieta familiar y de su región que son saludables de los que no lo son, para la práctica de actividad física y de la vida cotidiana.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
ENFOQUE DE AMBIENTAL		VALORES: Respeto a toda forma de vida. ACTITUD: Docentes y estudiantes promueven estilos de vida en armonía con el ambiente, revalorando los saberes locales y el conocimiento ancestral.	
RECURSOS DIDACTICOS			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<p>- <b>Saludo.:</b> muy Buenos días queridos niños y niñas carolinos <b>¿para qué nos alimentamos?</b> <b>¿Por qué nos aseamos?</b> <b>¿porque nosotros los humanos jugamos los deportes?</b></p> <p><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>Un hábito saludable es aquel comportamiento o conducta que realizamos y que afecta de forma positiva en nuestro bienestar físico, mental y social. En general, los hábitos saludables se refieren a la alimentación, a la higiene y al deporte.</p> <p>- <b>Calentamiento (juego dinámico)</b> <b>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</b></p>	Descubrimiento guiado		20 min
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> por medio de esta sesión los niños puedan reconocer un habito saludable y sus consecuencias.</p> <p><b>Juego N°1 platos equilibrados</b></p> <p>Se formará a los niños en grupos de 6 para formar un plato equilibrado A la ula ula color verde se le denominara vegetales A la ula ula color rojo se le denominara carne A la ula ula color azul se le denominara arina A la ula ula color negro se le denominara chatarra</p> <p><b>Juego N° 2 dinámica de la ensalada</b></p> <p>Este es el baile de la ensalada que esta de moda, que a ti te gusta. La lechuga El tomate Etc.</p> <p><b>Juego N° 3 Cada perro con su hueso:</b></p> <p>Forma dos filas frente a frente, utilizando los laterales del campo de básquet o futbolito. Cada equipo se numera de forma sucesiva. Luego, un estudiante lanza el balón en el centro del campo (por el lado derecho e izquierdo)</p>	Mando directo modificado		45 min



# Universidad Nacional Del Altiplano –Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>llamando a un número, los estudiantes a quienes les corresponda ese número tratarán de ganar el balón y llevarlo rebotando hacia un arco o tablero para lanzarlo y realizar una anotación para su equipo. El equipo que haga mayor cantidad de anotaciones gana. Pide a los estudiantes que propongan otras reglas.</p>			25 min
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p style="text-align: center;">¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hidratación</li> <li>- Lavarse las manos con agua y jabón</li> <li>- Al final dejar dar su libreta para que jueguen su deporte favorito.</li> </ul>	Libre exploracion		

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
Identifica alimentos Diferencia los alimentos Explica cada uno de los alimentos	Observación directa.	Lista de cotejos

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

Lara, Gisela Rabell. 2008. "juegos predeportivos y tradicionales para elevar la participacion de los estudiantes en la clase de educacion fisica en el ipuec 'desembarco del perrit' municipio: antilla." 1-146.

[https://youtu.be/6P\\_ZuEShWY](https://youtu.be/6P_ZuEShWY) Ministerio Educación

  
\_\_\_\_\_  
Docente de area

  
\_\_\_\_\_  
M. Sc. Dr. Edwin Mamani Velazquez  
DOCENTE P.P.E. - UNA PUNO  
Docente de Practica  
UNA - PUNO

  
\_\_\_\_\_  
Estudiante Practicante  
Wilson Franklin Quiroga Oros  
DOCENTE PRACTICANTE  
EPEP - UNA - PUNO

  
  
\_\_\_\_\_  
SERVICIO DE PRACTICA  
EVALUACION Y CONTROL







# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
 ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
 CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>3. El alumno elegido deberá repetir el ejercicio realizado por el moderador y realizar un ejercicio más; por ejemplo, sentadilla + polichinelas.</p> <p>4. Después de realizar el ejercicio el alumno elegido deberá escoger a un nuevo compañero y este deberá de repetir el ejercicio del moderador, el de su compañero, añadir uno más y escoger a otro compañero dentro del círculo.</p> <p>5. Si un alumno ya no recuerda los ejercicios, no pasa nada, procedemos a iniciar la segunda actividad.</p> <p><b>Juego N° 3 los marineros</b></p> <p>Los niños se colocaran en grupo detrás del docente que actuará y tendrá el cargo de capitán. El capitán es el que dará las órdenes y los niños serán los marineros. Deben de cumplir las órdenes: tenderse de espalda, levantar una pierna, cambiar de lugar, manos arriba, manos abajo, reírse, etc. Los niños deberán obedecer únicamente las consignas que vayan precedidas de la frase “ORDEN DEL CAPITÁN”, si cumple las ordenes que no vayan precedidas de esa frase, abandonan el juego y ayudan al capitán a controlar las infracciones que cometen el resto de marineros</p>			
<p><b>FINAL</b>          Vuelta a la calma.          Extensión.          Reflexión.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p style="text-align: center;">¿Qué actividad realizamos hoy?          ¿para qué me servirá lo aprendido?          ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hidratación</li> <li>- Lavarse las manos con agua y jabón</li> <li>- Al final dejar dar su libreta para que jueguen su deporte favorito.</li> </ul>	<p>libre exploracion</p>		<p>25 min</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
Identifica alimentos Diferencia los alimentos Explica cada uno de los alimentos	Voz de mando. Observación directa.  Instrucción directa	Lista de cotejos

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

Lara, gisela rabell. 2008. “juegos predeportivos y tradicionales para elevar la participacion de los estudiantes en la clase de educacion fisica en el ipuec ‘desembarco del perrit’ municipio: antilla.” 1–146.

  
 Docente de área

  
 Docente E.P.E.F. - UNA - PUNO  
 Docente de Práctica  
 UNA - PUNO

  
 Estudiante Practicante  
 Wilton Prizilla Quiroga Cuel  
 DOCENTE PRACTICANTE  
 E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
  
 UNIV. NACIONAL DEL ALTIPLANO  
 PUNO






# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>Primeramente, se formará a los niños en fila y donde ellos estarán ubicados en el fondo de la cancha, ellos cumplirán el rol de los productos designados que estarán de colores, seguidamente se le designará a un alumno para que sea chef en donde el estará ubicado en el medio de la cancha.</p> <p>El chef dirá vegetales, y los niños designados de color verde tendrán cruzar para el otro extremo sin que sea piado por el chef.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b> ¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploracion</p>		

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
Identifica alimentos Diferencia los alimentos Explica cada uno de los alimentos	. Observación directa.	Lista de cotejos

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

Lara, gisela rabell. 2008. "juegos predeportivos y tradicionales para elevar la participacion de los estudiantes en la clase de educacion fisica en el ipuec 'desembarco del perrit' municipio: antilla." 1-146.

  
 Docente de Área

  
 DOCENTE DE PRACTICA  
 UNA - PUNO

  
 Estudiante Practicante  
 Wiltona Princesa Quiroga Oval  
 DOCENTE PRACTICANTE  
 E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
  
 Rector



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 12

#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Practicamos hábitos saludables a través de actividades físicas y buena alimentación

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR:	SEVERINA VALENCIA QUISPE
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE:	WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA:	DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.
NOMBRE DE LA EDA: Practicamos ejercicios de activación y relajación corporal para el cuidado de nuestra salud		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 10/05/2023	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “D”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	ASUME UNA VIDA SALUDABLE	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud	Diferencia los alimentos de su dieta familiar y de su región que son saludables de los que no lo son, para la práctica de actividad física y de la vida cotidiana.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
ENFOQUE DE AMBIENTAL		VALORES: Respeto a toda forma de vida. ACTITUD: Docentes y estudiantes promueven estilos de vida en armonía con el ambiente, revalorando los saberes locales y el conocimiento ancestral.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<p>- <b>Saludo.:</b> muy Buenos días queridos niños y niñas carolininos            ¿para qué nos alimentamos?            ¿Por qué nos aseamos?            ¿porque nosotros los humanos jugamos los deportes?  <b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>Un hábito saludable es aquel comportamiento o conducta que realizamos y que afecta de forma positiva en nuestro bienestar físico, mental y social. En general, los hábitos saludables se refieren a la alimentación, a la higiene y al deporte.</p> 	Descubrimiento guiado		20
	<p>- <b>Calentamiento (juego dinámico)</b>  <b>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</b></p>	 		45



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



<p><b>PROCESO</b></p> <p>Desarrollo de las actividades</p>	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> por medio de esta sesión los niños puedan reconocer un habito saludable y sus consecuencias.</p> <p><b>Juego N° 1 Quiebra Hielos</b></p> <p>Primeramente, se nombrará 3 tipos de fruta para cada persona del grupo plátano, papaya, naranja.</p> <p>El moderador dirá: fui al mercado a comprar plátano, papaya, naranja, todo los mencionados tendrán que salir de su lugar y sentarse en el lugar de otro.</p> <p>Variante</p> <p>Ahora el moderador dira fui a comprar una ensalada.</p> <p><b>Juego N°2 chatarra vs saludable</b></p> <p>Primeramente, se elegirá a un capitán y por cuanto tiempo lo será</p> <p>El capitán dirá el nombre de un alimento que atraiga, por ejemplo, si dice una comida chatarras: todos tendrán caminar cabiz bajos, sin energía etc.</p> <p>Y si dice una fruta saludable: todos caminaran con energía, correr, bailar.</p> <p><b>Juego N° 3 El juego de harina</b></p> <p>Los estudiantes se formarán en columna y estarán sentados, la harina comenzara a encaminar por el primer niño y por encima de la cabeza.</p>	<p>Mando directo modificado</p>	
<p><b>FINAL</b></p> <p>Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p style="text-align: center;">¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hidratación</li> <li>- Lavarse las manos con agua y jabón</li> <li>- Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</li> </ul>	<p>libre eexploracion</p>	

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
Identifica alimentos Diferencia los alimentos Explica cada uno de los alimentos	. Observación directa.	Lista de cotejos

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

Lara, gisela rabell. 2008. "juegos predeportivos y tradicionales para elevar la participacion de los estudiantes en la clase de educacion fisica en el ipuec 'desembarco del perrit' municipio: antilla." 1-146.

  
Docente de Área

  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Docente Practicante  
Wladimir Pineda Quipe Quel  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
DIRECCIÓN DE LA  
UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 13

#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Practicamos hábitos saludables a través de actividades físicas y buena alimentación

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR:	SEVERINA VALENCIA QUISPE
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE:	WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA:	DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.
NOMBRE DE LA EDA: Practicamos ejercicios de activación y relajación corporal para el cuidado de nuestra salud		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 10/05/2023	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “E”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	ASUME UNA VIDA SALUDABLE	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura y la higiene corporal y la salud	Diferencia los alimentos de su dieta familiar y de su región que son saludables de los que no lo son, para la práctica de actividad física y de la vida cotidiana.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
ENFOQUE DE AMBIENTAL		VALORES: Respeto a toda forma de vida. ACTITUD: Docentes y estudiantes promueven estilos de vida en armonía con el ambiente, revalorando los saberes locales y el conocimiento ancestral.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN



FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<p>- <b>Saludo.: muy Buenos días queridos niños y niñas carolinos</b> <b>¿para qué nos alimentamos?</b> <b>¿Por qué nos aseamos?</b> <b>¿porque nosotros los humanos jugamos los deportes?</b> <b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>Un hábito saludable es aquel comportamiento o conducta que realizamos y que afecta de forma positiva en nuestro bienestar físico, mental y social. En general, los hábitos saludables se refieren a la alimentación, a la higiene y al deporte.</p> 	Descubrimiento guiado	  	20
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p>- <b>Calentamiento (juego dinámico)</b> <b>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</b></p> <p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> por medio de esta sesión los niños puedan reconocer un habito saludable y sus consecuencias.</p> <p><b>Juego N° 1 EL BAILE DE LAS FRUTAS</b></p>	Mando directo modificado		45



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>Se les formará a los niños en círculo, donde se dará dos pasos a la derecha y también a la izquierda. Cantando: esto es el baile de la fruta(bis) y dirán papaya, plátano, naranja En la segunda vuelta tendrán que agregar más una fruta en el siguiente igual agregando otra fruta</p> <p><b>Juego N°2 VERDURAS Y FRUTAS QUE NO ME PUENDEN FALTA</b> Se formará e los niños en hilera y todos estarán sujetados hombro a hombro. Cantando; izquierda izquierda, derecha derecha, adelante, atrás, 1,2,3 toma la verdura que vez en tu cocina “imaginariamente”</p> <p><b>Juego N° 3 CCOMER FRUTAS</b> <b>Todos estarán formados en circulo y agarrados de las manos.</b> El líder dirá; porque nos gusta las frutas Niños: nooo see porque Líder: pero porque nos gusta las frutas Niños no se porque Agarrados de las manos y brincando dirán: a comer las frutas a comer a comer comer. (derecha) a comer las frutas a comer a comer a comer. (izquierda) así sucesivamente los niños se tendrán que moverse agarrados de las rodillas, hombros, espaldas etc.</p>	<p>Libre exploracion</p> <p>Asignación de tareas</p>	
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b> ¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>libre exploracion</p>	

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
Identifica alimentos Diferencia los alimentos Explica cada uno de los alimentos	Observación directa.	Registro auxiliar Lista de cotejos

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

Lara, gisela rabell. 2008. “juegos predeportivos y tradicionales para elevar la participacion de los estudiantes en la clase de educacion fisica en el ipuec ‘desembarco del perrit’ municipio: antilla.” 1–146.









## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 14

#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Jugamos con las emociones

DRE:	I.E.P.:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 3 : Descubrimos y reconocemos como somos y nos sentimos.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 15/05/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “F”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalmente	Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gestos, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro para comunicar actitudes y reconocer emociones y estados de ánimo que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque Igualdad de Género		VALORES: Respeto a toda forma de vida. ACTITUD: El docente brinda oportunidades para que los estudiantes expresen sus emociones y reconozcan las emociones de los demás que se dan en la práctica de los juegos propuestos.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN



FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saludo.: muy Buenos días queridos niños y niñas carolininos</li> <li>¿Cómo se siente en clases de educación física?</li> <li>¿cuándo el profesor te alza la voz como se sienten?</li> <li>¿Qué entendemos de las emociones?</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>Las emociones son reacciones afectivas intensas, que suponen un impulso a actuar, una condición psicológica y biológica de respuesta a ciertos estímulos internos o externos al organismo. Con frecuencia las reacciones emocionales se traducen en gestos, actitudes u otras formas de expresión, que sirven como herramienta en la comunicación de nuestro estado emocional al entorno.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> </ul> <p><b>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</b></p>	Descubrimiento guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> por medio de esta sesión los niños puedan reconocer y controlar sus emociones.</p> <p><b>Juego N°1: EL CUBITO DE HIELO</b></p> <p>Consiste en hablarle al niño y guiarle en la siguiente meditación: "eres un cubito de hielo, rígido, sólido, duro y frío. Encógete con las piernas dobladas y agarradas con los brazos fuertemente. Nota la tensión, aprieta todo tu cuerpo. Ahora observa cómo poco a poco aparece el sol en el horizonte. Empiezas a notar su calor, cómo te va calentado. Despacio ve soltando la tensión pues te estás derritiendo. Poco a poco ve extendiendo el cuerpo hasta quedarte tumbado a medida que el sol te calienta y te vas convirtiendo en un charco de agua líquida. Suelta y relaja todo el cuerpo. Derrítete, suéltate, ya no eres un hielo duro y en tensión, eres agua que fluye por todas partes."</p>	Mando directo modificado		45 M
		Libre		



# Universidad Nacional Del Altiplano –Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p><b>Juego N°2: MÍMICA DE EMOCIONES</b></p> <p>Los niños tendrán que estar en pareja uno detrás del otro para expresar sus emociones, el quien esta atrás dibujara una carta en la espalda del niño que esta adelante y este niño tendrá que adivinar el dibujo de su compañero y simularlo, una vez adivinado los dos tendrán que desplazarse con la carita que propuso el segundo compañero.</p> <p><b>Juego N°3: ADIVINO MIS EMOCIONES</b></p> <p>Los niños se ubicarán en un medio cuadrante, a la señal del profesor cada uno tendrán que ingresar al medio de una forma diferente. Saltando. Rodando, de un pie, en bolichéenlas. Cuadrúpeda. Donde en el medio se encontrará diferentes emociones, el niño tendrá que elegir dos caritas iguales y si encuentra diferentes no sumara puntos.</p>	exploracio		
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> <li style="text-align: center;"><b>METACOGNICIÓN</b></li> <li style="text-align: center;">¿Qué actividad realizamos hoy?</li> <li style="text-align: center;">¿para qué me servirá lo aprendido?</li> <li style="text-align: center;">¿qué dificultades tuve hoy?</li> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	libre exploraiion		25 M

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Resuelve situaciones motrices</li> <li>- Se expresa atreves de lenguaje corporal</li> <li>- reconocer emociones y estados de ánimo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	Registro auxiliar Lista de cotejos

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

Lara, gisela rabell. 2008. "juegos predeportivos y tradicionales para elevar la participacion de los estudiantes en la clase de educacion fisica en el ipuec 'desembarco del perrit' municipio: antilla." 1-146.











## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 15

#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Jugamos con las emociones

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR:	SEVERINA VALENCIA QUISPE
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE:	WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA:	DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.
NOMBRE DE LA EDA N° 3 : Descubrimos y reconocemos como somos y nos sentimos.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 15/05/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “B”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalmente	Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gestos, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro para comunicar actitudes y reconocer emociones y estados de ánimo que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque Igualdad de Género		VALORES: Respeto a toda forma de vida. ACTITUD: El docente brinda oportunidades para que los estudiantes expresen sus emociones y reconozcan las emociones de los demás que se dan en la práctica de los juegos propuestos.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN



FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Saludo.:</b> muy Buenos días queridos niños y niñas carolininos</li> <li>¿Cómo se siente en clases de educación física?</li> <li>¿cuándo el profesor te alza la voz como se sienten?</li> <li>¿Qué entendemos de las emociones?</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>Las emociones son reacciones afectivas intensas, que suponen un impulso a actuar, una condición psicológica y biológica de respuesta a ciertos estímulos internos o externos al organismo. Con frecuencia las reacciones emocionales se traducen en gestos, actitudes u otras formas de expresión, que sirven como herramienta en la comunicación de nuestro estado emocional al entorno.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Activación fisiológica</b></li> </ul> <p><b>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</b></p>	Descubrimiento guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> por medio de esta sesión los niños puedan reconocer y controlar sus emociones.</p> <p><b>Juego N°1: ESTATUAS EMOCIONALES</b></p> <p>los niños comienzan a moverse libremente por el aula, estirando el cuerpo cuando haga falta, caminando como si patinaran, como si tuvieran frío, como si el suelo pinchara... También pueden saludar con un gesto (el que quieran) a los compañeros que se encuentren. Después tienen que caminar como les apetezca: rápido, lento, de puntillas, agachados... y cuando suene una campana se tienen que quedar como una estatua expresando la emoción que se le diga: 1,2,3 alegre; 1,2,3 cansado; 1,2,3 rabioso; 1,2,3 agradecido. Descongela todas las estatuas.</p> <p><b>Juego N°2: LOS BRUJOS</b></p> <p>Los niños se desplazan en un espacio claramente delimitado (un gimnasio, un patio, una sala...). Dos o tres «brujos» (su número depende de la importancia del grupo) persiguen a los otros jugadores.</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
 ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
 CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>Estos brujos se distinguen por un pañuelo atado en el brazo, o por un dorsal de color. Los jugadores tocados por los brujos son transformados en «estatuas» en el sitio mismo donde han sido tocados. Se quedan de pie, inmóviles y con las piernas separadas. Los jugadores que todavía no han sido tocados pueden liberar a sus compañeros. Para eso, tienen que pasar arrastrándose entre las piernas de las estatuas (por debajo del puente).</p> <p><b>Juego N°3: SOY UN MILITAR</b></p> <p>Le contamos al niño que no más realiza el militar y le preguntamos si han visto o conocen a alguno y nos cuenten cómo son.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Procedemos a jugar imaginándonos que somos militares.</li> </ul>	Libre exploración		
<p><b>FINAL</b>          Vuelta a la calma.          Extensión.          Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p>¿Qué actividad realizamos hoy?          ¿para qué me servirá lo aprendido?          ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	Libre exploración		25 M

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Resuelve situaciones motrices</li> <li>- Se expresa a través de lenguaje corporal</li> <li>- reconocer emociones y estados de ánimo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	Lista de cotejos

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

Lara, Gisela Rabell. 2008. "juegos predeportivos y tradicionales para elevar la participación de los estudiantes en la clase de educación física en el IPUEC 'desembarco del perrito' municipio: Antilla." 1-146.

  
 Docente de Área

  
 Docente de Práctica  
 UNA - PUNO

  
 Docente Practicante  
 Wladimir Príncipe Quiroga  
 Docente Practicante  
 E.P.F. - UNA - PUNO




## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 16

#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Jugamos con las emociones

DRE:	I.E.P.:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 3 : Descubrimos y reconocemos como somos y nos sentimos.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 15/05/2023	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “A”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalmente	Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gestos, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro para comunicar actitudes y reconocer emociones y estados de ánimo que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque Igualdad de Género		VALORES: Respeto a toda forma de vida. ACTITUD: El docente brinda oportunidades para que los estudiantes expresen sus emociones y reconozcan las emociones de los demás que se dan en la práctica de los juegos propuestos.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN



FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Saludo.: muy Buenos días queridos niños y niñas carolinos</b></li> <li>- <b>¿Cómo se siente en clases de educación física?</b></li> <li>- <b>¿cuándo el profesor te alza la voz como se sienten?</b></li> <li>- <b>¿Qué entendemos de las emociones?</b></li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>Las emociones son reacciones afectivas intensas, que suponen un impulso a actuar, una condición psicológica y biológica de respuesta a ciertos estímulos internos o externos al organismo. Con frecuencia las reacciones emocionales se traducen en gestos, actitudes u otras formas de expresión, que sirven como herramienta en la comunicación de nuestro estado emocional al entorno.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Activación fisiológica</b></li> </ul> <p><b>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</b></p>	Descubrimiento guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION: por medio de esta sesión los niños puedan reconocer y controlar sus emociones.</b></p> <p><b>Juego N°1: EL BUS</b></p> <p>Designamos a un niño como chofer y a otro como controlador del bus.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ La sogva va a ser nuestro bus en donde el chofer y el controlador van a estar al frente y al final de esta respectivamente.</li> <li>→ Designamos diferentes paradas para que se vayan subiendo los demás niños con diferentes estados de ánimo o cara, el controlador y el chofer tienen que ir anunciando los nombres de las paradas y los estados de animo o caras que logro observar, y el resto de niños tienen que hacer parar al bus ya sea para quedarse o para subirse mediante las palabras mágicas de parada señor chofer por favor.</li> </ul> <p><b>Juego N°2:</b></p>	Mando directo modificado		45 M
		Libre		



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>Formamos un círculo, para luego proceder con una pelota mediana de caucho, a decir el nombre de un niño y lanzar la pelota donde el niño nombrado</p> <p>→ Después de hacer este ejercicio con todos los niños, les damos la libertad que ellos indistintamente vayan diciendo el nombre y una emoción del niño a donde van a lanzar la pelota.</p> <p><b>Juego N°3: QUIEN SE RIE PRIMERO</b></p> <p>Ponemos música para que el niño este bailando.</p> <p>→ Cuando paramos la música decimos un adjetivo (triste, alegre, etc.), para que entre los niños se hagan la expresión gestual del adjetivo dado, hasta que cualquiera se ría.</p>	exploración		
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p>¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su libertad para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	Libre exploración		25 M

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Resuelve situaciones motrices</li> <li>- Se expresa a través de lenguaje corporal</li> <li>- reconocer emociones y estados de ánimo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	Lista de cotejos

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

Lara, Gisela Rabell. 2008. "juegos predeportivos y tradicionales para elevar la participación de los estudiantes en la clase de educación física en el ipuec 'desembarco del perrit' municipio: antilla." 1-146.

  
Docente de Área

  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Docente Practicante  
Wladimir Pineda Quiroga Oca  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
DIRECTOR



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 17

#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: *Nos motivamos jugando juegos lúdicos para tomar atención en las aulas*

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : <i>Practicamos ejercicios de activación y relajación corporal para el cuidado de nuestra salud</i>		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 17/05/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “C”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Asume una vida saludable Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud</li> <li>Se expresa corporalmente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se orienta y coordina sus movimientos en situaciones lúdicas y regula su equilibrio al variar la base de sustentación y la altura de la superficie de apoyo, afianzando sus habilidades motrices básicas.</li> <li>la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) le ayuda a estar predispuesto a la actividad.</li> </ul>
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque Igualdad de Género		VALORES: Respeto a toda forma de vida. ACTITUD: El docente brinda oportunidades para que los estudiantes expresen sus emociones y reconozcan las emociones de los demás que se dan en la práctica de los juegos propuestos.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Saludo.: muy Buenos días queridos niños y niñas carolininos</b></li> <li><b>¿Qué debo de hacer antes de realizar una actividad?</b></li> <li><b>¿Cómo me motivo?</b></li> <li><b>¿los juegos en que me ayudan?</b></li> <li><b>¿Qué emociones puedo notar cuando juego?</b></li> <li><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></li> </ul> <p>El calentamiento previo a actividades deportivas nos ayudará a prevenir lesiones como desgarros, esguinces y torceduras, también a ampliar los movimientos de las articulaciones y a aumentar la frecuencia cardíaca y respiratoria.</p> <p>¿Por qué es importante la motivación? Lo es porque da el impulso que nos lleva a actuar y a conseguir lo que nos proponemos. Asimismo, desempeña un papel fundamental en la productividad, calidad y rapidez en cualquier área de vida en la que nos encontremos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Activación fisiológica</b></li> </ul> <p><b>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</b></p>	Descubrimiento guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION: por medio de esta sesión los niños puedan reconocer y controlar sus emociones.</b></p> <p><b>Juego N°1: PAYASITOS Y SOLDADITOS</b></p> <p>El docente demostrará a todos los niños y niñas la dinámica para hacer un payasito y un soldadito. Cuando el docente diga número 1, los niños deberán hacer payasitos, cuando diga 2 se harán soldaditos</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>y cuando diga tres deben cambiar de lugar, el niño que se confunda tendrá que pasar al frente a dirigir el juego.</p> <p><b>Juego N°2: HAZ LO QUE YO DIGO Y NO LO QUE YO HAGO</b> Los alumnos en fila o en ronda, escucharán las órdenes del profesor o animador cumpliéndolas sin tener en cuenta lo que hace ya que será para confundirlos. Ejemplo: dice “aplaudir” y él se rasca las orejas; todos tendrán que aplaudir ya que el que se rasque las orejas o haga otro gesto quedará eliminado.</p> <p><b>Juego N°3: SAPITOS SALTARINES</b> Formar 3 grupos con todos los niños. Colocamos en el piso sogas grandes en forma de círculos en diferentes lugares del espacio para el juego, ¡La maestra da la orden de “Sapitos...a la laguna!!!” los niños saltan y ocupan los distintos espacios dentro de los círculos. 4. Realizar varias repeticiones el juego</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> <li style="text-align: center;"><b>METACOGNICIÓN</b></li> <li style="text-align: center;">¿Qué actividad realizamos hoy?</li> <li style="text-align: center;">¿para qué me servirá lo aprendido?</li> <li style="text-align: center;">¿qué dificultades tuve hoy?</li> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su libertad para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25 M</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se orienta y coordina sus movimientos en situaciones lúdicas.</li> <li>- afianzando sus habilidades motrices básicas.</li> <li>- Practica activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

IDAIRA GARCÍA REGALADO NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. “Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil.”

Lilian, Rosa. 2015. “Percepción Espacio-Temporal.”

  
Docente de área

  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Docente Practicante  
Wiltona Priscilla Quiroga Cuel  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO





## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 18

#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: *Nos motivamos jugando juegos lúdicos para tomar atención en las aulas*

DIRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : <i>Practicamos ejercicios de activación y relajación corporal para el cuidado de nuestra salud</i>		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS
FECHA: 17/05/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “C”.	CICLO: IV
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>		
ÁREA	COMPETENCIA	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Asume una vida saludable. Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	<p>Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud</p> <p>Se expresa corporalmente</p> <p>Se orienta y coordina sus movimientos en situaciones lúdicas y regula su equilibrio al variar la base de sustentación y la altura de la superficie de apoyo, afianzando sus habilidades motrices básicas.</p> <p>la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) le ayuda a estar predispuesto a la actividad.</p>
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES
Enfoque Igualdad de Género		<p>VALORES: Respeto a toda forma de vida.</p> <p>ACTITUD: El docente brinda oportunidades para que los estudiantes expresen sus emociones y reconozcan las emociones de los demás que se dan en la práctica de los juegos propuestos.</p>
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>		
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.		

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<p>- <b>Saludo.:</b> muy Buenos días queridos niños y niñas carolininos <b>¿Qué debo de hacer antes de realizar una actividad?</b> <b>¿Cómo me motivo?</b> <b>¿los juegos en que me ayudan?</b> <b>¿Qué emociones puedo notar cuando juego?</b></p> <p><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>El calentamiento previo a actividades deportivas nos ayudará a prevenir lesiones como desgarros, esguinces y torceduras, también a ampliar los movimientos de las articulaciones y a aumentar la frecuencia cardíaca y respiratoria.</p> <p>¿Por qué es importante la motivación? Lo es porque da el impulso que nos lleva a actuar y a conseguir lo que nos proponemos. Asimismo, desempeña un papel fundamental en la productividad, calidad y rapidez en cualquier área de vida en la que nos encontremos.</p> <p>- <b>Activación fisiológica</b> <b>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</b></p>	Descubrimiento guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> <i>por medio de esta sesión los niños puedan reconocer y controlar sus emociones.</i></p> <p><b>Juego N°1: cuando yo me vaya a paris</b></p> <p>Sentados los niños, formando un círculo o una hilera, el primer niño dice "CUANDO YO VAYA A PARÍS VOY A LLEVAR..." por ejemplo dice: una maleta, el segundo dice; "CUANDO YO VAYA A PARÍS YO VOY A LLEVAR UNA MALETA Y UN PANTALÓN, ósea va a decir lo que le antecede y una cosa más, y así sucesivamente, cuando uno de ellos se equivoque, se iniciará nuevamente, hasta terminar la formación.</p> <p><b>Juego N°2: las PRESENTACIONES</b></p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>Este juego puede funcionar como dinámica de "rompe hielo" o como actividad de recuperación. Se encuentran los participantes sentados, de preferencia en círculo. El primer participante dice: "Soy Luis y les quiero presentar a Mario, la persona que se llama Mario, contesta soy Mario, fui presentado por Luis y les quiero presentar a Marta, y ella contesta, soy Marta fui presentada por Mario y él por Luis y les quiero presentar a Raúl, y así sucesivamente. En la parte en que una persona se equivoque o no se acuerde el orden, ahí puede empezar una nueva presentación.</p> <p><b>Juego N°3:</b> <b>HAZ LO QUE YO DIGO Y NO LO QUE YO HAGO</b></p> <p>Los alumnos en fila o en ronda, escucharán las órdenes del profesor o animador cumpliéndolas sin tener en cuenta lo que hace ya que será para confundirlos. Ejemplo: dice "aplaudir" y él se rasca las orejas; todos tendrán que aplaudir ya que el que se rasque las orejas o haga otro gesto quedará eliminado.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> <li style="text-align: center;"><b>METACOGNICIÓN</b></li> <li style="text-align: center;">¿Qué actividad realizamos hoy?</li> <li style="text-align: center;">¿para qué me servirá lo aprendido?</li> <li style="text-align: center;">¿qué dificultades tuvo hoy?</li> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su libreta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25 M</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se orienta y coordina sus movimientos en situaciones lúdicas.</li> <li>- afianzando sus habilidades motrices básicas.</li> <li>- Practica activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Observación directa.</b></li> </ul>	<p>Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

IDAIRA GARCÍA REGALADO NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. "Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil."

Lilian, Rosa. 2015. "Percepción Espacio-Temporal."

  
Docente de área

  
Docente E.P.E.F. - UNA-PUNO

  
Estudiante Practicante  
Walter Pineda Quiroga  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
  
DIRECTOR DE ÁREA



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 19

#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Realizamos ejercicios y juegos de 30 minutos en nuestros tiempos libres

DIRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Practicamos ejercicios de activación y relajación corporal para el cuidado de nuestra salud		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 22/05/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “F”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Asume una vida saludable Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud</li> <li>Se expresa corporalmente</li> </ul>	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 toma como referencia a la OMS sobre la actividad física y la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) le ayuda a estar predispuesto a la actividad.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque Igualdad de Género		VALORES: Responsabilidad en nuestra salud ACTITUD: los estudiantes se desenvuelven de manera autónoma y pone en énfasis la actividad física	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>Darle la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>¿Qué debo de hacer antes de realizar una actividad?</li> <li>¿Qué hacen las personas que trabajan todos los días en sus tiempos libres?</li> <li>¿será bueno mirar televisión más de 3 horas?</li> <li>¿Qué debemos de hacer en nuestros tiempos libres y por qué?</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>la actividad física es cualquier movimiento del cuerpo que hace trabajar los músculos y requiere más energía que el reposo. Caminar, correr, bailar, nadar, hacer yoga y hacer trabajos de jardín son algunos ejemplos de actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Activación fisiológica</li> </ul> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimient o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> por medio de esta sesión los niños puedan aprender ejercicios que puedan practicar en sus tiempos libres y practicar la actividad física</p> <p><b>Juego N°1: CULIPANDEO.</b></p> <p>Se trata de hacer rodar una pelota por el suelo, alrededor del círculo, impulsándola sólo con el culo. Aprender los nombres de una forma divertida y dinámica. Distenderse y cohesionar al grupo. El dinamizador/a invita al grupo a sentarse en un círculo sobre el suelo, se explica el objetivo del juego, que es hacer pasar la pelota por debajo de todos/as, dando la vuelta al círculo, impulsándolas con las nalgas. El facilitador/a empieza pasándose la pelota a la persona que se encuentra a su izquierda o a su derecha, diciendo: “Roberto</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>culipandea”. Roberto la recibe y sigue el movimiento, pasándosela a la persona que se encuentra a su otro lado, con la misma frase. Mientras tanto, el dinamizador/a puede ir introduciendo otras pelotas en ambas direcciones, dando por terminado el juego después de un rato.</p> <p><b>Juego N°2: El rodeo</b> Se escogen cinco estudiantes que representan los cowboys. Cada uno de ellos toma un aro y con este trata de capturar a los potros salvajes personificado por el resto de los compañeros. Cuando la captura los introduce dentro del aro, teniendo cuidado de no golpearlos.</p> <p><b>Juego N°3: la batida</b> Este juego que consiste en que dos personas cojan de los extremos de la sog a para hacerlo girar, mientras el resto, en turnos y ordenadamente, saltan sobre ella. Se acompaña los saltos al ritmo de gritar: "Monja, viuda, soltera y casada, monja, viuda, soltera y casada.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p>¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su libreta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25 M</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se orienta y coordina sus movimientos en situaciones lúdicas.</li> <li>- toma como referencia a la OMS sobre la actividad física y la importancia de la activación corporal y practica</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

IDAIRA GARCÍA REGALADO NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. “Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil.”

Lilian, Rosa. 2015. “Percepción Espacio-Temporal.”

  
Docente de área

  
Docente E.P.E.F. - U.N.A. - PUNO  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wladimir Pineda Quirope Quirope  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - U.N.A. - PUNO

  
  
SUB-DIRECTORA DE  
LA INSTITUCIÓN





## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 20

#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: *Realizamos ejercicios y juegos de 30 minutos en nuestros tiempos libres*

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR:	SEVERINA VALENCIA QUISPE
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE:	WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA:	DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : <i>Practicamos ejercicios de activación y relajación corporal para el cuidado de nuestra salud</i>		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 22/05/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “B”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Asume una vida saludable Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud</li> <li>Se expresa corporalmente</li> </ul>	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 toma como referencia a la OMS sobre la actividad física y la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) le ayuda a estar predispuesto a la actividad.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque Igualdad de Género		VALORES: Responsabilidad en nuestra salud ACTITUD: los estudiantes se desenvuelven de manera autónoma y pone en énfasis la actividad física	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>Darle la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>¿Qué debo de hacer antes de realizar una actividad?</li> <li>¿Qué hacen las personas que trabajan todos los días en sus tiempos libres?</li> <li>¿será bueno mirar televisión más de 3 horas?</li> <li>¿Qué debemos de hacer en nuestros tiempos libres y por qué?</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>la actividad física es cualquier movimiento del cuerpo que hace trabajar los músculos y requiere más energía que el reposo. Caminar, correr, bailar, nadar, hacer yoga y hacer trabajos de jardín son algunos ejemplos de actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Activación fisiológica</li> </ul> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimient o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> <i>por medio de esta sesión los niños puedan aprender ejercicios que puedan practicar en sus tiempos libres y practicar la actividad física</i></p> <p><b>Juego N°1:</b> ¿Quién cambió?: el desarrollo del juego es el siguiente, se hace un corro con los niños, todos sentados; se elige a uno de ellos para que observe donde está cada niño, posteriormente se le tapan los ojos y se le indica a dos niños que cambien sus posiciones entre ellos. El niño que se queda tratará de acertar qué dos niños han cambiado su sitio.</p> <p><b>Juego N°2: CARRERA DE SACOS</b></p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>Carrera de sacos: es un juego bastante popular, los niñ@s situados en una línea y metidos sus pies en un saco, deben salir dando saltos para ver quien es el primero que llega a una meta determinada</p> <p><b>Juego N°3: EL STOP</b></p> <p>Stop: todos los niñ@s se mueven al son de la música. Cuando esta pare deben buscar rápidamente una pareja. El que no encuentre pareja sale del grupo para seguir bailando en el grupo de los que no han encontrado pareja. Se puede repetir el juego.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p>¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hidratación</li> <li>- Lavarse las manos con agua y jabón</li> <li>- Al final dejar su libreta para que jueguen su deporte favorito.</li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25 M</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se orienta y coordina sus movimientos en situaciones lúdicas.</li> <li>- toma como referencia a la OMS sobre la actividad física y la importancia de la activación corporal y practica</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

IDAIRA GARCÍA REGALADO NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. "Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil."

Lilian, Rosa. 2015. "Percepción Espacio-Temporal."

  
Docente de área

  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Docente Practicante  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
SUB DIRECTOR DE PRÁCTICA





## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 21

#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: *Realizamos ejercicios y juegos de 30 minutos en nuestros tiempos libres*

DIRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : <i>Practicamos ejercicios de activación y relajación corporal para el cuidado de nuestra salud</i>		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 22/05/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “A”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Asume una vida saludable Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud</li> <li>Se expresa corporalmente</li> </ul>	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 toma como referencia a la OMS sobre la actividad física y la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) le ayuda a estar predispuesto a la actividad.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque Igualdad de Género		VALORES: respeto ACTITUD: los estudiantes se desenvuelven de manera autónoma y pone en énfasis la actividad física a través del juego	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>Darle la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>¿Qué debo de hacer antes de realizar una actividad?</li> <li>¿Qué hacen las personas que trabajan todos los días en sus tiempos libres?</li> <li>¿será bueno mirar televisión más de 3 horas?</li> <li>¿Qué debemos de hacer en nuestros tiempos libres y por qué?</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>la actividad física es cualquier movimiento del cuerpo que hace trabajar los músculos y requiere más energía que el reposo. Caminar, correr, bailar, nadar, hacer yoga y hacer trabajos de jardín son algunos ejemplos de actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Activación fisiológica</li> </ul> <p><b>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</b></p>	Descubrimiento o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> <i>por medio de esta sesión los niños puedan aprender ejercicios que puedan practicar en sus tiempos libres y practicar la actividad física</i></p> <p><b>Juego N°1: EL RELOJ</b></p> <p>Los jugadores preguntan “Reloj Cucú ¿qué hora es?” y el reloj responde cualquier hora, por ejemplo “Son las tres”. Los chicos caminan ese número de pasos hacia él (en este ejemplo, tres pasos). La secuencia se repite algunas veces hasta que sorpresivamente el que hace de Reloj Cucú responde “¡Es la hora de comer!” y sale a</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>correr a los jugadores. Los que son atrapados se unen al reloj y el ganador es el último que queda sin atrapar.</p> <p><b>Juego N°2: la carrera de hojas</b> Para niños pequeños. Primero se le pide a cada niño que busque una hoja, sin decirle para que será. El juego consiste en que sus hojas competirán en una carrera y para que avancen cada uno soplará la suya.</p> <p><b>Juego N°3: veo veo</b> Con este juego tradicional llevaremos a los niños y a las niñas a discriminar y reconocer las cosas y objetos que están en su entorno... Un niño o niña empieza diciendo: Veo, veo, el grupo le contesta: Qué ves, el niño o niña dice: Una cosita, y los otros le contestan: Con qué letra. El niño o niña debe decir la inicial de lo que está viendo y el resto adivinar. Podemos hacer este juego en tiempos muertos</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p>¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su libertad para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25 M</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se orienta y coordina sus movimientos en situaciones lúdicas.</li> <li>- toma como referencia a la OMS sobre la actividad física y la importancia de la activación corporal y practica</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

IDAIRA GARCÍA REGALADO NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. "Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil."

Lilian, Rosa. 2015. "Percepción Espacio-Temporal."

  
Docente de área

  
Docente E.P.E.F. - UNA - PUNO  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wladimir Práxedes Quirope Cuel  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
SUB DIRECTOR(A)  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 22

#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: *cuido y coordino mis movimientos para practicar mi deporte favorito*

DIRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : <i>Practicamos ejercicios de activación y relajación corporal para el cuidado de nuestra salud</i>		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 24/05/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “C”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Asume una vida saludable Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida 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 Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso para mejorar el funcionamiento de su organismo.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque Igualdad de Género		VALORES: empatía ACTITUD: los estudiantes se desenvuelven de manera autónoma los estudiantes y docente realizan varios elementos de coordinación con un objetivo común.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<p>- Darle la bienvenida a los niños/as (saludo) ¿Cómo puedo nadar? ¿Cuándo estoy nadando que partes de mi cuerpo se mueven? ¿Cuántos movimientos podemos hacer al mismo tiempo? ¿Por qué realizamos movimientos al mismo tiempo?</p> <p><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b> La coordinación se puede definir como la capacidad para realizar eficientemente los movimientos, de manera precisa, rápida y ordenada. Es decir, la coordinación es lo que nos permite mover de forma sincronizada todos los músculos implicados en una acción para realizarla de la manera más adaptada posible.</p> <p>- Activación fisiológica <b>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</b></p>	Descubrimient o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> <i>por medio de esta sesión los niños puedan aprender ejercicios que puedan practicar en sus tiempos libres y practicar la actividad física</i></p> <p><b>Actividad N°1: SPIKING para adelante</b> Consiste en avanzar y pasar por 8 aros hacia adelante pisando en cada aro, importante que acompañen alternen los brazos con los pies. Pasar con un apoyo, luego con dos apoyos y al final con tres apoyos.</p> <p><b>Juego N°2: spiking lateralizado</b> Espiking lateralizado haciendo dos apoyos entrando primero con el pie derecho, siempre los brazos acompañen con los pies</p> <p><b>Juego N°3: entro y salgo</b> Donde tendrá dos apoyos dentro del aro y uno fuera del aro, derecha izquierda</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p><b>Actividad N 4: zamba</b> <b>Adentro del aro un apoyo y uno fuera</b> <b>Actividad N°5:</b> formado en dos columnas los niños competirán. El ejercicio consiste en saltar los cuatro aros. En el primer aro saltar con un solo pie, luego con dos pies y al final con un pie. En seguida habrá 8 conos y platillos donde los platillos estarán al costado de los platillos, los niños</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b> <b>METACOGNICIÓN</b> <b>¿Qué actividad realizamos hoy?</b> <b>¿para qué me servirá lo aprendido?</b> <b>¿qué dificultades tuvo hoy?</b></li> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25 M</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se orienta y coordina sus movimientos en situaciones lúdicas.</li> <li>- coordina sus movimientos en situaciones lúdicas</li> <li>- Incorpora el autocuidado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

<https://youtu.be/D1oxOSWvzGE>

  
Docente de área

  
M. Sc. Dña. Evelyn Almonar Velasquez  
Docente E.P.E.F. - UNA PUNO  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wladimir Martínez Quiroga Costi  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
SUBDIRECTORA DE  
EL CENTRO DE PRACTICA DOCENTE





## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 23

#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: *cuido y coordino mis movimientos para practicar mi deporte favorito*

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR:	SEVERINA VALENCIA QUISPE
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE:	WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA:	DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : <i>Practicamos ejercicios de activación y relajación corporal para el cuidado de nuestra salud</i>		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 24/05/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “C”.	CICLO: IV	
PROPÓSITO DE APRENDIZAJE			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Asume una vida saludable Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	. Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida 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 Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso para mejorar el funcionamiento de su organismo.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque Igualdad de Género		VALORES: perseverancia ACTITUD: los estudiantes y docente realizan varios elementos de coordinacion con un objetivo común.	
RECURSOS DIDACTICOS			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<p>- <b>Darle la bienvenida a los niños/as (saludo)</b> ¿Cómo puedo nadar? ¿Cuándo estoy nadando que partes de mi cuerpo se mueven? ¿Cuántos movimientos podemos hacer al mismo tiempo? ¿Por qué realizamos movimientos al mismo tiempo?</p> <p><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b> La coordinación se puede definir como la capacidad para realizar eficientemente los movimientos, de manera precisa, rápida y ordenada. Es decir, la coordinación es lo que nos permite mover de forma sincronizada todos los músculos implicados en una acción para realizarla de la manera más adaptada posible.</p> <p>- <b>Activación fisiológica</b> <b>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</b></p>	Descubrimiento o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> <i>por medio de esta sesión los niños puedan aprender ejercicios que puedan practicar en sus tiempos libres y practicar la actividad física</i></p> <p><b>Actividad N°1:</b> se pondrá en filas 10 aros a una distancia de 40 cm, el niño tendrá que juntar los pies dentro del aro y uno fuera en la siguiente de la misma forma juntar adentro y uno fuera. Variantes.....</p> <p><b>Actividad N°2:</b> se formará a los niños en parejas frente a frente cada uno parados detrás de sus platillos. El ejercicio consiste en dar un salto para adelante y uno para atrás por encima de los platillos, una vez realizado los dos saltos salir corriendo al lugar de su pareja. Variantes.....</p> <p><b>Actividad N°3:</b> formado en dos columnas los niños competirán.</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano –Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	El ejercicio consiste en saltar los cuatro aros. En el primer aro saltar con un solo pie, luego con dos pies y al final con un pie. En seguida habrá 8 conos y platillos donde los platillos estarán al costado de los conos, los niños una vez terminado el salto tendrán que poner los platillos encima de los conos , una vez terminado regresar en sigsag y saltar por los aros.			
<b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p style="text-align: center;">¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su libertad para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	Libre exploración		25 M

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se orienta y coordina sus movimientos en situaciones lúdicas.</li> <li>- coordina sus movimientos en situaciones lúdicas</li> <li>- Incorpora el autocuidado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	Registro auxiliar Lista de cotejos

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

<https://youtu.be/D1oxOSWvzGE> IDAIRA GARCÍA REGALADO NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. "Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil."

Lilian, Rosa. 2015. "Percepción Espacio-Temporal."

  
 Docente de área

  
 M. Sc. Dany Edwin Morán Torres  
 Docente de Práctica  
 UNA - PUNO

  
 Estudiante Practicante  
 Wilfredo Prieto Quiroga Quiroga  
 DOCENTE PRACTICANTE  
 E.P.E.F. - UNA - PUNO





# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 24

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Conozco mi entorno y me ubico.

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 29/05/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “F”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. Asume una vida saludable.	Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente. 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.	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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Selecciona actividades para la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad, e identifica en sí mismo las variaciones en la frecuencia cardiaca y respiratoria con relación a los diferentes niveles de esfuerzo en la práctica de actividades lúdicas.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: igualdad ACTITUD: El estudiante participa de forma espontánea dando a conocer sus pensamientos y emocional para con todos y todas. El docente promueve la participación en juegos diversos, en igualdad de oportunidades y condiciones a niños y niñas.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
INICIO Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<p>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</p> <p>¿Cómo hace una persona para orientarse y llegar a un lugar que no conoce?</p> <p>¿Cómo nos damos cuenta de los diferentes niveles de esfuerzo al realizar actividad física?</p> <p>¿Cuáles son las prácticas que debemos de tener para garantizar el autocuidado al realizar actividad física?</p> <p><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>los movimientos del cuerpo se dan en un tiempo y en un espacio determinado. El tiempo y el espacio se encuentran también en una relación recíproca con el sonido, el cual juega un papel fundamental dentro de estas dos nociones.</p> <p>el corazón casi siempre late de 60 a 100 veces en un tiempo de 60 segundos mientras hacemos nuestras actividades cotidianas que no estén relacionadas con la actividad física, puesto que cuando esto pasa, los latidos del corazón comienzan a incrementarse. Es por esto que luego de realizar los ejercicios de activación corporal, nuestro corazón al superar los 120 latidos en un tiempo de 60 segundos, nos está diciendo que estamos listos para jugar.</p> <p>comenzarán por conocer el número de latidos del corazón en un tiempo de 60 segundos, antes de iniciar la activación corporal. Para ello deben de colocar de preferencia el dedo índice y medio de la</p>	Descubrimiento guiado		20 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	mano derecha sobre la arteria radial de la mano izquierda que se ubica en la muñeca, tal como se muestra la imagen adjunta. - <b>Activación fisiológica</b> <b>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</b>			
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> <b>Actividad N°1: POLICÍA DE TRÁNSITO</b> Los niños se dividen entre conductores y peatones. El organizador explica que los semáforos se malograron y que él será el policía de tránsito que dirigirá el tráfico. Los vehículos y los peatones empezarán a moverse aleatoriamente y el “policía” cada cierto tiempo tocará un silbato y dará una indicación como: “todos a la izquierda/derecha”, “estacionense” o “avancen”. Cuando diga izquierda o derecha todos deben girar inmediatamente en la dirección indicada, cuando diga estacionense todos los vehículos deberán detenerse y cuando digan avancen todos volverán a circular libremente. <b>Actividad N°2: LOS SOLDADOS</b> Los niños se forman en columnas y el organizador irá adelante tomando el rol de comandante, mientras avanzan el comandante irá dando instrucciones como: “giren a la derecha”, “levanten el brazo izquierdo”, “tomen su oreja izquierda con su brazo derecho”, etc. <b>Actividad N°3: ARQUERO</b> El organizador lanza una pelota al niño al mismo tiempo que le indica a cuál de sus lados la lanza, por ejemplo: “uno, dos, tres, ¡derecha!” , el niño deberá moverse en la dirección indicada y tratar de atrapar la pelota.	Mando directo modificado	 	45 M
<b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión	- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b> <b>METACOGNICIÓN</b> ¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy? - <b>Hidratación</b> - <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b> - <b>Al final dejar dar su libertad para que jueguen su deporte favorito.</b>	Libre exploración		25 M

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
se orienta en el espacio y el tiempo regulando la posición de su cuerpo al trasladarse de un lugar a otro a partir de referencias visuales y/o auditivas, a su vez identifica los diferentes niveles de esfuerzo al jugar.	- Observación directa.	Registro auxiliar Lista de cotejos

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

-Educativa, Implementación, and Para Alumnado. 2014. “Redalyc.NOCIONES ESPACIO-TEMPORALES Y BIMODAL: ANÁLISIS DE UNA IMPLEMENTACIÓN EDUCATIVA PARA ALUMNADO DE 3 AÑOS.”

-<https://www.juegoideas.com/2020/06/18/20-juegos-nociones-espaciales/>

  
Docente de área

  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wladimir Primitivo Quirope Oros  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO





# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 25

#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Conozco mi entorno y me ubico.

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 29/05/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “B”.	CICLO: IV	
PROPÓSITO DE APRENDIZAJE			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. Asume una vida saludable.	Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente. 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.	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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Selecciona actividades para la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad, e identifica en sí mismo las variaciones en la frecuencia cardiaca y respiratoria con relación a los diferentes niveles de esfuerzo en la práctica de actividades lúdicas.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: igualdad ACTITUD: El estudiante participa de forma espontánea dando a conocer sus pensamientos y emocional para con todos y todas. El docente promueve la participación en juegos diversos, en igualdad de oportunidades y condiciones a niños y niñas.	
RECURSOS DIDACTICOS			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
INICIO Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<p>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</p> <p>¿Cómo hace una persona para orientarse y llegar a un lugar que no conoce?</p> <p>¿Cómo nos damos cuenta de los diferentes niveles de esfuerzo al realizar actividad física?</p> <p>¿Cuáles son las prácticas que debemos de tener para garantizar el autocuidado al realizar actividad física?</p> <p><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>los movimientos del cuerpo se dan en un tiempo y en un espacio determinado. El tiempo y el espacio se encuentran también en una relación recíproca con el sonido, el cual juega un papel fundamental dentro de estas dos nociones.</p> <p>el corazón casi siempre late de 60 a 100 veces en un tiempo de 60 segundos mientras hacemos nuestras actividades cotidianas que no estén relacionadas con la actividad física, puesto que cuando esto pasa, los latidos del corazón comienzan a incrementarse. Es por esto que luego de realizar los ejercicios de activación corporal, nuestro corazón al superar los 120 latidos en un tiempo de 60 segundos, nos está diciendo que estamos listos para jugar.</p> <p>comenzarán por conocer el número de latidos del corazón en un tiempo de 60 segundos, antes de iniciar la activación corporal. Para ello deben de colocar de preferencia el dedo índice y medio de la mano derecha sobre la arteria radial de la mano izquierda que se ubica en la muñeca, tal como se muestra la imagen adjunta.</p> <p>- Activación fisiológica</p> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimiento o guiado		20 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



<p><b>PROCESO</b></p> <p>Desarrollo de las actividades</p>	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b></p> <p><b>Actividad N°1: INTERAMBIO MI LUGAR</b></p> <p>Las 4 esquinas: Hacemos 4 equipos de manera que cada uno se coloca en un cono (los cuales están haciendo cuadrado). El profesor les explicará que un pitido de silbato significa derecha y 2 silbidos izquierda hacemos la prueba en el lugar los alumnos deberán gritar según las veces que haga sonar el silbato el profesor derecha o izquierda, luego al oír el silbato todos los miembros del mismo equipo deben desplazarse hasta un cono. en que no se puede ir sólo, sino que todo el equipo debe funcionar conjuntamente y si se rompe pierden.</p> <p><b>Actividad N°2: PASAR Y RECIBIR EL BALÓN</b></p> <p>Formaremos diferentes grupos donde sus componentes de pasarán la pelota de diferentes formas, cada vez una diferente: alta y rápida, baja y lenta, haciendo un giro después des lanzamiento... (mediante este ejercicio trabajamos la dimensiones temporales y espaciales)</p> <p>- Carreras: Correr y andar con cambios de velocidad, hacerse un auto pase y correr detrás del balón</p> <p><b>Actividad N°3 : FUTBOL INDIVIDUAL</b></p> <p>A lo largo de toda el área grande, colocaremos una portería para cada jugador de un tamaño reducido y formada por conos. El entrenador lanza la pelota al aire y comienza el juego. Cada jugador trata de conseguir gol en alguna de las porterías y a su vez defender la suya. Ganará quien consiga más goles</p>	<p>Mando directo modificado</p>	  	<p>45 M</p>
<p><b>FINAL</b></p> <p>Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p>¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25 M</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<p>se orienta en el espacio y el tiempo regulando la posición de su cuerpo al trasladarse de un lugar a otro a partir de referencias visuales y/o auditivas, a su vez identifica los diferentes niveles de esfuerzo al jugar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

Educativa, Implementación, and Para Alumnado. 2014. "Redalyc.NOCIONES ESPACIO-TEMPORALES Y BIMODAL: ANÁLISIS DE UNA IMPLEMENTACIÓN EDUCATIVA PARA ALUMNADO DE 3 AÑOS."  
IDAIRA GARCÍA REGALADO NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. "Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil."

  
Docente de área

  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wendy Patricia Quijpe Cost  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
  
DIRECTOR



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 26

#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Conozco mi entorno y me ubico.

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 29/05/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “A”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. Asume una vida saludable.	Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente. 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.	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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Selecciona actividades para la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad, e identifica en sí mismo las variaciones en la frecuencia cardiaca y respiratoria con relación a los diferentes niveles de esfuerzo en la práctica de actividades lúdicas.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: igualdad ACTITUD: El estudiante participa de forma espontánea dando a conocer sus pensamientos y emocional para con todos y todas. El docente promueve la participación en juegos diversos, en igualdad de oportunidades y condiciones a niños y niñas.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN



FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<p>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</p> <p>¿Cómo hace una persona para orientarse y llegar a un lugar que no conoce?</p> <p>¿Cómo nos damos cuenta de los diferentes niveles de esfuerzo al realizar actividad física?</p> <p>¿Cuáles son las prácticas que debemos de tener para garantizar el autocuidado al realizar actividad física?</p> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>los movimientos del cuerpo se dan en un tiempo y en un espacio determinado. El tiempo y el espacio se encuentran también en una relación recíproca con el sonido, el cual juega un papel fundamental dentro de estas dos nociones.</p> <p>el corazón casi siempre late de 60 a 100 veces en un tiempo de 60 segundos mientras hacemos nuestras actividades cotidianas que no estén relacionadas con la actividad física, puesto que cuando esto pasa, los latidos del corazón comienzan a incrementarse. Es por esto que luego de realizar los ejercicios de activación corporal, nuestro corazón al superar los 120 latidos en un tiempo de 60 segundos, nos está diciendo que estamos listos para jugar.</p> <p>comenzarán por conocer el número de latidos del corazón en un tiempo de 60 segundos, antes de iniciar la activación corporal. Para ello deben de colocar de preferencia el dedo índice y medio de la mano derecha sobre la arteria radial de la mano izquierda que se ubica en la muñeca, tal como se muestra la imagen adjunta.</p> <p>- <b>Activación fisiológica</b></p> <p><b>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</b></p>	Descubrimiento guiado		20 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



<p><b>PROCESO</b></p> <p>Desarrollo de las actividades</p>	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b></p> <p><b>Actividad N°1: ENCESTA Y GANA</b></p> <p>Para jugar a este juego, preparamos dos cajas de igual tamaño y le hacemos un agujero a cada una. Haremos dos grupos y cada niño o niña tendrá que tirar pelotas hacia el agujero. Pasado un determinado tiempo contamos las pelotas de ambos grupos. El equipo que haya enceestado más pelotas dentro de la caja gana.</p> <p><b>Actividad N°2: EL REVELO MOVIL</b></p> <p>Grupos de cinco, colocados en fila y separados por cierta distancia. El último de la fila tiene balón. A la señal irá botando en zig-zag entre sus compañeros hasta colocarse el primero. Una vez aquí dará un pase al último para que realice la misma operación. Y así hasta que lleguemos a la meta señalada.</p> <p><b>Actividad N°3: UN CAOS</b></p> <p>Todos se colocan en fila en la línea de tiros libres. Solamente los dos primeros tienen balón. El juego consiste en encestar lo más rápido posible, porque si consigue canasta antes el jugador que va detrás elimina a su compañero. Cuando se consigue canasta pasa el balón al siguiente y se coloca de nuevo en la fila. Gana el jugador que quede hasta el final.</p>	<p>Mando directo modificado</p>		<p>45 M</p>
<p><b>FINAL</b></p> <p>Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p style="text-align: center;">¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su libertad para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<p>se orienta en el espacio y el tiempo regulando la posición de su cuerpo al trasladarse de un lugar a otro a partir de referencias visuales y/o auditivas, a su vez identifica los diferentes niveles de esfuerzo al jugar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

Educativa, Implementación, and Para Alumnado. 2014. "Redalyc.NOCIONES ESPACIO-TEMPORALES Y BIMODAL: ANÁLISIS DE UNA IMPLEMENTACIÓN EDUCATIVA PARA ALUMNADO DE 3 AÑOS."  
Indiaka, L. A. Tula, A. L. Quemar, E. L. Pa, Camino Loco, L. A. Tula, and Duque Romero. n.d. "Fichero de Juegos de Educación Física.

  
Docente de Área

  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wladimir Primito Quirope Cost  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO






## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 27



#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Conozco mi entorno y me ubico.

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 31/05/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “C”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. Asume una vida saludable.	Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente. 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.	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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Selecciona actividades para la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad, e identifica en sí mismo las variaciones en la frecuencia cardiaca y respiratoria con relación a los diferentes niveles de esfuerzo en la práctica de actividades lúdicas.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: EMPATIA ACTITUD: El estudiante participa de forma espontánea dando a conocer sus pensamientos y emocional para con todos y todas. El docente promueve la participación en juegos diversos, en igualdad de oportunidades y condiciones a niños y niñas.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>¿Cómo hace una persona para orientarse y llegar a un lugar que no conoce?</li> <li>¿Cómo nos damos cuenta de los diferentes niveles de esfuerzo al realizar actividad física?</li> <li>¿Cuáles son las prácticas que debemos de tener para garantizar el autocuidado al realizar actividad física?</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>los movimientos del cuerpo se dan en un tiempo y en un espacio determinado. El tiempo y el espacio se encuentran también en una relación recíproca con el sonido, el cual juega un papel fundamental dentro de estas dos nociones.</p> <p>el corazón casi siempre late de 60 a 100 veces en un tiempo de 60 segundos mientras hacemos nuestras actividades cotidianas que no estén relacionadas con la actividad física, puesto que cuando esto pasa, los latidos del corazón comienzan a incrementarse. Es por esto que luego de realizar los ejercicios de activación corporal, nuestro corazón al superar los 120 latidos en un tiempo de 60 segundos, nos está diciendo que estamos listos para jugar.</p> <p>comenzarán por conocer el número de latidos del corazón en un tiempo de 60 segundos, antes de iniciar la activación corporal. Para ello deben de colocar de preferencia el dedo índice y medio de la mano derecha sobre la arteria radial de la mano izquierda que se ubica en la muñeca, tal como se muestra la imagen adjunta.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> </ul> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimiento guiado		20 M



<p><b>PROCESO</b></p> <p>Desarrollo de las actividades</p>	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b></p> <p><b>Actividad N°1: Las 4 esquinas</b> Dividiendo la clase en dos, cada parte se colocará en una de las mitades del campo con sus aros correspondientes, una persona se colocará en medio sin aro, la música comenzará a sonar y todos se moverán por el espacio, en el momento en que se corte la música todos deberán correr hacia un aro (uno por cada aro), el que se la quedaba deberá conseguir meterse en un aro antes de que todos estén ocupados. Se irán quitando más aros conforme avance el juego.</p> <p><b>Actividad N°2: La red</b> Un alumno se la queda en medio, mientras que el resto de la clase se colocará en un lado de la pista polideportiva, una vez que estén todos colocados el que se la queda dice: “¡1, 2, 3, echo la red!”, de esta forma los alumnos saldrán corriendo hacia el otro lado de la pista intentando no ser pillados. Una vez pillados se van uniendo al que se la quedaba al principio.</p> <p><b>Actividad N°3: EL PAÑUELO</b> Se harán cuatro grupos, para que los alumnos puedan estar más activos durante el juego, para dividirlos se podrán en fila, se numerarán del 1 al 4, cada grupo será un número, que se enfrentará al siguiente ( grupo 1 al grupo 2 y 3 al 4). De esta manera el profesor se pondrá en medio (es más adecuado que un alumno sea el que sujete los pañuelos para que el maestro pueda estar atento de las dificultades que puedan surgir durante el juego) y dirá un número y tienen que salir los alumnos que posean ese número y coger el pañuelo antes que el otro. En este juego se podrán hacer algunas variantes: 1. Se correrá de forma normal hacia el pañuelo. 2. Se correrá a pata coja 3. A 4 patas 4. Los alumnos se situaran de espaldas al pañuelo.</p>	<p>Mando directo modificado</p>		<p>45 M</p>
<p><b>FINAL</b></p> <p>Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p>¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>26</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<p>-se orienta en el espacio y el tiempo regulando la posición de su cuerpo al trasladarse de un lugar a otro a partir de referencias visuales y/o auditivas. -identifica los diferentes niveles de esfuerzo al jugar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

Educativa, Implementación, and Para Alumnado. 2014. “Redalyc.NOCIONES ESPACIO-TEMPORALES Y BIMODAL: ANÁLISIS DE UNA IMPLEMENTACIÓN EDUCATIVA PARA ALUMNADO DE 3 AÑOS.”  
IDAIRA GARCÍA REGALADO NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. “Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil.”

\_\_\_\_\_  
Docente de área

\_\_\_\_\_  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

\_\_\_\_\_  
estudiante Practicante




## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

### SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 28

#### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Conozco mi entorno y me ubico.

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 31/05/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “ D”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. Asume una vida saludable.	Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente. 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.	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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Selecciona actividades para la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad, e identifica en sí mismo las variaciones en la frecuencia cardiaca y respiratoria con relación a los diferentes niveles de esfuerzo en la práctica de actividades lúdicas.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: Tolerancia ACTITUD: El estudiante participa de forma espontánea dando a conocer sus pensamientos y emocional para con todos y todas. El docente promueve la participación en juegos diversos, en igualdad de oportunidades y condiciones a niños y niñas.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

#### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN



FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<p>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</p> <p>¿Cómo hace una persona para orientarse y llegar a un lugar que no conoce?</p> <p>¿Cómo nos damos cuenta de los diferentes niveles de esfuerzo al realizar actividad física?</p> <p>¿Cuáles son las prácticas que debemos de tener para garantizar el autocuidado al realizar actividad física?</p> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>los movimientos del cuerpo se dan en un tiempo y en un espacio determinado. El tiempo y el espacio se encuentran también en una relación recíproca con el sonido, el cual juega un papel fundamental dentro de estas dos nociones.</p> <p>el corazón casi siempre late de 60 a 100 veces en un tiempo de 60 segundos mientras hacemos nuestras actividades cotidianas que no estén relacionadas con la actividad física, puesto que cuando esto pasa, los latidos del corazón comienzan a incrementarse. Es por esto que luego de realizar los ejercicios de activación corporal, nuestro corazón al superar los 120 latidos en un tiempo de 60 segundos, nos está diciendo que estamos listos para jugar.</p> <p>comenzarán por conocer el número de latidos del corazón en un tiempo de 60 segundos, antes de iniciar la activación corporal. Para ello deben de colocar de preferencia el dedo índice y medio de la mano derecha sobre la arteria radial de la mano izquierda que se ubica en la muñeca, tal como se muestra la imagen adjunta.</p> <p>- Activación fisiológica</p> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimiento guiado		20 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



<p><b>PROCESO</b></p> <p>Desarrollo de las actividades</p>	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b></p> <p><b>Actividad N°1: LA ESTATUA</b> Correr por el patio libremente y cuando el profesor de la señal pararse encima de una línea cualquiera del polideportivo y sin perder el equilibrio; inclinarse hacia adelante; inclinarse atrás; apoyar el peso del cuerpo sobre una pierna; luego sobre la otra; (mover la otra adelante, atrás, hacia un lado, etc). Repetimos cambiando de pierna.</p> <p><b>Actividad N°2: QUITAPAÑUELOS</b> Todos los alumnos sentados. Se les reparte un pañuelo a cada uno. Se colocan el pañuelo atado con un solo nudo sencillo encima de su rodilla izquierda. – Se juega en un terreno de aproximadamente 20 x 20 metros. – A la señal los alumnos comienzan a correr intentando quitar el pañuelo a los demás y evitando que no se le quiten. – Al que le quiten el pañuelo, se sienta y se ata el pañuelo en el codo izquierdo (más difícil), pudiendo reintegrarse en el juego. – Sólo se puede robar el pañuelo con la mano izquierda.</p> <p><b>Actividad N°3: La caza del zorro</b> Cada alumno introducirá un extremo de su pañuelo, o similar, entre el elástico de su pantalón. A la señal, todos corren intentando quitar (cazar) el mayor número de pañuelos (zorros). Los que se quedan sin pañuelo tienen que intentar recuperar uno.</p>	<p>Mando directo modificado</p>		<p>45 M</p>
<p><b>FINAL</b></p> <p>Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p>¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su libertad para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>27</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<p>-se orienta en el espacio y el tiempo regulando la posición de su cuerpo al trasladarse de un lugar a otro a partir de referencias visuales y/o auditivas. -identifica los diferentes niveles de esfuerzo al jugar.</p>	<p>- Observación directa.</p>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

- Educativa, Implementación, and Para Alumnado. 2014. "Redalyc.NOCIONES ESPACIO-TEMPORALES Y BIMODAL: ANÁLISIS DE UNA IMPLEMENTACIÓN EDUCATIVA PARA ALUMNADO DE 3 AÑOS."
- (Lilian 2015)IDAIRA GARCÍA REGALADO NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. "Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil."

  
Docente de área

  
M. Sc. Dña. Estelita Marmar Velasquez  
DOCENTE E.P.E.F. - UNA-PUNO  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wladimir Martínez Quiroga Coati  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO





# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 29

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Conozco mi entorno y me ubico.

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO		
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 31/05/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “E”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. Asume una vida saludable.	Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente. 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.	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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Selecciona actividades para la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad, e identifica en sí mismo las variaciones en la frecuencia cardíaca y respiratoria con relación a los diferentes niveles de esfuerzo en la práctica de actividades lúdicas.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: libertad ACTITUD: El estudiante participa de forma espontánea dando a conocer sus pensamientos y emocional para con todos y todas. El docente promueve la participación en juegos diversos, en igualdad de oportunidades y condiciones a niños y niñas.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<p>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</p> <p>¿Cómo hace una persona para orientarse y llegar a un lugar que no conoce?</p> <p>¿Cómo nos damos cuenta de los diferentes niveles de esfuerzo al realizar actividad física?</p> <p>¿Cuáles son las prácticas que debemos de tener para garantizar el autocuidado al realizar actividad física?</p> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>los movimientos del cuerpo se dan en un tiempo y en un espacio determinado. El tiempo y el espacio se encuentran también en una relación recíproca con el sonido, el cual juega un papel fundamental dentro de estas dos nociones.</p> <p>el corazón casi siempre late de 60 a 100 veces en un tiempo de 60 segundos mientras hacemos nuestras actividades cotidianas que no estén relacionadas con la actividad física, puesto que cuando esto pasa, los latidos del corazón comienzan a incrementarse. Es por esto que luego de realizar los ejercicios de activación corporal, nuestro corazón al superar los 120 latidos en un tiempo de 60 segundos, nos está diciendo que estamos listos para jugar.</p> <p>comenzarán por conocer el número de latidos del corazón en un tiempo de 60 segundos, antes de iniciar la activación corporal. Para ello deben de colocar de preferencia el dedo índice y medio de la mano derecha sobre la arteria radial de la mano izquierda que se ubica en la muñeca, tal como se muestra la imagen adjunta.</p> <p>- Activación fisiológica</p> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimiento o guiado		20 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



<p><b>PROCESO</b></p> <p>Desarrollo de las actividades</p>	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b></p> <p><b>Actividad N°1: YO ME UBICO EN MI ESPACIO</b> Explica a los estudiantes que se deben ubicar en columnas y dentro de cada aro.  <ul style="list-style-type: none"> <li>Diles que irás mencionando direcciones: derecha, izquierda, adelante, atrás y ellos deberán desplazarse a los aros que están ubicados a su alrededor.</li> <li>Luego de realizar varias repeticiones y cuando observes que los niños/as lograron afianzar el trabajo, realizarás las siguientes preguntas: “¿En qué fila está Juan? ¿En qué fila está Sandra?”. Así sucesivamente vas preguntando a toda la clase.</li> <li>Con relación a la ubicación de David, los estudiantes responderán las siguientes preguntas: “A su derecha tiene a...”, “a su izquierda está...”, “delante de él está...” y “detrás de él está...”. Luego toma otros nombres como referencia para repetir las mismas preguntas.</li> <li>Pide a los estudiantes que propongan de qué manera pueden realizar la actividad para no chocarse con los compañeros al momento de desplazarse de aro a aro. Por ejemplo, pueden salir propuestas como esperar que mi compañero que está en un aro, salga primero antes de entrar a otro, o avisarle al compañero que debe moverse, entre otros. Es importante que resaltes las propuestas positivas que surgen de los estudiantes, que sean puestas en práctica y compartidas con los demás niños y niñas.</li> </ul> <p><b>Actividad N°2: REGRESEN A SU CASA</b> Junto a los estudiantes deben distribuir los aros formando un círculo dentro del espacio de trabajo.  <ul style="list-style-type: none"> <li>Ubica a los estudiantes dentro de cada aro, menos a uno que se ubicará en el centro del círculo.</li> <li>A tu señal todos los niños y niñas cambiarán de aro, corriendo por su lado derecho, es este momento donde aprovechará el niño/a del centro para lograr ocupar un aro. Si el estudiante consigue ingresar al aro ocupará una casa y el que se quedó sin aro, pasará a ocupar el centro, para repetir la misma acción.</li> <li>Pregunta a los estudiantes con qué otras direcciones pueden jugar (izquierda, adelante, otros).</li> <li>Pon en práctica la propuesta de los estudiantes y observa lo que sucede. Después de unos minutos de práctica reflexiona con los estudiantes si les fue fácil orientarse para el lado que corrían. Promueve el diálogo para que todos y todas participen manifestando su experiencia.</li> </ul> </p> </p>	<p>Mando directo modificado</p>		<p>45 M</p>
<p><b>FINAL</b></p> <p>Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p><b>METACOGNIÓN</b></p> <p>¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>28</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
-se orienta en el espacio y el tiempo regulando la posición de su cuerpo al trasladarse de un lugar a otro a partir de referencias visuales y/o auditivas. -identifica los diferentes niveles de esfuerzo al jugar.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	Registro auxiliar Lista de cotejos

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

- Educativa, Implementación, and Para Alumnado. 2014. “Redalyc.NOCIONES ESPACIO-TEMPORALES Y BIMODAL: ANÁLISIS DE UNA IMPLEMENTACIÓN EDUCATIVA PARA ALUMNADO DE 3 AÑOS.”
- <http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/unidades-primaria/segundo-grado/edufisica2-3rogrado.pdf>

  
Docente de área

  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wladimir Práxedes Quirope Cusi  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO





# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 30

I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Realizamos juegos de orientación espacial

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR:	SEVERINA VALENCIA QUISPE
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE:	WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA:	DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 05/06/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “F”.	CICLO: IV	
PROPÓSITO DE APRENDIZAJE			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo. 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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: compañerismo ACTITUD: El estudiante participa de forma espontánea dando a conocer sus pensamientos y emocional para con todos y todas. El docente promueve la participación en juegos diversos, en igualdad de oportunidades y condiciones a niños y niñas.	
RECURSOS DIDACTICOS			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>¿dónde nos encontramos nosotros?</li> <li>¿es importante orientarse?</li> <li>¿será necesario respetar el espacio de un compañero?</li> <li>¿ qué cosas nos rodea aquí en la institución’</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>La orientación espacial se fundamenta en un acondicionamiento del cuerpo en el espacio, tomando en cuenta la influencia del medio que le rodea</p> <p><b>“En el desarrollo de la orientación espacial es importante respetar el proceso del concepto de espacio, primero considerar el propio cuerpo, luego el objeto específico y finalmente el espacio gráfico.”</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> </ul> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimiento o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b></p> <p><b>Actividad N°1: LAS 5 ESQUINAS</b></p> <p>Hacemos 5 equipos de manera que cada uno se coloca en un cono (los cuales están haciendo un cuadrado) y el equipo que sobra se coloca en medio. Al oír el silbato todos los miembros del mismo equipo deben desplazarse hasta un cono. Quien se queda sin cono es el que pierde y se coloca en medio. Insisto en que no se puede ir sólo, sino que todo el equipo debe funcionar conjuntamente y si se rompe pierden.</p> <p><b>Actividad N°2: TODO AL REVÉS</b></p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>Como activación jugamos a este juego que me inventé. Es similar a Simón dice, pero... haciendo lo contrario. Ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En el mundo del revés todos se colocan fuera de las porterías (todos deben meterse dentro)</li> <li>- En el mundo del revés todos corren hacia delante (todos lo hacen hacia detrás)</li> <li>- En el mundo del revés todos tocan el color blanco (todos van a tocar algo de color negro)</li> </ul> <p><b>Actividad N°3: COME COCOS</b> Todos deben desplazarse por las líneas del suelo y dos personas serán quienes la paguen. No se puede correr, sólo andar. Cuando se pilla a uno se le pasará el peto que lleva el que la paga para que se le distinga de los demás. Cada vez se va introduciendo algún niño más que la paga de manera que el juego aumenta en intensidad.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>METACOGNICIÓN</b> ¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<p>-Se orienta en un espacio y tiempo determinado</p> <p>-Se relación a sí mismo con los objetos y sus compañeros,</p> <p>-coordina sus movimientos en situaciones lúdicas</p> <p>-afianzando sus habilidades motrices básicas.</p> <p>-Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar</p> <p>Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

- Hostos, Eugenio María D. E., Luis David, and Encarnación Reyes. 2021. "INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN DOCENTE."
- Lilian, Rosa. 2015. "Percepción Espacio-Temporal."
- <https://www.efdeportes.com/efd163/unidad-didactica-orientacion-espacial.htm>

  
\_\_\_\_\_  
Docente de área

  
\_\_\_\_\_  
M. Sc. Dña. Estefanía Almonar Velásquez  
DOCENTE E.P.E.F. - UNA PUNO  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
\_\_\_\_\_  
Estudiante Practicante  
Wladimir Martínez Quiroga Cost  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
\_\_\_\_\_  
SUB DIRECTORA  
EL 2022/04/20/14:06:17



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 31

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Realizamos juegos de orientación espacial

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ	
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 05/06/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “B”.	CICLO: IV	
PROPÓSITO DE APRENDIZAJE			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo. 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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: compromiso ACTITUD: El estudiante participa de forma espontánea dando a conocer sus pensamientos y emocional para con todos y todas. El docente promueve la participación en juegos diversos, en igualdad de oportunidades y condiciones a niños y niñas.	
RECURSOS DIDACTICOS			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>¿dónde nos encontramos nosotros?</li> <li>¿es importante orientarse?</li> <li>¿será necesario respetar el espacio de un compañero?</li> <li>¿ qué cosas nos rodea aquí en la institución’</li> </ul> <p><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>La orientación espacial se fundamenta en un acondicionamiento del cuerpo en el espacio, tomando en cuenta la influencia del medio que le rodea</p> <p><i>“En el desarrollo de la orientación espacial es importante respetar el proceso del concepto de espacio, primero considerar el propio cuerpo, luego el objeto específico y finalmente el espacio gráfico.”</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> <li>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</li> </ul>	Descubrimiento o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b></p> <p><b>Actividad N°1: UNO ATRÁS UNO ADELANTE</b></p> <p>Formamos al estudiante en cuatro columnas, donde ellos avanzarán a través de los aros que lo tendrán como base, con la dificultad de ir con los ojos cubiertos guiándose por la voz de otros compañeros del equipo.</p> <p><b>Actividad N°2: EL PISTOLERO LOCO</b></p> <p>Este juego se realiza con todo el niño donde se formará un grande círculo, un niño con los ojos vendados estará en el medio y señalará a uno que esta alrededor del círculo, luego los demás compañeros</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>tendrán que decir otro nombre del compañero del costado ya sea de la derecha o izquierda.</p> <p><b>Actividad N°3: TODO AL REVÉS</b></p> <p>Como activación jugamos a este juego que me inventé. Es similar a Simón dice, pero... haciendo lo contrario. Ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En el mundo del revés todos se colocan fuera de las porterías (todos deben meterse dentro)</li> <li>- En el mundo del revés todos corren hacia delante (todos lo hacen hacia detrás)</li> <li>- En el mundo del revés todos tocan el color blanco (todos van a tocar algo de color negro)</li> </ul>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p>¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su libreta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<p>-Se orienta en un espacio y tiempo determinado</p> <p>-Se relación a sí mismo con los objetos y sus compañeros,</p> <p>-coordina sus movimientos en situaciones lúdicas</p> <p>-afianzando sus habilidades motrices básicas.</p> <p>-Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</p>	<p>- Observación directa.</p>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

- Hostos, Eugenio María D. E., Luis David, and Encarnación Reyes. 2021. "INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN DOCENTE."
- Lilian, Rosa. 2015. "Percepción Espacio-Temporal."
- <https://www.efdeportes.com/efd163/unidad-didactica-orientacion-espacial.htm>
- <https://youtu.be/yIcAqmhsaj4>

  
\_\_\_\_\_  
Docente de Área

  
\_\_\_\_\_  
A. S. D. D. Eduin Almonar Velásquez  
DOCENTE E.P.E.F. - UNA-PUNO  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
\_\_\_\_\_  
Estudiante Practicante  
Wladimir Primito Quirope Cost  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA-PUNO





# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 32

I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Realizamos juegos de orientación espacial

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS
FECHA: 05/06/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “A”.	CICLO: IV



### PROPÓSITO DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo. 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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: orden ACTITUD: El estudiante participa de forma espontánea dando a conocer sus pensamientos y emocional para con todos y todas. El docente promueve la participación en juegos diversos, en igualdad de oportunidades y condiciones a niños y niñas.	

### RECURSOS DIDACTICOS

Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.

II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>¿dónde nos encontramos nosotros?</li> <li>¿es importante orientarse?</li> <li>¿será necesario respetar el espacio de un compañero?</li> <li>¿ qué cosas nos rodea aquí en la institución’</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>La orientación espacial se fundamenta en un acondicionamiento del cuerpo en el espacio, tomando en cuenta la influencia del medio que le rodea  <b>“En el desarrollo de la orientación espacial es importante respetar el proceso del concepto de espacio, primero considerar el propio cuerpo, luego el objeto específico y finalmente el espacio gráfico.”</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> <li>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</li> </ul>	Descubrimiento o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b></p> <p><b>Actividad N°1: ME ORIENTO AL VOZ DEL CAPITAN</b></p> <p>Se tendrá que formar a los niños en dos filas extremo a extremo y una fila al medio. Luego los que están ubicados en el medio tendrán que escuchar la voz del capital y ejecutarlo lo que dice, si dice:</p> <p>Todos pasar por debajo          Todos dar la vuelta por la derecha          Todos dar la vuelta por la izquierda          Todos pasar encima</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p><b>Actividad N°2: FORMO FIGURAS CON MI GRUPO</b> Primeramente, se formará a los niños en grupos grandes. Donde el profesor dirá formación vertical, un grupo de niños tendrán que realizar la formación vertical Luego las siguientes formaciones: Formación vertical Formación horizontal Formación diagonal Formación círculo interno, externo Formación cuadrante Formación media luna</p> <p><b>Actividad N°3: TODO AL REVÉS</b> Como activación jugamos a este juego que me inventé. Es similar a Simón dice, pero... haciendo lo contrario. Ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En el mundo del revés todos se colocan fuera de las porterías (todos deben meterse dentro)</li> <li>- En el mundo del revés todos corren hacia delante (todos lo hacen hacia detrás)</li> <li>- En el mundo del revés todos tocan el color blanco (todos van a tocar algo de color negro)</li> </ul>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b> ¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<p>-Se orienta en un espacio y tiempo determinado -Se relación a sí mismo con los objetos y sus compañeros, -coordina sus movimientos en situaciones lúdicas -afianzando sus habilidades motrices básicas. -Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

- Hostos, Eugenio María D. E., Luis David, and Encarnación Reyes. 2021. "INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN DOCENTE."
- Lilian, Rosa. 2015. "Percepción Espacio-Temporal."
- <https://www.efdeportes.com/efd163/unidad-didactica-orientacion-espacial.htm>
- <https://youtu.be/gFJkp-Amv-c>

  
Docente de área

  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wladimir Martínez Quiroga Cortés  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
SUBDIRECTORA



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 33

I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Realizamos juegos de orientación espacial

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS
FECHA: 05/06/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “C”.	CICLO: IV



### PROPÓSITO DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo. 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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: INTERIORIDAD ACTITUD: El estudiante participa de forma espontánea dando a conocer sus pensamientos y emocional para con todos y todas. El docente promueve la participación en juegos diversos, en igualdad de oportunidades y condiciones a niños y niñas.	

### RECURSOS DIDACTICOS

Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.

## II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>¿dónde nos encontramos nosotros?</li> <li>¿es importante orientarse?</li> <li>¿será necesario respetar el espacio de un compañero?</li> <li>¿ qué cosas nos rodea aquí en la institución’</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>La orientación espacial se fundamenta en un acondicionamiento del cuerpo en el espacio, tomando en cuenta la influencia del medio que le rodea  <b>“En el desarrollo de la orientación espacial es importante respetar el proceso del concepto de espacio, primero considerar el propio cuerpo, luego el objeto específico y finalmente el espacio gráfico.”</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> <li>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</li> </ul>	Descubrimiento o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b>  <b>Actividad N°1: TODO AL REVÉS</b>            Como activación jugamos a este juego que me inventé. Es similar a Simón dice, pero... haciendo lo contrario. Ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En el mundo del revés todos se colocan fuera de las porterías (todos deben meterse dentro)</li> <li>- En el mundo del revés todos corren hacia delante (todos lo hacen hacia detrás)</li> </ul>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano –Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En el mundo del revés todos tocan el color blanco (todos van a tocar algo de color negro)</li> </ul> <p><b>Actividad N°2: CAMINO CERCA Y LEJOS</b> Se formará a los niños en cuatro grupos seguidamente se tendrán que orientarse con los objetos de lejos y cerca. Habrá varios obstáculos en el camino. A la voz del ordenador tendrán que salir corriendo si el ordenador dice cerca el participante tendrá que recoger un objeto que está cerca o lejos y regresar a su lugar, así sucesivamente almacenaran todo los objetos una vez terminado tendrán que poner en el mismo lugar.</p> <p><b>Actividad N°3: SIMON DICE</b> Se formará a los niños en cuatro grupos y saldrán a pasar por los obstáculos aros y conos Simón dice ala derecha. tendrán que saltar a la derecha Simón dice a la izquierda Simón dice hacia atrás Simón dice adelanté Simón dice diagonal</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b> ¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Se orienta en un espacio y tiempo determinado</li> <li>-Se relación a sí mismo con los objetos y sus compañeros,</li> <li>-coordina sus movimientos en situaciones lúdicas</li> <li>-afianzando sus habilidades motrices básicas.</li> <li>-Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

- Hostos, Eugenio María D. E., Luis David, and Encarnación Reyes. 2021. "INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN DOCENTE."
- Lilian, Rosa. 2015. "Percepción Espacio-Temporal."
- <https://www.efdeportes.com/efd163/unidad-didactica-orientacion-espacial.htm>
- <https://youtu.be/gFJkp-Amv-c>

  
Docente de área

  
M. Sc. David Esteban Alarcón Velásquez  
DOCENTE E.P.E.F. - UNA-PUNO  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wladimir Francisco Quispe Cusi  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
SUB-DIRECTOR(A)  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 34

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Realizamos juegos de orientación espacial

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS
FECHA: 05/06/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “D”.	CICLO: IV



### PROPÓSITO DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo. 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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: la convivencia y paz ACTITUD: El estudiante participa de forma espontánea dando a conocer sus pensamientos y emocional para con todos y todas. El docente promueve la participación en juegos diversos, en igualdad de oportunidades y condiciones a niños y niñas.	

### RECURSOS DIDACTICOS

Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> </ul> <p>¿dónde nos encontramos nosotros? ¿es importante orientarse? ¿será necesario respetar el espacio de un compañero? ¿ qué cosas nos rodea aquí en la institución’</p> <p><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>La orientación espacial se fundamenta en un acondicionamiento del cuerpo en el espacio, tomando en cuenta la influencia del medio que le rodea</p> <p><i>“En el desarrollo de la orientación espacial es importante respetar el proceso del concepto de espacio, primero considerar el propio cuerpo, luego el objeto específico y finalmente el espacio gráfico.”</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> </ul> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimiento o guiado		20 M
PROCESO Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b></p> <p><b>Actividad N°1: TODO AL REVÉS</b></p> <p>Como activación jugamos a este juego que me inventé. Es similar a Simón dice, pero... haciendo lo contrario. Ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En el mundo del revés todos se colocan fuera de las porterías (todos deben meterse dentro)</li> <li>- En el mundo del revés todos corren hacia delante (todos lo hacen hacia detrás)</li> </ul>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En el mundo del revés todos tocan el color blanco (todos van a tocar algo de color negro)</li> </ul> <p><b>Actividad N°2: MI AVION VUELA A MI ORDEN</b> Lo niños se ubicarán en ambas líneas laterales, donde tendrán como objeto a sus aviones en sus manos y lanzarán por encima y abajo y en diferentes direcciones.</p> <p><b>Actividad N°3: ALMACEN</b></p> <p>Los niños desde un punto de partida tendrán que salir portando un obstáculo con cualquier parte de su cuerpo y llevar a diferentes direcciones</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b> ¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hidratación</li> <li>- Lavarse las manos con agua y jabón</li> <li>- Al final dejar dar su libreta para que jueguen su deporte favorito.</li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Se orienta en un espacio y tiempo determinado</li> <li>-Se relación a sí mismo con los objetos y sus compañeros,</li> <li>-coordina sus movimientos en situaciones lúdicas</li> <li>-afianzando sus habilidades motrices básicas.</li> <li>-Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

- Hostos, Eugenio María D. E., Luis David, and Encarnación Reyes. 2021. "INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN DOCENTE."
- Lilian, Rosa. 2015. "Percepción Espacio-Temporal."
- <https://www.efdeportes.com/efd163/unidad-didactica-orientacion-espacial.htm>
- <https://youtu.be/gFJkp-Amv-c>

  
Docente de área

  
Docente E.P.E.F. – UNA PUNO  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wladimir Martínez Quirope Cost  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
  
SUB DIRECTOR



# Universidad Nacional Del Altiplano –Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 35

I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Realizamos juegos de orientación espacial

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS
FECHA: 05/06/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “E”.	CICLO: IV

### PROPÓSITO DE APRENDIZAJE

ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo. 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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: solidaridad ACTITUD: El estudiante participa de forma espontánea dando a conocer sus pensamientos y emocional para con todos y todas. El docente promueve la participación en juegos diversos, en igualdad de oportunidades y condiciones a niños y niñas.	

### RECURSOS DIDACTICOS

Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.

## II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>¿dónde nos encontramos nosotros?</li> <li>¿es importante orientarse?</li> <li>¿será necesario respetar el espacio de un compañero?</li> <li>¿ qué cosas nos rodea aquí en la institución’</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>La orientación espacial se fundamenta en un acondicionamiento del cuerpo en el espacio, tomando en cuenta la influencia del medio que le rodea  <b>“En el desarrollo de la orientación espacial es importante respetar el proceso del concepto de espacio, primero considerar el propio cuerpo, luego el objeto específico y finalmente el espacio gráfico.”</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> <li>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</li> </ul>	Descubrimiento o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b>  <b>Actividad N°1: TODO AL REVÉS</b>          Como activación jugamos a este juego que me inventé. Es similar a Simón dice, pero... haciendo lo contrario. Ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En el mundo del revés todos se colocan fuera de las porterías (todos deben meterse dentro)</li> <li>- En el mundo del revés todos corren hacia delante (todos lo hacen hacia detrás)</li> </ul>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En el mundo del revés todos tocan el color blanco (todos van a tocar algo de color negro)</li> </ul> <p><b>Actividad N°2: POLLITO SIGUEME</b> todo el grupo son pollitos con los ojos vendados, salvo uno que será la gallina. Los pollitos tienen que encontrar a la gallina de forma que si se tropiezan con alguien tendrán que preguntar: “¿pío, pío?” y si le contestan “pío, pío”, se tratará de otro pollito y seguirán su camino buscando. Si no le contestan será la gallina y se unirán a su cintura. Así hasta que se unan todos.</p> <p><b>Actividad N°3: El chófer</b> por parejas un alumno lleva un aro y otro le sujeta de la cintura dándole órdenes de que vaya más rápido, lento, que frene, derecha... Luego, han de intercambiar los roles.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b> ¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su libertad para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Se orienta en un espacio y tiempo determinado</li> <li>-Se relaciona a sí mismo con los objetos y sus compañeros,</li> <li>-coordina sus movimientos en situaciones lúdicas</li> <li>-afianzando sus habilidades motrices básicas.</li> <li>-Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

- Hostos, Eugenio María D. E., Luis David, and Encarnación Reyes. 2021. “INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN DOCENTE.”
- Lilian, Rosa. 2015. “Percepción Espacio-Temporal.”
- <https://www.efdeportes.com/efd163/unidad-didactica-orientacion-espacial.htm>
- <https://glosarios.servidor-alicante.com/educacion-fisica/orientacion-espacio-temporal>

  
Docente de Área

  
Docente E.P.E.F. – UNA-PUNO  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wladimir Príncipe Quispe Coel  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO





# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE





## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 36

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Nos ubicamos jugando y desplazándonos

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 12/06/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “F”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo. 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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: respeto ACTITUD: Docentes y estudiantes tienen las mismas responsabilidades en el traslado de materiales y el cuidado de los espacios educativos.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>¿qué es desplazamiento?</li> <li>¿Cómo me puedo desplazarme a un lugar y ubicarme?</li> <li>¿de qué formas se desplazan los animales a diferencia de nosotros de los humanos?</li> <li>¿será importante nuestra ubicación?</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>Son los movimientos del cuerpo que se realizan al moverse de un lado a otro utilizando diferentes patrones motores. Siendo el propio cuerpo el medio de transporte. Cuando se trabajan los desplazamientos se perfeccionan los patrones de movimientos y percepción espacial-temporal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> </ul> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimient o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p>EL PROPOSITO DE LA SESION: “¡Hoy vamos a aprender de manera muy divertida cómo Ubicarnos y desplazarnos</p> <p><b>Actividad N°1: COLUMNAS NUMERADAS</b></p> <p>Se formará a los niños en dos columnas grades y enumerarlos a cada uno. seguidamente el líder dirá, hacer cambio 1 con 5 los niños que están enumerados realizaran el cambio ya se en cuadrúpeda, en un solo pie, de lateral Etc. Con diferentes variantes: ya se formación en x y girar a lo que diga el líder e intercambiar de lugar.</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p><b>Actividad N°2: DESAFIO MI UBICACIÓN Y DIRECCION</b> Se formara a los niños y niñas en cuatro grupos formados en columnas frente a frente, luego cada integrante saldrá corriendo hacia el medio en donde habrá cuatro conos y un cono con pañuelo en cada lado, una vez llegado al medio esperaran trotando lo que diga el líder : cambian, izquierda , derecha, el que agarra rápido el pañuelo será el ganador.</p> <p><b>Actividad N°3: JUGAMOS A LOS CUATRO PUNTOS CARDINALES</b> Se formará a los niños en grupos de a cuatro y ubicarlos y nómbralos en cada punto. A la voz del líder los grupos se desplazarán agarrados de la mano a lo que indique el líder ya sea hacia norte, sur, este, oeste. Variantes: de concillias, de lateral, pies cruzados, manos cruzados.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p style="text-align: center;">¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<p>-Se orienta en un espacio y tiempo determinado</p> <p>-Se relación a sí mismo con los objetos y sus compañeros,</p> <p>-coordina sus movimientos en situaciones lúdicas</p> <p>-afianzando sus habilidades motrices básicas.</p> <p>-Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</p>	<p>- Observación directa.</p>	<p>Registro auxiliar</p> <p>Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

- Hostos, Eugenio María D. E., Luis David, and Encarnación Reyes. 2021. "INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN DOCENTE."
- Lilian, Rosa. 2015. "Percepción Espacio-Temporal."
- <https://www.efdeportes.com/efd163/unidad-didactica-orientacion-espacial.htm>
- <https://glosarios.servidor-alicante.com/educacion-fisica/orientacion-espacio-temporal>

  
Docente de área

  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wladimir Francisco Quirope Cost  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
  
SUB-DIRECTORA





## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 37

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Nos ubicamos jugando y desplazándonos

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 12/06/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “B”.	CICLO: IV	
PROPÓSITO DE APRENDIZAJE			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo. 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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: solidaridad ACTITUD: Docentes y estudiantes tienen las mismas responsabilidades en el traslado de materiales y el cuidado de los espacios educativos.	
RECURSOS DIDACTICOS			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>¿qué es desplazamiento?</li> <li>¿Cómo me puedo desplazarme a un lugar y ubicarme?</li> <li>¿de qué formas se desplazan los animales a diferencia de nosotros de los humanos?</li> <li>¿será importante nuestra ubicación?</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>Son los movimientos del cuerpo que se realizan al moverse de un lado a otro utilizando diferentes patrones motores. Siendo el propio cuerpo el medio de transporte. Cuando se trabajan los desplazamientos se perfeccionan los patrones de movimientos y percepción espacial-temporal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> <li>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</li> </ul>	Descubrimient o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION: “¡Hoy vamos a aprender de manera muy divertida cómo Ubicarnos y desplazarnos</b></p> <p><b>Actividad N°1: COLUMNAS NUMERADAS</b></p> <p>Se formará a los niños en dos columnas grades y enumerarlos a cada uno. seguidamente el líder dirá, hacer cambio 1 con 5 los niños que están enumerados realizaran el cambio ya se en cuadrúpeda, en un solo pie, de lateral Etc.</p> <p>Con diferentes variantes: ya se formación en x y girar a lo que diga el líder e intercambiar de lugar.</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano –Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p><b>Actividad N°2: APUNTAMOS A LOS CONOS</b> Formamos a los niños en 3 grupos, donde ellos tendrán que desplazarse por los aros y al final ubicarse dentro de un aro y agarrar el ultimo aro y lanzar hacia el cono que está en un aproximado de tres metros.</p> <p><b>Actividad N°3: ME UBICO DONDE ESTOY Y DONDE ESTA MICOMPAÑERO</b> Formar a los niños en 4 cuatro grupos. Luego ellos estarán dispersados y desplazándose por toda la cancha, al sonido del silbato tendrá que formar su grupo anterior y ubicarse en un círculo, línea. Escalera, cuadrado, etc. el ultimo llegar a su grupo tendrá que pasar por medio de las guachas o en zigzag.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b> ¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hidratación</li> <li>- Lavarse las manos con agua y jabón</li> <li>- Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<p>-Se orienta en un espacio y tiempo determinado -Se relación a sí mismo con los objetos y sus compañeros, -coordina sus movimientos en situaciones lúdicas -afianzando sus habilidades motrices básicas. -Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

- Hostos, Eugenio María D. E., Luis David, and Encarnación Reyes. 2021. "INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN DOCENTE."
- Lilian, Rosa. 2015. "Percepción Espacio-Temporal."
- <https://www.efdeportes.com/efd163/unidad-didactica-orientacion-espacial.htm>
- <https://glosarios.servidor-alicante.com/educacion-fisica/orientacion-espacio-temporal>

  
Docente de Área

  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wladimir Martínez Quiroga Cost  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
SUB-DIRECCIÓN DE PRACTICANTES  
UNA - PUNO





## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 38

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Nos ubicamos jugando y desplazándonos

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 14/06/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “C”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo. 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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: HONESTIDAD ACTITUD: Docentes y estudiantes tienen las mismas responsabilidades en el traslado de materiales y el cuidado de los espacios educativos.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>¿qué es desplazamiento?</li> <li>¿Cómo me puedo desplazarme a un lugar y ubicarme?</li> <li>¿de qué formas se desplazan los animales a diferencia de nosotros de los humanos?</li> <li>¿será importante nuestra ubicación?</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>Son los movimientos del cuerpo que se realizan al moverse de un lado a otro utilizando diferentes patrones motores. Siendo el propio cuerpo el medio de transporte. Cuando se trabajan los desplazamientos se perfeccionan los patrones de movimientos y percepción espacial-temporal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> </ul> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimient o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p>EL PROPOSITO DE LA SESION: “¡Hoy vamos a aprender de manera muy divertida cómo Ubicarnos y desplazarnos</p> <p><b>Actividad N°1: COLUMNAS NUMERADAS</b></p> <p>Se formará a los niños en dos columnas grades y enumerarlos a cada uno. seguidamente el líder dirá, hacer cambio 1 con 5 los niños que están enumerados realizaran el cambio ya se en cuadrúpeda, en un solo pie, de lateral Etc.</p> <p>Con diferentes variantes: ya se formación en x y girar a lo que diga el líder e intercambiar de lugar.</p> <p><b>Actividad N°2: NOS DESPLAZAMOS CON OBJETOS</b></p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>Formamos a los niños en filas y columnas, donde ellos tendrán que desplazarse Por medio de los obstáculos llevando un balón, una vez terminado el circuito pasara el balón a su otro compañero para que salga y haga el mismo hizo que su compañero.</p> <p>Se tendrán que desplazarse en:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuadrúpeda</li> <li>• De un solo pie</li> <li>• Saltando</li> <li>• Corriendo</li> <li>• reptando</li> <li>• Zigzag</li> </ul> <p>etc.</p> <p><b>Actividad N°3: MI UBICACIÓN</b></p> <p>Se formará a los niños en pequeños grupos para jugar y trabajar los ejercicios. donde realizaran el desplazamiento y su ubicación.</p> <p>En círculo a la voz del líder tendrán que moverse y ubicarse:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• adentro</li> <li>• Afuera</li> <li>• Izquierda</li> <li>• Derecha</li> <li>• vuelta entera</li> <li>• Ubicarse en el otro circulo</li> </ul>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<p>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</p> <p><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p>¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hidratación</li> <li>- Lavarse las manos con agua y jabón</li> <li>- Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<p>-Se orienta en un espacio y tiempo determinado</p> <p>-Se relación a sí mismo con los objetos y sus compañeros,</p> <p>-coordina sus movimientos en situaciones lúdicas</p> <p>-afianzando sus habilidades motrices básicas.</p> <p>-Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</p>	<p>- Observación directa.</p>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

- Hostos, Eugenio María D. E., Luis David, and Encarnación Reyes. 2021. "INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN DOCENTE."
- Lilian, Rosa. 2015. "Percepción Espacio-Temporal."
- <https://youtu.be/2Fj5k5l21EI>
- <https://youtu.be/ukD1LyUIMKs>

  
Docente de área

  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Valerio Práctico Quirope Oros  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO





## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 39

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Nos ubicamos jugando y desplazándonos

<b>DRE:</b>	<b>I.E.P.:</b>	<b>PROFESOR TITULAR:</b> SEVERINA VALENCIA QUISPE	
<b>PUNO</b>	<b>N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”</b>	<b>PROFESOR PRACTICANTE:</b> WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
<b>UGEL:</b>	<b>PUNO</b>	<b>DOCENTE DE PRACTICA:</b> DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
<b>NOMBRE DE LA EDA N° 2 :</b> Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		<b>HORA PEDAGOGICO:</b> 90 MINUTOS	
<b>FECHA:</b> 14/06/2022	<b>GRADO Y SECCIÓN:</b> TERCERO “D”.	<b>CICLO:</b> IV	
PROPÓSITO DE APRENDIZAJE			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
<b>EDUCACIÓN FÍSICA.</b>	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo. 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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.
<b>ENFOQUE TRANSVERSAL</b>		<b>ACCIONES OBSERVABLES</b>	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: LEALTAD ACTITUD: Docentes y estudiantes tienen las mismas responsabilidades en el traslado de materiales y el cuidado de los espacios educativos.	
RECURSOS DIDACTICOS			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>¿qué es desplazamiento?</li> <li>¿Cómo me puedo desplazarme a un lugar y ubicarme?</li> <li>¿de qué formas se desplazan los animales a diferencia de nosotros de los humanos?</li> <li>¿será importante nuestra ubicación?</li> </ul> <p><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>Son los movimientos del cuerpo que se realizan al moverse de un lado a otro utilizando diferentes patrones motores. Siendo el propio cuerpo el medio de transporte. Cuando se trabajan los desplazamientos se perfeccionan los patrones de movimientos y percepción espacial-temporal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> </ul> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimiento o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> “¡Hoy vamos a aprender de manera muy divertida cómo Ubicarnos y desplazarnos</p> <p><b>Actividad N°1: COLUMNAS NUMERADAS</b></p> <p>Se formará a los niños en dos columnas grades y enumerarlos a cada uno. seguidamente el líder dirá, hacer cambio 1 con 5 los niños que están enumerados realizaran el cambio ya se en cuadrúpeda, en un solo pie, de lateral Etc.</p> <p>Con diferentes variantes: ya se formación en x y girar a lo que diga el líder e intercambiar de lugar.</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano –Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p><b>Actividad N°2: CAMBIOS DE LUGAR</b> Primeramente, los niños se ubicarán en un círculo grande y estar dentro de los aros. Al sonido del silbato se tendrán cambiar de lugar y ubicarse en otro lugar desplazándose en:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cancilllas</li> <li>• De un pie</li> <li>• Cuadrúpeda</li> <li>• Saltando</li> <li>• En saltos laterales</li> </ul> <p>etc.</p> <p><b>Actividad N°3: EL LABERINTON</b> Los niños se formarán en columnas y filas. Habrá un niño que será el atrapado y el otro niño será el labirinto El labirinto se tendrá que refugiarse en medio de los niños que están realizando la formación y el niño que atrapa tendrá que hacer el posible para atrapar Los niños que están en formación harán cortinas para no le atrape a labirinto. Si el quien atrapa se va a la derecha ellos realizarán una cortina para el lado izquierdo.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b> ¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hidratación</li> <li>- Lavarse las manos con agua y jabón</li> <li>- Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<p>-Se orienta en un espacio y tiempo determinado -Se relación a sí mismo con los objetos y sus compañeros, -coordina sus movimientos en situaciones lúdicas -afianzando sus habilidades motrices básicas. -Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

- Hostos, Eugenio María D. E., Luis David, and Encarnación Reyes. 2021. "INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN DOCENTE."
- Lilian, Rosa. 2015. "Percepción Espacio-Temporal."
- <https://www.efdeportes.com/efd163/unidad-didactica-orientacion-espacial.htm>
- <https://glosarios.servidor-alicante.com/educacion-fisica/orientacion-espacio-temporal>

Docente de área

Docente de Práctica  
UNA - PUNO

Estudiante Practicante  
Wladimir Morales Quiroga Oros  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO





# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE





## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 40

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Nos ubicamos jugando y desplazándonos

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 14/06/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “E”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo. 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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: Generosidad ACTITUD: Docentes y estudiantes tienen las mismas responsabilidades en el traslado de materiales y el cuidado de los espacios educativos.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>¿qué es desplazamiento?</li> <li>¿Cómo me puedo desplazarme a un lugar y ubicarme?</li> <li>¿de qué formas se desplazan los animales a diferencia de nosotros de los humanos?</li> <li>¿será importante nuestra ubicación?</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>Son los movimientos del cuerpo que se realizan al moverse de un lado a otro utilizando diferentes patrones motores. Siendo el propio cuerpo el medio de transporte. Cuando se trabajan los desplazamientos se perfeccionan los patrones de movimientos y percepción espacial-temporal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> </ul> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimiento o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p>EL PROPOSITO DE LA SESION: “¡Hoy vamos a aprender de manera muy divertida cómo Ubicarnos y desplazarnos</p> <p><b>Actividad N°1: COLUMNAS NUMERADAS</b></p> <p>Se formará a los niños en dos columnas grades y enumerarlos a cada uno. seguidamente el líder dirá, hacer cambio 1 con 5 los niños que están enumerados realizaran el cambio ya se en cuadrúpeda, en un solo pie, de lateral Etc. Con diferentes variantes: ya se formación en x y girar a lo que diga el líder e intercambiar de lugar.</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p><b>Actividad N°2: LA FILA QUE SE EMPUJA</b> Dos filas con los jugadores colocados espalda contra espalda y con los brazos entrelazados, se colocan en medio de un pasillo de cuatro a cinco metros de anchura e intentan, después de una señal, empujar al equipo contrario más allá de la línea lateral. Reglas: Sólo está permitido empujar con la espalda y los jugadores no pueden soltarse entre ellos.</p> <p><b>Actividad N°3: BALÓN VIAJERO</b> Formaremos un círculo con todos los jugadores. Entre jugador y jugador estableceremos una separación de unos 3 metros. Un jugador se colocará en el exterior del círculo. Los jugadores que están situados en círculo se pasan un balón, en el sentido de las agujas del reloj, uno tras otro. El jugador exterior debe correr tras el balón (siempre por fuera del círculo) intentando tocarlo con el propósito de interceptarlo y colocarse en el lugar del jugador que todavía no haya tocado el balón. Reglas: Los pases no pueden saltarse a ningún jugador. Podemos iniciar el juego realizando los pases con la mano, pero a medida que se consolide el juego podemos realizar los pases con los pies y cambiar la dirección del recorrido del balón.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b> ¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su libertad para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Se orienta en un espacio y tiempo determinado</li> <li>-Se relación a sí mismo con los objetos y sus compañeros,</li> <li>-coordina sus movimientos en situaciones lúdicas</li> <li>-afianzando sus habilidades motrices básicas.</li> <li>-Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Registro auxiliar</li> <li>Lista de cotejos</li> </ul>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

- Hostos, Eugenio María D. E., Luis David, and Encarnación Reyes. 2021. "INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN DOCENTE."
- Lilian, Rosa. 2015. "Percepción Espacio-Temporal."
- [http://www.pame-ripollet.org/web\\_nova/esport\\_escolar/datos\\_futbol\\_sala/45\\_juegos.pdf](http://www.pame-ripollet.org/web_nova/esport_escolar/datos_futbol_sala/45_juegos.pdf)

Docente de área

Docente de Práctica  
UNA - PUNO

Estudiante Practicante  
Wladimir Príncipe Quiroga Coati  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO





# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 41

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: jugando mejoramos nuestra percepción temporal

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR:	SEVERINA VALENCIA QUISPE
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE:	WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA:	DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “C”.		CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. interactúa a través de sus habilidades sociomotrices	Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente. Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices	-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, afianzando sus habilidades motrices básicas. -Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas. -Participa en juegos de oposición en parejas, pequeños y grandes grupos, aceptando al oponente como compañero de juego y tomando consensos sobre la manera de jugar y los posibles cambios que se den.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: responsabilidad ACTITUD: Docentes y estudiantes tienen las mismas responsabilidades en el traslado de materiales y el cuidado de los espacios educativos.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>¿qué es desplazamiento?</li> <li>¿Cómo me puedo desplazarme a un lugar y ubicarme?</li> <li>¿de qué formas se desplazan los animales a diferencia de nosotros de los humanos?</li> <li>¿será importante nuestra ubicación?</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>El desarrollo de los sentidos, y la integración de la información que se recibe por medio de los sentidos externos e internos en respuestas perceptivas hace posible que el niño capte que existe un medio donde puede moverse (espacio) y unos ritmos o hábitos que se dan en sus acontecimientos vitales (tiempo).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> </ul> <p><b>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</b></p>	Descubrimient o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> Mejorar la percepción, organización y representación espacial.</p> <p><b>Actividad N°1: BASTONES PARADAS</b></p> <p>Primeramente, los niños tendrán que formar un circulo grande o mediano donde cada niño tendrá un bastón al sonido del silbato cambiaran de lugar sin mover el bastón también sin que se caída, en el transcurso del cambio los niños tendrán que reaccionar inmediatamente.</p> <p>Variantes.</p>	Mando directo modificado		45 M



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dar vuelta para el lado derecho</li> <li>- Dar vuelta para el lado izquierdo</li> </ul> <p><b>Actividad N°2: COCODRILLO DORMILÓN</b> uno de los alumnos es el “cocodrilo dormilón”. Éste se tumba en un extremo del gimnasio y se hace el dormido. El resto de los alumnos se colocan en el otro extremo y se deben acercar de puntillas y muy despacio hacia el “cocodrilo” para no despertarlo. ¡Al llegar a él, todos a la vez le gritan Cocodrilo dormilón!!! varias veces hasta que el cocodrilo despierta y sale corriendo para pillar a los compañeros. Cuando logra coger a uno antes de llegar a su casa (pared), éste será el cocodrilo. Se reparten los aros por el espacio, cada niño se mete en un aro, a la señal del profesor los niños cambian de casa y no se puede repetir casa.</p> <p><b>Actividad N°3: LAS SILLAS</b> hacer con música este juego, pero con aros en lugar de sillas. Realizar un circuito con aros que van pasando los niños de distintas formas: pies juntos, pies abiertos, piernas cerradas, a la pata coja, etc.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b> ¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
-Se orienta en un espacio y tiempo determinado -Se relación a sí mismo con los objetos y sus compañeros, -coordina sus movimientos en situaciones lúdicas -afianzando sus habilidades motrices básicas. -Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas. - Participa en juegos de oposición en parejas, pequeños y grandes grupos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	Lista de cotejos

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

IDAIRA GARCÍA REGALADO NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. “Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil.”  
 Lilian, Rosa. 2015. “Percepción Espacio-Temporal.”  
<https://youtube.com/shorts/iTKdwHDd-ok?feature=share3>

Docente de área

Docente de Práctica  
UNA - PUNO

Docente Practicante  
E.P.E.F. - UNA - PUNO







## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 42

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: jugando mejoramos nuestra percepción temporal

<b>DRE:</b>	<b>I.E.P.:</b>	<b>PROFESOR TITULAR:</b> SEVERINA VALENCIA QUISPE	
<b>PUNO</b>	<b>N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”</b>	<b>PROFESOR PRACTICANTE:</b> WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
<b>UGEL:</b>	<b>PUNO</b>	<b>DOCENTE DE PRACTICA:</b> DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
<b>NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.</b>		<b>HORA PEDAGOGICO:</b> 90 MINUTOS	
<b>FECHA:</b> 21/06/2022	<b>GRADO Y SECCIÓN:</b> TERCERO “D”.	<b>CICLO:</b> IV	
PROPÓSITO DE APRENDIZAJE			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
<b>EDUCACIÓN FÍSICA.</b>	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. interactúa a través de sus habilidades sociomotrices	Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente. Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices	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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas. Participa en juegos de oposición en parejas, pequeños y grandes grupos, aceptando al oponente como compañero de juego y tomando consensos sobre la manera de jugar y los posibles cambios que se den.
<b>ENFOQUE TRANSVERSAL</b>		<b>ACCIONES OBSERVABLES</b>	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: honestidad ACTITUD: Docentes y estudiantes tienen las mismas responsabilidades en el traslado de materiales y el cuidado de los espacios educativos.	
RECURSOS DIDACTICOS			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> </ul> <p>¿qué es desplazamiento? ¿Cómo me puedo desplazarme a un lugar y ubicarme? ¿de qué formas se desplazan los animales a diferencia de nosotros de los humanos? ¿será importante nuestra ubicación?</p> <p><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>El desarrollo de los sentidos, y la integración de la información que se recibe por medio de los sentidos externos e internos en respuestas perceptivas hace posible que el niño capte que existe un medio donde puede moverse (espacio) y unos ritmos o hábitos que se dan en sus acontecimientos vitales (tiempo).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> </ul> <p><b>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</b></p>	Descubrimiento o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> Mejorar la percepción, organización y representación espacial.</p> <p><b>Actividad N°1: BASTONES PARADAS</b></p> <p>Primeramente, los niños tendrán que formar un círculo grande o mediano donde cada niño tendrá un bastón al sonido del silbato cambiaran de lugar sin mover el bastón también sin que se caída, en el transcurso del cambio los niños tendrán que reaccionar inmediatamente.</p> <p>Variantes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dar vuelta para el lado derecho</li> </ul>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dar vuelta para el lado izquierdo</li> </ul> <p><b>Actividad N°2: RECOJO RÁPIDO</b> se distribuyen las pelotas por todo el espacio. Los alumnos se desplazan por el espacio al ritmo que marca el profesor (música, pandero, palmas...), cada vez que el ritmo se detiene, quien queda más cerca de la pelota la recoge y pateo hacia una esquina predeterminada.</p> <p><b>Actividad N°3: EL PUENTE</b> Sentados enfrentados en 2 hileras con los pies juntos y las piernas extendidas, uno de los niños deberá pasar por toda la hilera sin pisar a sus compañeros antes de que todos terminen de contar hasta 10.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b> ¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su libreta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Se orienta en un espacio y tiempo determinado</li> <li>-Se relación a sí mismo con los objetos y sus compañeros,</li> <li>-coordina sus movimientos en situaciones lúdicas</li> <li>-afianzando sus habilidades motrices básicas.</li> <li>-Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</li> <li>- Participa en juegos de oposición en parejas, pequeños y grandes grupos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

IDAIRA GARCÍA REGALADO NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. "Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil."  
Lilian, Rosa. 2015. "Percepción Espacio-Temporal."  
<https://youtube.com/shorts/ITkdwHDd-ok?feature=share3>

Docente de Área

Docente de Práctica  
UNA - PUNO

Estudiante Practicante  
Wladimir Martínez Quirope Coati  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

DIRECTOR GENERAL  
UNA - PUNO



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 43

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: jugando mejoramos nuestra percepción temporal

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR:	SEVERINA VALENCIA QUISPE
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE:	WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA:	DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 21/06/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “E”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. interactúa a través de sus habilidades sociomotrices	Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente. Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices	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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas. Participa en juegos de oposición en parejas, pequeños y grandes grupos, aceptando al oponente como compañero de juego y tomando consensos sobre la manera de jugar y los posibles cambios que se den.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque igualdad de género.		VALORES: atención ACTITUD: Docentes y estudiantes tienen las mismas responsabilidades en el traslado de materiales y el cuidado de los espacios educativos.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> </ul> <p>¿qué es desplazamiento? ¿Cómo me puedo desplazarme a un lugar y ubicarme? ¿de qué formas se desplazan los animales a diferencia de nosotros de los humanos? ¿será importante nuestra ubicación?</p> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>El desarrollo de los sentidos, y la integración de la información que se recibe por medio de los sentidos externos e internos en respuestas perceptivas hace posible que el niño capte que existe un medio donde puede moverse (espacio) y unos ritmos o hábitos que se dan en sus acontecimientos vitales (tiempo).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> </ul> <p><b>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</b></p>	Descubrimient o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> Mejorar la percepción, organización y representación espacial.</p> <p><b>Actividad N°1: BASTONES PARADAS</b></p> <p>Primeramente, los niños tendrán que formar un círculo grande o mediano donde cada niño tendrá un bastón al sonido del silbato cambiaran de lugar sin mover el bastón también sin que se caída, en el transcurso del cambio los niños tendrán que reaccionar inmediatamente.</p> <p>Variantes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dar vuelta para el lado derecho</li> </ul>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dar vuelta para el lado izquierdo</li> </ul> <p><b>Actividad N°2: CABEZA Y COLA</b> Todos los niños forman una hilera tomados de la mano, el primero: la cabeza, debe lograr capturar al último: la cola, cuando esto sucede los dos pasan al medio de la cadena para continuar el juego.</p> <p><b>Actividad N°3: EL MINUTO</b> Sentados y dispersos por el patio, marcamos 1 minuto aplaudiendo o moviendo las manos en el aire, para saber cuándo dura. A continuación, todos tumbados con los ojos cerrados deben calcular 1 minuto y sentarse cuando consideren que se ha pasado el tiempo. El maestro indica cuando se cumple el tiempo.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b> ¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hidratación</li> <li>- Lavarse las manos con agua y jabón</li> <li>- Al final dejar dar su libertad para que jueguen su deporte favorito.</li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Se orienta en un espacio y tiempo determinado</li> <li>-Se relación a sí mismo con los objetos y sus compañeros,</li> <li>-coordina sus movimientos en situaciones lúdicas</li> <li>-afianzando sus habilidades motrices básicas.</li> <li>-Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones lúdicas.</li> <li>-Participa en juegos de oposición en parejas, pequeños y grandes grupos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

IDAIRA GARCÍA REGALADO NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. "Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil."  
Lilian, Rosa. 2015. "Percepción Espacio-Temporal."  
<https://youtube.com/shorts/iTkdwHDd-ok?feature=share3>

Docente de área

Docente de Práctica  
UNA - PUNO

Estudiante Practicante  
Wladimir Martínez Quiroga Corti  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

SUBDIRECTOR DE PRACTICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



# Universidad Nacional Del Altiplano –Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 44

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Disfruto moviéndome en el espacio y tiempo

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA:26/06/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “F”.	CICLO: IV	
PROPÓSITO DE APRENDIZAJE			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo. 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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Participa en juegos de oposición en parejas, pequeños y grandes grupos, aceptando al oponente como compañero de juego y tomando consensos sobre la manera de jugar y los posibles cambios que se den.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque orientación al bien común		VALORES: respeto ACTITUD: Docentes y estudiantes muestran disposición para compartir los materiales, las actividades, las instalaciones y el tiempo, con sentido de equidad.	
RECURSOS DIDACTICOS			
Silbato, ula ulas, aros, pelotas			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN


FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<p>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</p> <p>¿les gustaría jugar juegos que requieren movimientos rápidos? ¿dónde se puede realizar los juegos? ¿cuantos metros y en qué tiempo corren las atletas? ¿será importante nuestra ubicación? ¿ será importante el tiempo?</p> <p><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>El movimiento como una manifestación más de esa vida, se desarrolla en un lugar del espacio, y en su ejecución además de recorrer unos lugares del espacio, consumimos necesariamente un tiempo en ese trayecto.</p> <p>- Activación fisiológica</p> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimient o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b></p> <p><b>Actividad N°1: EL FILTRO</b></p> <p>Este juego consiste en pasar por un ula ula. todos los niños formaran un circulo grande todos ellos tendrán una ula ula para iniciar este juego todos se tendrán que agarrar de la mano y la ula ula puesto en su cuerpo al sonido del silbato las ula ulas empezaran a circular por todos los niños, La ula ula alcanzara al niño más lento en los movimientos y será el candidato Para el agujero del filtro.</p> <p><b>Variante:</b></p> <p>Aquellos que se hicieron alcanzar con las ula ulas formaran parte del agujero. Los demás serán perseguidos por un niño y tendrán que pasar por el agujero si se hacen atrapar también formaran parte del agujero.</p> <p><b>Actividad N°2: A LOS AROS.</b></p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>Juego de pilla-pilla en gran grupo. Se la quedan tres o cuatro niños y se reparten 7-8 aros por el espacio. Los niños que se la quedan intentan pillar a los demás, los cuales podrán evitar ser pillados metiéndose dentro del aro, en el que no pueden permanecer más de 10 segundos.</p> <p><b>Actividad N°3: RELOJ SIT DOWN.</b> Todos en círculos de pie, con los ojos cerrados. Se establece un tiempo determinado (10 seg., 20 seg., etc.). Se dice “tiempo” y cada niño debe sentarse cuando considere que ha transcurrido el tiempo establecido.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b> ¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hidratación</li> <li>- Al final dejar dar su libreta para que jueguen su deporte favorito.</li> <li>- Lavarse las manos con agua y jabón</li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<p>-Se orienta en un espacio y tiempo determinado -Se relación a sí mismo con los objetos y sus compañeros, -coordina sus movimientos en situaciones lúdicas -afianzando sus habilidades motrices básicas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

IDAIRA GARCÍA REGALADO NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. “Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil.”  
Lilian, Rosa. 2015. “Percepción Espacio-Temporal.”

  
Docente de área

  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wladimir Práxedes Quirope Quiro  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
SUB DIRECTOR DE LA  
E.P.E.F. - UNA - PUNO



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 45

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Disfruto moviéndome en el espacio y tiempo

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR:	SEVERINA VALENCIA QUISPE
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE:	WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA:	DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA:26/06/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “B”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo. 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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Participa en juegos de oposición en parejas, pequeños y grandes grupos, aceptando al oponente como compañero de juego y tomando consensos sobre la manera de jugar y los posibles cambios que se den.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque orientación al bien común		VALORES: Responsabilidad ACTITUD: Docentes y estudiantes muestran disposición para compartir los materiales, las actividades, las instalaciones y el tiempo, con sentido de equidad.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<p>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</p> <p>¿les gustaría jugar juegos que requieren movimientos rápidos? ¿dónde se puede realizar los juegos? ¿cuantos metros y en qué tiempo corren las atletas? ¿será importante nuestra ubicación? ¿ será importante el tiempo?</p> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>El movimiento como una manifestación más de esa vida, se desarrolla en un lugar del espacio, y en su ejecución además de recorrer unos lugares del espacio, consumimos necesariamente un tiempo en ese trayecto.</p> <p>- Activación fisiológica Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimient o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b></p> <p><b>Actividad N°1: EL FILTRO</b> Este juego consiste en pasar por un ula ula. todos los niños formaran un circulo grande todos ellos tendrán una ula ula para iniciar este juego todos se tendrán que agarrar de la mano y la ula ula puesto en su cuerpo al sonido del silbato las ula ulas empezaran a circular por todos los niños, La ula ula alcanzara al niño más lento en los movimientos y será el candidato Para el agujero del filtro.</p> <p><b>Variante:</b> Aquellos que se hicieron alcanzar con las ula ulas formaran parte del agujero. Los demás serán perseguidos por un niño y tendrán que pasar por el agujero si se hacen atrapar también formaran parte del agujero.</p> <p><b>Actividad N°2: PSSSS VAMOS DENTRO</b> Dos equipos. Mitad y mitad de la clase. Una mitad forma un corro, éstos se dan la mano, cierran los ojos, cabeza hacia arriba y abren las piernas. Los que están fuera tienen que intentar entrar dentro en</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano –Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>silencio, si los que forman el círculo notan algo entre sus piernas, pueden sentarse y atrapar al que intenta entrar dentro del círculo.</p> <p><b>Actividad N°3: AGRUPARNOS (JUEGO DE AROS).</b> Juego de pilla pilla en gran grupo. Se la quedan 3-4. Tienen dos opciones para ser libres. La primera es pillar a alguien y cambiar de rol, la segunda, es meterse dentro de un aro cuando el maestro toque el silbato. Previamente, el maestro ha establecido una zona de aros, todos agrupados, en el que ponen cuatro aros menos que niños hay. Cuando se toque el silbato, los que entran en los aros, están libres, los que se quedan fuera, se la quedan.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p style="text-align: center;">¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hidratación</li> <li>- Al final dejar dar su libertad para que jueguen su deporte favorito.</li> <li>- Lavarse las manos con agua y jabón</li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<p>-Se orienta en un espacio y tiempo determinado</p> <p>-Se relación a sí mismo con los objetos y sus compañeros,</p> <p>-coordina sus movimientos en situaciones lúdicas</p> <p>-afianzando sus habilidades motrices básicas.</p> <p>- Participa en juegos de oposición en parejas, pequeños y grandes grupos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar</p> <p>Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

IDAIRA GARCÍA REGALADO NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. "Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil."  
Lilian, Rosa. 2015. "Percepción Espacio-Temporal."

Docente de área

Docente de Práctica  
UNA - PUNO

Estudiante Practicante  
Wladimir Francisco Quiroga Cost  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

SUBDIRECTORA DE PRACTICA  
UNA - PUNO



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE




## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 46

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Disfruto moviéndome en el espacio y tiempo

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 2 : Me oriento en el espacio y tiempo al practicar actividades lúdicas.		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA:26/06/2022	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “A”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. interactúa a través de sus habilidades sociomotrices	Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente. Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices	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, afianzando sus habilidades motrices básicas. Participa en juegos de oposición en parejas, pequeños y grandes grupos, aceptando al oponente como compañero de juego y tomando consensos sobre la manera de jugar y los posibles cambios que se den.
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque orientación al bien común		VALORES: Perseverancia ACTITUD: Docentes y estudiantes muestran disposición para compartir los materiales, las actividades, las instalaciones y el tiempo, con sentido de equidad.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<p>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</p> <p>¿les gustaría jugar juegos que requieren movimientos rápidos? ¿dónde se puede realizar los juegos? ¿cuantos metros y en qué tiempo corren las atletas? ¿será importante nuestra ubicación? ¿ será importante el tiempo?</p> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>El movimiento como una manifestación más de esa vida, se desarrolla en un lugar del espacio, y en su ejecución además de recorrer unos lugares del espacio, consumimos necesariamente un tiempo en ese trayecto.</p> <p>- Activación fisiológica Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimiento o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b></p> <p><b>Actividad N°1: EL FILTRO</b> Este juego consiste en pasar por un ula ula. todos los niños formaran un circulo grande todos ellos tendrán una ula ula para iniciar este juego todos se tendrán que agarrar de la mano y la ula ula puesto en su cuerpo al sonido del silbato las ula ulas empezaran a circular por todos los niños, La ula ula alcanzara al niño más lento en los movimientos y será el candidato Para el agujero del filtro.</p> <p><b>Variante:</b> Aquellos que se hicieron alcanzar con las ula ulas formaran parte del agujero. Los demás serán perseguidos por un niño y tendrán que pasar por el agujero si se hacen atrapar también formaran parte del agujero.</p> <p><b>Actividad N°2: LOS DIEZ PASES</b> formaremos dos equipos de igual número de jugadores y delimitaremos un espacio donde se desarrollará el juego. el juego comienza mediante un lanzamiento al aire del entrenador. un jugador recoge el balón, a partir e ese</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>momento el equipo que está en posesión del balón intenta realizar el mayor número de pases consecutivos. mientras el equipo contrario intenta interceptar el balón y hacerse con la función de atacante. adjudicaremos un punto al equipo que consiga realizar 10 pases seguidos sin que la pelota haya tocado el suelo, ni haya sido interceptada por el otro equipo. ganará el equipo que antes consiga llegar a 5 puntos. podemos realizar el juego con las manos para principiantes y una vez tenemos consolidado su desarrollo realizarlo con los pies.</p> <p>reglas: el balón no puede tocar el suelo, ni está permitido quitarle el balón de las manos al jugador que lo tiene controlado.</p> <p><b>Actividad N°3:</b></p> <p>Formaremos dos equipos que se enfrentan entre sí dentro de un espacio delimitado. El juego consiste en tocar, con el balón, el mayor número de conos posibles. Para conseguir este fin el equipo que está en posesión del balón debe realizar un seguido de pases intentando que el otro equipo no robe el balón y buscando una posición favorable para tocar los conos distribuidos por el espacio. Cuando un equipo consigue tocar un cono con el balón se le otorga un punto.</p> <p><b>Reglas:</b> No está permitido salir del terreno de juego con el balón, ni mantenerlo más de cinco segundos si realizar ningún</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p>¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25m</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Se orienta en un espacio y tiempo determinado</li> <li>-Se relación a sí mismo con los objetos y sus compañeros,</li> <li>-coordina sus movimientos en situaciones lúdicas</li> <li>-afianzando sus habilidades motrices básicas.</li> <li>- Participa en juegos de oposición en parejas, pequeños y grandes grupos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

IDAIRA GARCÍA REGALADO NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. "Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil."  
Lilían, Rosa. 2015. "Percepción Espacio-Temporal."

- Pacheco, Jesus. 2015. "Entrenar Jugando : 45 Juegos Lúdicos Para El Entrenamiento."

Docente de Área

Docente de Práctica  
UNA - PUNO

Estudiante Practicante  
Wladimir Primitivo Quirope Cost  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO





# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE




## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 47

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Practicamos diferentes juegos motores que benefician nuestra salud.

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 4 : NOS ALIMENTAMOS SALUDABLEMENTE		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA:10/07/2023	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “F”	CICLO: IV	
PROPÓSITO DE APRENDIZAJE			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	-Asume una vida saludable -Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	- Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida - se expresa corporalmente	Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros y disfrutar de las actividades lúdicas, también Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso para mejorar el funcionamiento de su organismo
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque búsqueda de la excelencia		VALORES: responsabilidad ACTITUD: - El estudiante se esfuerza por superarse en los juegos propuestos, reconociendo sus fortalezas y limitaciones y buscando objetivos que representen avances respecto de su actual nivel de posibilidades en determinados ámbitos de desempeño. - El docente promueve la participación en juegos diversos, en donde los estudiantes puedan superarse a sí mismos.	
RECURSOS DIDACTICOS			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>- Mencionales que hoy se divertirán jugando juegos lúdicos</li> <li>- A continuación, invítalos a iniciar la sesión con la actividad Y preguntándolos.</li> </ul> <p>¿será importante cuidar nuestro cuerpo? ¿Cuándo realizamos cualquier actividad es importante el descanso? ¿qué es el lenguaje corporal? ¿cuándo estamos jugando que dificultades tenemos y como lo podemos resolver?</p> <p><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b> El juego motor es una herramienta pedagógica ampliamente reconocida y utilizada para el desarrollo de elementos motrices, sociales y emocionales a través del movimiento, puesto que se mejora la adquisición de variados contenidos, especialmente en edades tempranas. El carácter simbólico de este tipo de juegos posibilita que los niños puedan crear otros mundos, vivir otras vidas, aprender a pensar como los otros, etc. y esto es un valor añadido a la propia potencialidad educativa de los juegos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> </ul> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimiento o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> <b>Actividad N°1: CACHIPUN ALEMAN O CACHIPUN GIGANTE</b> (piedra, papel, tijera) Primeramente los niños y niñas del tercer grado de primaria para jugar y desarrollar este juego tendrán que formar dos columnas , El juego consiste en correr y saltar por medio de los obstáculos, los primeros participantes saldrán a toda velocidad hasta donde los dos</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
 ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
 CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>participantes se encuentren luego realizaran el juego de pierda, papel, tijera el ganador seguirá invadiendo su lugar del otro equipo, se detendrán cuando salga el participante y retarle a pierda, papel, tijera y de igual forma el ganador seguirá el camino.</p> <p><b>Actividad N°2: LOS AROS</b>        Todos los alumnos se ponen dentro de un aro separados unos de otros. Los alumnos tendrán que ponerse, con pies juntos delante, detrás, a la derecha o a la izquierda del círculo según ordene el maestro, bailar el aro con el brazo derecho, con el izquierdo, con una pierna.... Podemos dar puntos a los alumnos más rápidos o se puede eliminar a los alumnos que se equivoquen o que tarden más.</p> <p><b>Actividad N°3: EL REY MANDA</b>        Todos los alumnos estarán situados es un espacio delimitado y solo se podrán mover por ahí. El profesor será el rey e irá diciendo ordenes a los alumnos que estos tendrán que obedecer. Las ordenes serán acciones motrices que los alumnos tendrán que ejecutar lo más rápido posible.</p> <p>El rey manda: que os toquéis el pie derecho, que deis un salto bien alto, que saltéis a pata coja sin moverse del sitio, que os sentéis, que os giréis hacia la derecha, que bailéis, que cantéis una canción, El profesor puede mandar a algún alumno que sea el rey</p>		 	
<p><b>FINAL</b>        Vuelta a la calma.        Extensión.        Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> <li style="text-align: center;"><b>METACOGNICIÓN</b></li> <li style="text-align: center;">¿Qué actividad realizamos hoy?</li> <li style="text-align: center;">¿para qué me servirá lo aprendido?</li> <li style="text-align: center;">¿qué dificultades tuve hoy?</li> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25 m</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal.</li> <li>- Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso.</li> <li>- practica juegos y actividades planteadas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar          Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

IDAIRA GARCÍA REGALADO , NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. "Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil."  
 GARRIGA, JESÚS JAVIER ZUMAQUERO. 2020. "JUEGOS MOTORES EN TIEMPOS QUE PIDEN DISTANCIA."  
<https://youtu.be/SNnflRt8DGw>

  
 Docente de Área

  
 Docente de Práctica  
 UNA - PUNO

  
 Estudiante Practicante  
 Docente Practicante  
 E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
 SUBDIRECTOR DE PRACTICA



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 48

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Practicamos diferentes juegos motores que benefician nuestra salud.

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 4 : NOS ALIMENTAMOS SALUDABLEMENTE		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA:10/07/2023	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “B”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	-Asume una vida saludable -Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	- Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida - se expresa corporalmente	Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros y disfrutar de las actividades lúdicas, también Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso para mejorar el funcionamiento de su organismo
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque búsqueda de la excelencia		VALORES: RESPETO ACTITUD: - El estudiante se esfuerza por superarse en los juegos propuestos, reconociendo sus fortalezas y limitaciones y buscando objetivos que representen avances respecto de su actual nivel de posibilidades en determinados ámbitos de desempeño. - El docente promueve la participación en juegos diversos, en donde los estudiantes puedan superarse a sí mismos.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>- Menciónales que hoy se divertirán jugando juegos lúdicos</li> <li>- A continuación, invítalos a iniciar la sesión con la actividad Y preguntándolos.</li> </ul> <p>¿será importante cuidar nuestro cuerpo? ¿Cuándo realizamos cualquier actividad es importante el descanso? ¿qué es el lenguaje corporal? ¿cuándo estamos jugando que dificultades tenemos y como lo podemos resolver?</p> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>El juego motor es una herramienta pedagógica ampliamente reconocida y utilizada para el desarrollo de elementos motrices, sociales y emocionales a través del movimiento, puesto que se mejora la adquisición de variados contenidos, especialmente en edades tempranas. El carácter simbólico de este tipo de juegos posibilita que los niños puedan crear otros mundos, vivir otras vidas, aprender a pensar como los otros, etc. y esto es un valor añadido a la propia potencialidad educativa de los juegos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> </ul> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimiento o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b></p> <p><b>Actividad N°1: CACHIPUN ALEMAN O CACHIPUN GIGANTE</b> (piedra, papel, tijera)</p> <p>Primeramente los niños y niñas del tercer grado de primaria para jugar y desarrollar este juego tendrán que formar dos columnas , El juego consiste en correr y saltar por medio de los obstáculos, los primeros participantes saldrán a toda velocidad hasta donde los dos</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>participantes se encuentren luego realizaran el juego de pierda, papel, tijera el ganador seguirá invadiendo su lugar del otro equipo, se detendrán cuando salga el participante y retarle a pierda, papel, tijera y de igual forma el ganador seguirá el camino.</p> <p><b>Actividad N°2: El Reloj</b> Todos en círculo y uno en el centro con la cuerda. Éste la hará girar sin elevarla y el resto tratará de no ser tocado con ella al saltar.</p> <p><b>Actividad N°3: CARRERA DE TORTUGAS</b> Todos los participantes deben tener un cono. Se ubican todos en la línea de partida, en cuatro patas, y se colocan el cono sobre la espalda (como si fuese el caparazón de una tortuga). Las tortugas comienzan a avanzar, si se les cae el cono de la espalda deben regresar al punto de partida y comenzar nuevamente.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p>¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hidratación</li> <li>- Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</li> <li>- Lavarse las manos con agua y jabón</li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25m</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal.</li> <li>- Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso.</li> <li>- practica juegos y actividades planteadas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

IDAIRA GARCÍA REGALADO , NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. "Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil."

<https://efimullins.blogspot.com/2014/02/actividades-y-contenidos-juegos-con.html>

<https://youtu.be/SNnflRt8DGw>

Docente de área

Docente de Práctica  
UNA - PUNO

Estudiante Practicante  
Wladimir Martínez Quiroga Cost  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

SUBDIRECTORA DE PRACTICA




## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 49

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Practicamos diferentes juegos motores que benefician nuestra salud.

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR:	SEVERINA VALENCIA QUISPE
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE:	WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA:	DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.
NOMBRE DE LA EDA N° 4 : NOS ALIMENTAMOS SALUDABLEMENTE		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA:10/07/2023	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “A”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	-Asume una vida saludable -Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	- Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida - se expresa corporalmente	Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros y disfrutar de las actividades lúdicas, también Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso para mejorar el funcionamiento de su organismo
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque búsqueda de la excelencia		VALORES: SOLIDARIDAD ACTITUD: - El estudiante se esfuerza por superarse en los juegos propuestos, reconociendo sus fortalezas y limitaciones y buscando objetivos que representen avances respecto de su actual nivel de posibilidades en determinados ámbitos de desempeño. - El docente promueve la participación en juegos diversos, en donde los estudiantes puedan superarse a sí mismos.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN



FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>- Menciónales que hoy se divertirán jugando juegos lúdicos</li> <li>- A continuación, invítalos a iniciar la sesión con la actividad Y preguntándolos.</li> </ul> <p>¿será importante cuidar nuestro cuerpo? ¿Cuándo realizamos cualquier actividad es importante el descanso? ¿qué es el lenguaje corporal? ¿cuándo estamos jugando que dificultades tenemos y como lo podemos resolver?</p> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>El juego motor es una herramienta pedagógica ampliamente reconocida y utilizada para el desarrollo de elementos motrices, sociales y emocionales a través del movimiento, puesto que se mejora la adquisición de variados contenidos, especialmente en edades tempranas. El carácter simbólico de este tipo de juegos posibilita que los niños puedan crear otros mundos, vivir otras vidas, aprender a pensar como los otros, etc. y esto es un valor añadido a la propia potencialidad educativa de los juegos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> </ul> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimiento o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b></p> <p><b>Actividad N°1: CACHIPUN ALEMAN O CACHIPUN GIGANTE</b> (piedra, papel, tijera)</p> <p>Primeramente los niños y niñas del tercer grado de primaria para jugar y desarrollar este juego tendrán que formar dos columnas , El juego consiste en correr y saltar por medio de los obstáculos, los primeros participantes saldrán a toda velocidad hasta donde los dos participantes se encuentren</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
 ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
 CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>luego realizaran el juego de piedra, papel, tijera el ganador seguirá invadiendo su lugar del otro equipo, se detendrán cuando salga el participante y retarle a piedra, papel, tijera y de igual forma el ganador seguirá el camino.</p> <p><b>Actividad N°2: COMPETICIÓN DE TRANSPORTES.</b>        El grupo dividido en varios de 5 a 6 participantes, sobre un recorrido de 6 metros, con tres estafetas separadas un metro y medio entre ellas, entre las que se realiza un recorrido entre ellas, se realizan carreras hacia un lado para dar el relevo (una palmada) al compañero que correrá en dirección contraria, para dar el relevo al siguiente compañero.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Llevando el balón sujeto entre las rodillas, y sin usar las manos.</li> <li>• Llevando el balón sujeto con las manos en la espalda.</li> <li>• Botando el balón.</li> <li>• Conduciendo el balón con los pies.</li> </ul> <p><b>Actividad N°3: PELOTA CAPITANA</b>        Por equipos colocados en fila, uno detrás de otro, y con el balón sujeto entre sus pies, con 1 metro de separación aproximadamente, menos el capitán de cada equipo, que se coloca en frente de su fila a una distancia convenida con su balón. A una señal del profesor, el capitán pasa el balón al primero de la fila, este se la devuelve y se sienta. El capitán repite lo mismo con el 2°, 3°, etc. hasta que llega al último, quién cogerá su balón y pasará a ocupar el puesto de capitán; este se colocará el primer, y todo el equipo tendrá que pasar sucesivamente por el puesto de capitán. Ganará el equipo que primero termine el ciclo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Igual, pero al recibir el que va a pasar realiza un giro para situarse de espaldas al capitán y pasarle el balón de espaldas por encima de la cabeza, al hacerlo se sienta.</li> <li>• Igual, el pase se lo hace desde piernas abiertas con ambas manos detrás de las piernas y lanzando entre ellas.</li> </ul>			
<p><b>FINAL</b>        Vuelta a la calma.        Extensión.        Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p style="text-align: center;">¿Qué actividad realizamos hoy?        ¿para qué me servirá lo aprendido?        ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25m</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal.</li> <li>- Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso.</li> <li>- practica juegos y actividades planteadas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	Registro auxiliar Lista de cotejos

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

- IDAIRA GARCÍA REGALADO , NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. "Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil."
- [https://www.um.es/eflenguaxtranjera/F\\_Contentidos\\_files/05matF-4SP4.pdf](https://www.um.es/eflenguaxtranjera/F_Contentidos_files/05matF-4SP4.pdf)
- <https://youtu.be/SNnfiRt8DGw>

*[Signature]*  
 Docente de Área

*[Signature]*  
 Docente E.P.E.F. - UNA - PUNO  
 Docente de Práctica  
 UNA - PUNO

*[Signature]*  
 Estudiante Practicante  
 Wilman Miralles Quispe Coati  
 DOCENTE PRACTICANTE  
 E.P.E.F. - UNA - PUNO





# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE




## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 50

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Practicamos diferentes juegos motores que benefician nuestra salud.

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR:	SEVERINA VALENCIA QUISPE
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE:	WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA:	DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.
NOMBRE DE LA EDA N° 4 : NOS ALIMENTAMOS SALUDABLEMENTE		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA:10/07/2023	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “C”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	-Asume una vida saludable -Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	- Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida - se expresa corporalmente	Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros y disfrutar de las actividades lúdicas, también Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso para mejorar el funcionamiento de su organismo
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque búsqueda de la excelencia		VALORES: Puntualidad ACTITUD: - El estudiante se esfuerza por superarse en los juegos propuestos, reconociendo sus fortalezas y limitaciones y buscando objetivos que representen avances respecto de su actual nivel de posibilidades en determinados ámbitos de desempeño. - El docente promueve la participación en juegos diversos, en donde los estudiantes puedan superarse a sí mismos.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN



FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>- Menciónales que hoy se divertirán jugando juegos lúdicos</li> <li>- A continuación, invítalos a iniciar la sesión con la actividad Y preguntándolos.</li> </ul> <p>¿será importante cuidar nuestro cuerpo? ¿Cuándo realizamos cualquier actividad es importante el descanso? ¿qué es el lenguaje corporal? ¿cuándo estamos jugando que dificultades tenemos y como lo podemos resolver?</p> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>El juego motor es una herramienta pedagógica ampliamente reconocida y utilizada para el desarrollo de elementos motrices, sociales y emocionales a través del movimiento, puesto que se mejora la adquisición de variados contenidos, especialmente en edades tempranas. El carácter simbólico de este tipo de juegos posibilita que los niños puedan crear otros mundos, vivir otras vidas, aprender a pensar como los otros, etc. y esto es un valor añadido a la propia potencialidad educativa de los juegos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> </ul> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimiento o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b></p> <p><b>Actividad N°1: CACHIPUN ALEMAN O CACHIPUN GIGANTE</b> (piedra, papel, tijera)</p> <p>Primeramente los niños y niñas del tercer grado de primaria para jugar y desarrollar este juego tendrán que formar dos columnas , El juego consiste en correr y saltar por medio de los obstáculos, los primeros participantes saldrán a toda velocidad hasta donde los dos participantes se encuentren</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>luego realizaran el juego de piedra, papel, tijera el ganador seguirá invadiendo su lugar del otro equipo, se detendrán cuando salga el participante y retarle a piedra, papel, tijera y de igual forma el ganador seguirá el camino.</p> <p><b>Actividad N°2: A PASARLA POR EL ARO</b> A la señal del profesor, el alumno que tiene la pelota, realizará un lanzamiento tratando de pasar está a través del aro, e inmediatamente se incorpora al final de su columna. Los primeros alumnos de cada columna del frente será el encargado de recoger o atrapar la pelota lanzada, y después se colocará detrás de su línea de lanzamiento para realizar la acción. Así sucesivamente, hasta que todos los integrantes del equipo hayan lanzado. Cada pelota pasada por el aro vale un punto.</p> <p><b>Actividad N°3: OCUPA TU LUGAR</b> A la señal del maestro, el alumno que se encuentra fuera de cada círculo corre alrededor de este, toca a un compañero y continúa la carrera. El niño que ha sido tocado sale corriendo en dirección contraria al que lo tocó. Cada uno tratará de llegar primero al lugar que quedó desocupado. El alumno que quede sin lugar continúa corriendo para tocar a otro jugador.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p><b>METACOGNICIÓN</b> ¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su liberta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25m</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal.</li> <li>- Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso.</li> <li>- practica juegos y actividades planteadas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

- IDAIRA GARCÍA REGALADO , NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. "Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil."
- <https://repositorio.ulead.edu.ec/bitstream/123456789/1095/1/ULEAM-ED.FIS-0027.pdf>
- <https://youtu.be/SNnfiRt8DGw>

  
Docente de área

  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wladimir Francisco Quiroga Cost  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
SUB-DIRECTORA





## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 51

### I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Practicamos diferentes juegos motores que benefician nuestra salud.

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 4 : NOS ALIMENTAMOS SALUDABLEMENTE		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA: 10/07/2023	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “D”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	-Asume una vida saludable -Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	- Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida - se expresa corporalmente	Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros y disfrutar de las actividades lúdicas, también Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso para mejorar el funcionamiento de su organismo
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque búsqueda de la excelencia		VALORES: Honestidad ACTITUD: - El estudiante se esfuerza por superarse en los juegos propuestos, reconociendo sus fortalezas y limitaciones y buscando objetivos que representen avances respecto de su actual nivel de posibilidades en determinados ámbitos de desempeño. - El docente promueve la participación en juegos diversos, en donde los estudiantes puedan superarse a sí mismos.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

### II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

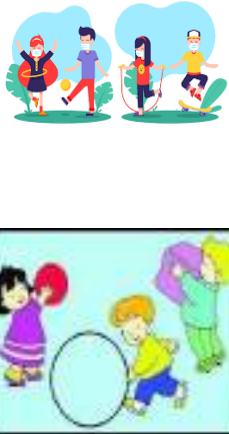

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>- Menciónales que hoy se divertirán jugando juegos lúdicos</li> <li>- A continuación, invítalos a iniciar la sesión con la actividad Y preguntándolos.</li> </ul> <p>¿será importante cuidar nuestro cuerpo? ¿Cuándo realizamos cualquier actividad es importante el descanso? ¿qué es el lenguaje corporal? ¿cuándo estamos jugando que dificultades tenemos y como lo podemos resolver?</p> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>El juego motor es una herramienta pedagógica ampliamente reconocida y utilizada para el desarrollo de elementos motrices, sociales y emocionales a través del movimiento, puesto que se mejora la adquisición de variados contenidos, especialmente en edades tempranas. El carácter simbólico de este tipo de juegos posibilita que los niños puedan crear otros mundos, vivir otras vidas, aprender a pensar como los otros, etc. y esto es un valor añadido a la propia potencialidad educativa de los juegos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> </ul> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimiento o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p><b>EL PROPOSITO DE LA SESION:</b> <b>Actividad N°1: CACHIPUN ALEMAN O CACHIPUN GIGANTE</b> (piedra, papel, tijera)</p> <p>Primeramente los niños y niñas del tercer grado de primaria para jugar y desarrollar este juego tendrán que formar dos columnas , El juego consiste en correr y saltar por medio de los obstáculos, los primeros participantes saldrán a toda velocidad hasta donde los dos participantes se encuentren luego realizaran el juego de piedra, papel, tijera el ganador seguirá invadiendo su lugar del otro equipo, se detendrán cuando</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p>salga el participante y retarle a pierda, papel, tijera y de igual forma el ganador seguirá el camino.</p> <p><b>Actividad N°2: SALTAR LA SERPIENTE</b> - Un participante se desplaza por el espacio y va moviendo una cuerda larga al ras del suelo. • Los demás participantes deben saltar la cuerda de un lado a otra sin pisarla.</p> <p><b>Actividad N°3: JUEGO CON BALONES</b> Organiza cuatro grupos de igual cantidad de participantes y entrégales un balón. • Ubícalos en la zona de juego de tal forma que cada equipo tenga espacio para conformar un círculo. • Pídeles que cada equipo demuestre lo que puede hacer con el balón utilizando las manos y donde todos estén participando. • Dale unos minutos para que realicen libremente su actividad. • Ahora corresponde una segunda parte, indica que se pasen el balón de mano en mano lo más rápido que puedan y sin dejarlo caer. • Menciona que, a tu señal, el estudiante que tiene el balón se lo pasa al de su derecha y este lo lanza al compañero/a de enfrente; el estudiante que recibe el balón, repite la acción y así sucesivamente hasta que el balón pase por todos los estudiantes. • Después, puedes aplicar variantes como: pasarle primero al de la izquierda, girar antes de lanzar, darle botes antes de hacer el pase y otros que los estudiantes propongan. • Píde a los estudiantes que cada vez que finalicen una acción, demuestren con sus movimientos cómo se sienten al ser los primeros o los últimos en realizar la actividad. • Finalizada esta parte, reflexiona junto a los estudiantes: “¿Para qué lado lanzabas el balón? ¿a qué equipo no se le cayó el balón?” • Comunícales que en la siguiente actividad ya no se quedarán en su sitio.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<p>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></p> <p><b>METACOGNICIÓN</b> ¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuvo hoy?</p> <p>- <b>Hidratación</b> - <b>Al final dejar dar su libertad para que jueguen su deporte favorito.</b> - <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></p>	<p>Libre exploración</p>		<p>25m</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<p>- Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal. - Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso. - practica juegos y actividades planteadas</p>	<p>- Observación directa.</p>	<p>Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

- IDAIRA GARCÍA REGALADO , NOELIA RODRÍGUEZ LÓPEZ. 2020. “Trabajo Fin de Grado de Maestro En Educación Infantil.”  
-<https://youtu.be/SNnflRt8DGw>
- <https://resources.aprendoencasa.pe/red/aec/regular/2021/0e0e410d-224a-47c0-815f-0639624030c4/Exp4-secundaria-3y4-seguimosaprendiendo-educacionfisica-Actividad4Fortalecemosnuestrashabilidadesmotricesconeljuegoenfamilia.pdf>

  
Docente de área

  
Docente de Práctica  
UNA - PUNO

  
Estudiante Practicante  
Wladimir Martínez Quiroga Oros  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

  
  
SUB DIRECTOR



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



## PRÁCTICA INTENSIVA EN EL NIVEL PRIMARIA

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 52

I. NOMBRE DE LA SESIÓN: Conocemos posturas adecuadas e hidratación cuando practicamos juegos motores de fuerza

DRE:	I.E.P:	PROFESOR TITULAR: SEVERINA VALENCIA QUISPE	
PUNO	N° 71013 “ CLORIOSO SAN CARLOS”	PROFESOR PRACTICANTE: WITMAN FRANKLIN QUISPE CORI	
UGEL:	PUNO	DOCENTE DE PRACTICA: DONY EDWIN MAMANI VELÁSQUEZ.	
NOMBRE DE LA EDA N° 4 : NOS ALIMENTAMOS SALUDABLEMENTE		HORA PEDAGOGICO: 90 MINUTOS	
FECHA:17/07/2023	GRADO Y SECCIÓN: TERCERO “ ”.	CICLO: IV	
<b>PROPÓSITO DE APRENDIZAJE</b>			
ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
EDUCACIÓN FÍSICA.	-Asume una vida saludable -Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	- Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida - se expresa corporalmente	Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros y disfrutar de las actividades lúdicas, también Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso para mejorar el funcionamiento de su organismo
ENFOQUE TRANSVERSAL		ACCIONES OBSERVABLES	
Enfoque búsqueda de la excelencia		VALORES: respeto ACTITUD: - El estudiante se esfuerza por superarse en los juegos propuestos, reconociendo sus fortalezas y limitaciones y buscando objetivos que representen avances respecto de su actual nivel de posibilidades en determinados ámbitos de desempeño. - El docente promueve la participación en juegos diversos, en donde los estudiantes puedan superarse a sí mismos.	
<b>RECURSOS DIDACTICOS</b>			
Ula ula, aros, pelotas, sogas ,pelotas, conos, platillos, bastones, USB, parlante, silbato, tablarero, etc.			

## II. MOMENTOS DE LA SESIÓN

FASES	DESCRIPCIÓN.	ESTRATEGIAS E.A.	GRÁFICO	TIEMPO
<b>INICIO</b> Rescatar saberes previos Activación fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darles la bienvenida a los niños/as (saludo)</li> <li>- Menciónales que hoy se divertirán jugando juegos lúdicos</li> <li>- A continuación, invítalos a iniciar la sesión con la actividad Y preguntándolos.</li> </ul> <p>¿será importante cuidar nuestro cuerpo? ¿Cuándo realizamos cualquier actividad es importante el descanso? ¿qué es el lenguaje corporal? ¿cuándo estamos jugando que dificultades tenemos y como lo podemos resolver?</p> <p style="text-align: center;"><b>INTRUDUCCION DEL TEMA</b></p> <p>El juego motor es una herramienta pedagógica ampliamente reconocida y utilizada para el desarrollo de elementos motrices, sociales y emocionales a través del movimiento, puesto que se mejora la adquisición de variados contenidos, especialmente en edades tempranas. El carácter simbólico de este tipo de juegos posibilita que los niños puedan crear otros mundos, vivir otras vidas, aprender a pensar como los otros, etc. y esto es un valor añadido a la propia potencialidad educativa de los juegos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activación fisiológica</li> </ul> <p>Realizaremos respiración ( inhalación y exhalación) y elongaciones</p>	Descubrimiento o guiado		20 M
<b>PROCESO</b> Desarrollo de las actividades	<p>EL PROPOSITO DE LA SESION: <b>Actividad N°1: juego de la «Sogatira»</b></p> <p>formar dos grupos entre los niños, colocándose cada uno a lo largo de una cuerda y mirándose de frente. Se colocará un pañuelo en el centro de la cuerda, que servirá para ver quién gana. De esta forma, se hacen dos líneas paralelas en el el terreno, de modo que el pañuelo quede entre ambas. A la señal del profesor, todos comienzan a tirar de la cuerda, y gana el equipo que consiga llevar el pañuelo hasta su línea. Se trata de un juego dirigido a niños mayores de 10 años. Uno de los juegos de fuerza para educación física más divertidos.</p>	Mando directo modificado		45 M



# Universidad Nacional Del Altiplano – Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE



	<p><b>Actividad N°2: CARRERA DE CARRETILLAS</b> Organización: se hacen 4 grupos y se agrupan en parejas. Luego se colocarán formando una fila. Desarrollo: a la señal del profesor, los dos primeros de cada equipo irán en carretilla hasta un cono y volverán. La primera pareja en lograrlo anotará 1 punto para su grupo. Para hacer la carretilla un niño se tiene que colocar en “plancha”, es decir, en cuatro apoyos (manos y pies). Entonces su compañero lo cogerá por los tobillos, haciendo que sus pies se despeguen del suelo.</p> <p><b>Actividad N°3: Pelea de gallos</b> Organización: en parejas, colocados en cuclillas dentro de un círculo. Desarrollo: tienen que intentar derribar al otro haciendo uso de las manos. Cabe mencionar que se pueden mover dentro del círculo en esa posición. El juego termina cuando un niño tira al otro o uno se pone de pies.</p>			
<p><b>FINAL</b> Vuelta a la calma. Extensión. Reflexión</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Al terminar el trabajo realizaremos ejercicios de respiración y profundas elongaciones para volver a la calma.</b></li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>METACOGNICIÓN</b></p> <p style="text-align: center;">¿Qué actividad realizamos hoy? ¿para qué me servirá lo aprendido? ¿qué dificultades tuve hoy?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Hidratación</b></li> <li>- <b>Al final dejar dar su libreta para que jueguen su deporte favorito.</b></li> <li>- <b>Lavarse las manos con agua y jabón</b></li> </ul>	<p>Libre exploración</p>		<p>25m</p>

### III. EVALUACIÓN.

CRITERIOS DE EVALUACION	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal.</li> <li>- Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso.</li> <li>- practica juegos y actividades planteadas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observación directa.</li> </ul>	<p>Registro auxiliar Lista de cotejos</p>

### IV. BIBLIOGRAFÍA.

- [https://educacion2.com/juegos-de-fuerza-para-educacion-fisica/#google\\_vignette](https://educacion2.com/juegos-de-fuerza-para-educacion-fisica/#google_vignette)

Docente de área

Docente de Práctica  
UNA - PUNO

Estudiante Practicante  
Wladimir Práxedes Quispe Coati  
DOCENTE PRACTICANTE  
E.P.E.F. - UNA - PUNO

SUB DIRECTOR DE PRACTICA



# *Universidad Nacional Del Altiplano – Puno*

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE





# *Universidad Nacional Del Altiplano – Puno*

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA  
CENTRO DE PRACTICA DOCENTE





## LISTA DE COTEJOS

EDA N° 2		PRACTICAMOS EJERCICIOS DE ACTIVACIÓN Y RELAJACIÓN CORPORAL PARA EL CUIDADO DE NUESTRA SALUD									
COMPETENCIAS		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad</li> <li>- asume una vida saludable</li> </ul>									
NOMBRE DE SESIONES		practicamos la activación corporal antes de una actividad lúdica		Nos adaptamos a las posturas dinámicas Y estáticas		Practicamos hábitos saludables a través de actividades físicas y buena alimentación		Nos motivamos jugando juegos lúdicos para tomar atención en las aulas		Realizamos ejercicios y juegos de 30 minutos en nuestros tiempos libres	
Apellidos y nombres Tercero "A"		<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>									
		-Tiene conocimiento sobre la activación fisiológica -Presta atención -Se motiva con los ejercicios planteados -Toma conciencia de la activación corporal		-Relaciona con los ritmos de actividad – descanso -Corregí sus posturas dinámicas		-Identifica alimentos -Diferencia los alimentos -Explica cada uno de los alimentos		-Se orienta sus movimientos en situaciones lúdicas -Afianza sus habilidades motrices básicas		-Toma conciencia sobre la importancia de la activación corporal y practica	
1	Jean Piero Aicaya Mendoza	si		si		Si		Si		Si	
2	Antomela Gelmira Alave Zalco	si		si		Si		Si		si	
3	Tiago Andre Borda Huallapa	si		si			no	Sisi		Sisi	
4	Luzdenia Belen Caseres Aguilar	si		si				Si		Si	
5	Yasmin Milett Cahui Ramos	si		si		Si		Si		Si	
6	Benjamin Paolo Chambilla Aguilar		no	si		Si			No	Si	
7	Greyz Estefani Choque Machaca	si		Si			No	Si		Si	
8	Liam Patrick Choque Machaca	si		Si			No	Si		Sisi	
9	Yeimy Nicol Choquehuanca Machaca	si		Si		Si		Si		Si	
10	Tiago Mijael Coila Lopez		no	Si		Si		si			No
11	Ashly Brunela Coloma Pari			Si		Si		Si		Si	
12	Bianca Shaeil Flores Mamani	si		Si		Si		Si		Si	
13	Clismar Yhosep Gomes Ramos		no	Si		Si			No	Si	
14	Aslly Mayely Lerma Tarapa			Si			No	Si		Si	
15	Yonathan Gabriel Lopez Mamani		no	Si		Si		Si		Si	
16	Marta Milagros Machaca Gomes	si		Si		Si		Si			No
17	Anheli Fiorela Mamani Huanca	si		si		Si		Si		Si	
18	Dante Leonel Mamani Llanos	si		Si		Si		Si			No

19	Thiago Sebastian Mamani Quispe	si		Si			No	Si			No
20	Juliete Jasmira Pacumpia Galindo	si		Si		si		si		si	
21	Andre Jesus Paucar Quispe	si		Si			No	si			
22	Abigail Alesandra Peotier Quispe	si		Si		Si		Si		Si	
23	Alan Dhayiro Peres Huilcahuaman		no	Si		Si			no	Si	
24	Johaquin Brayan Ramos Mamani	si		Si		Si		Si		Si	
25	Kelly Yesenia Rodrigues Velasquez	si		Si			no	si	no	Sisi	
26	Cristian Leonel Romero Perez	si		Si		Si		Si			No
27	Mathias Faritd Venegas Condori	si		Si		si		Si		Si	
28	Alvaro Imanol Vargas Tumquipa	si		si		si		si		si	

NOMBRE DE LA EDA		ME ORIENTO EN EL ESPACIO Y TIEMPO AL PRACTICAR ACTIVIDADES LÚDICAS									
COMPETENCIAS		- Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad									
NOMBRE DE SESIONES		Conozco mi entorno y me ubico		Realizamos juegos de orientación espacial		Nos ubicamos jugando y desplazándonos		Jugando mejoramos nuestra percepción espacial		Disfruto moviéndose en el espacio y tiempo	
Apellidos y nombres Tercero "B"		CRITERIOS DE EVALUACIÓN									
		Se orienta en el espacio y el tiempo regulando la posición de su cuerpo al trasladarse de un lugar a otro a partir de referencias visuales auditivas Identifica los diferentes niveles de esfuerzo al jugar		Coordina sus movimientos en situaciones lúdicas Reconoce la izquierda y derecha en relación a objetos y en sus pares para mejorar sus posibilidades de movimiento en diferentes acciones ludicas		Se relaciona a si mismo con los objetos y sus compañeros Se orienta en un espacio y tiempo		Se orienta en un espacio y tiempo determinado Coordina sus movimientos en situaciones ludicas		Afianza sus habilidades motrices básicas Se relaciona con su entorno	
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	Dairon Yosimar Alberto Mamani	Si		Si		Si		Si			
2	Allison Milena Alejo Miranda	Si		Si		Si		Si			
3	Camila Alejandra Bermejo Ramos	Si		Si		Si		Si			
4	Ariana Brigit Cahui Carcausto	Si		Si		Sisi		Si			
5	Diego Armando Cahui Condori	Si			no	Si		Si			
6	Yeremy Yulcel Chambilla Mamani	Si		si		Si		Si			
7	Sayumi Nicol Chuculla Flores	Si		si		Si		Si			
8	Anguie Milagros Coaquira Lopez	Si		si		Si		Si			
9	Diquen Emerson Copa Luque		No	si		Si		Si			
10	Reyna Gianira Flores Flores	Si		si			No	Si			
11	Lilian Alexandra Gallegos Albarez		No		no	Si		Si			
12	Erick Rodrigo Gonzales Quispe		No		no	Si		Si			
13	Majal Huancaapaza Apaza	Si		si		Si			no		

14	Natali Milagros Huayna Mamani	Si		Si		Si		Si			
15	Olaf Kenyiro Lopez Chavez	Si		Si		Si		Si			
16	Camilo Angel Mamani Ramirez	Si			No	Si		Si			
17	Miguel Josua Mamani Urubi	si		si			No	Si			
18	Lizeth Sheyla Maita Chaiña	Si		si		Si		Si			
19	Jairo Xavier Nina Achata		No	Si		Si		Si			
20	Miguel Fabricio Pancca Panca	Si			no	Si		Si			
21	Lesly Angely Paripanca Quispe	Si		si		Si			No		
22	Kelly Brytny Perez Ramos	Si		si		Si		Si			
23	Anghelo Octavio Pineda Huamani		No	si		Si		Si			
24	Miguel Quinto Ballena	Si			no	Si		Si			
25	Mely Aremy Rosas Ccoa	Si		si		Si		Si			
26	Rafael Alesandro Santos Paucar	si		si		Si		Si			
27	Axel Fernando Velasquez Ccama		no		no	Si		Si			
28	Adriano Leon Vilca Cruz		no	si		si		si			

## LISTA DE COTEJO

NOMBRE DE LA EDA		NOS ALIMENTAMOS SALUDABLEMENTE										
COMPETENCIAS		- Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad - asume una vida saludable										
NOMBRE DE SESIONES		Practicamos diferentes juegos motores que benefician nuestra salud.		Conocemos posturas adecuadas y hidratación cuando practicamos juegos motores de fuerza								
Apellidos y nombres Tercero "C"		<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>										
		Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad - descanso		práctica y toma interés a los juegos y actividades planteadas								
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
1	Melissa Mia Amaru Aroquipa	si		si								
2	Franco Ancota Llano		no		no							
3	Yonael Kevin Araujo Gomes	si		si								
4	Aldair Fret Aroapaza Roque	si		si								
5	Carles Callapani Ramos	si			no							
6	Roy Adriano Chura Nina	si			no							
7	Luis Erick Condori Casani		no		no							
8	Evelin Mailin Cutipa Checalla	si		si								
9	Liam Gonzales Zeballos	si			no							
10	Leandro Ramiro Herrera Soto	si			no							
11	Suny Saitd Roli Mamani Cahuani	si		si								
12	Angui Vianed Manrique Illanes	Si		si								

13	Piero Maquera Maquera	Si		si							
14	Rodrigo Mayta Quispe	si		si							
15	Yuli Leonor Morales Gutierrez	si		si							
16	Luz Emely Morales Mamani	si		si							
17	Luis Andre Quenalla Huallata	Si		Si							
18	Andrea Fiorela Quispe Apaza	Si		Si							
19	Liam Thiago Quiape Flores	Si		Si							
20	Anderson Jhosep Rojas Gutie	Si		Si							
21	Rudy Suaña Mamani	Si		Si							
22	Yamileth Romina Velasquez Alea	Si		Si							
23	Araceli Mireya Vilca Vilca	Sisi		Si							
24	Milan Jhossep Villanueva Mamani	Si		Si							
25	Kael Aurelio Yufra Caceres	Si		Si							
26	Camila Milet Yupanqui Rodriges	Si		Si							
27	Merly Victoria Zapana Quispe	Si		Si							
28	Melissa Mia Amaru Aroquipa	Si		Si							











