

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO

FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



INFORME DE:

PRÁCTICA PREPROFESIONAL EN EDUCACIÓN PRIMARIA

ELABORADO POR:

ERICK JOSUE CONDORI LUQUE

DOCENTE:

Mg. CESAR ARMANDO GUTIERREZ DIAZ

CICLO: VII

SEMESTRE ACADÉMICO: 2025-I

Puno – Perú

2025

DEDICATORIA

Dedico este informe a mi amado Jesús, a mis queridos padres y hermanos, que son el pilar más importante en este largo camino de mi formación profesional, por imponerme los valores, como los pilares fundamentales de mi desarrollo; en ellos tengo y encuentro motivación, para no rendirme y seguir siendo mejor cada día.

AGRADECIMIENTO

Primero que nada, doy gracias a Dios por amarme con su amor infinito, darme la fuerza para no dejarme vencer por las diversas pruebas de la vida y hacerme comprender que Él siempre está conmigo. Por otro lado, agradezco a mis padres, quienes son mi motivación para continuar, sin importar lo difícil que sea el camino, que me queda por delante para lograr mis sueños.

RESUMEN

Durante lo que fue mi práctica preprofesional de Educación Física en educación primaria urbana, realizada en la I.E.P. N° 70623 Santa Rosa de Puno, tuve la significativa oportunidad de fortalecer mis competencias pedagógicas por medio de la aplicación de diversas estrategias metodológicas ajustadas a las necesidades específicas de los estudiantes de primero, segundo y sexto grado. La práctica incluyó la contextualización del CNEB y elaboración de la carpeta pedagógica, la planificación curricular anual, unidades y sesiones de aprendizaje centradas en actividades lúdicas, rítmicas y culturales, en busca desarrollo integral del estudiante acorde a sus características propias a nivel físico, emocional y social. Esta enriquecedora experiencia fortaleció significativamente mis habilidades de enseñanza, permitiéndome adaptar eficazmente mis métodos pedagógicos al contexto y promover una educación física integral, inclusiva y de calidad. Agradezco profundamente a los docentes titulares, supervisores y docentes universitarios por su invaluable acompañamiento en este proceso de formación.

Palabras claves: Educación, calidad, metodología, pedagogía, integral.

ABSTRACT

During my pre-professional internship in Urban Primary Physical Education, held at I.E.P. No. 70623 Santa Rosa de Puno, I had the significant opportunity to strengthen my teaching skills through the application of various methodological strategies tailored to the specific needs of first, second, and sixth grade students. The internship included contextualizing the CNEB (National Physical Education Program) and preparing the teaching portfolio, annual curriculum planning, and learning units and sessions focused on recreational, rhythmic, and cultural activities, seeking the comprehensive development of students according to their unique physical, emotional, and social characteristics. This enriching experience significantly strengthened my teaching skills, allowing me to effectively adapt my teaching methods to the context and promote comprehensive, inclusive, and quality physical education. I deeply thank the tenured teachers, supervisors, and university professors for their invaluable support throughout this training process.

Keywords: Education, quality, methodology, pedagogy, comprehensive.

INTRODUCCIÓN

El siguiente informe documenta el proceso desarrollado en la práctica preprofesional desarrollada en la I.E.P. N° 70623 Santa Rosa de Puno. El contenido del informe presenta los resultados obtenidos a lo largo de las unidades y sus sesiones desarrolladas. Las cuales se dividen en cinco capítulos:

Capítulo I: Este capítulo establece de forma objetiva lo referido al marco legal, fundamentado en base a las normativas y leyes que regulan el Estado y la Educación en el Perú.

Capítulo II: El capítulo segundo se centra en examinar los fundamentos que sustentan la educación física en el contexto actual, abordando las competencias claves necesarias para el desarrollo integral del estudiante, así como las estrategias metodológicas más relevantes que potencian el proceso pedagógico.

Capítulo III: El capítulo tercero, se relación al marco operativo representándolo como el núcleo central, por cual se destaca la relevancia e importancia de la práctica, abordando los enfoques de la educación física y la diversificación curricular por medio de la inclusión de ejemplos prácticos de experiencia y actividades de aprendizaje.

Capítulo IV: El capítulo cuarto, cual se centra en la dimensión operativa, cual ofrece una justificación detallada de la práctica preprofesional, abordando su importancia, sus enfoques y los procesos que lo derivan.

Capítulo V: Es en el último capítulo, en cual se desarrolla un análisis exhaustivo de la práctica y sus resultados, vislumbrando conclusiones objetivas sobre los elementos clave de la práctica como los estilos de enseñanza y los instrumentos de evaluación por medio de las calificaciones de los estudiantes.

ÍNDICE

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
RESUMEN	iv
ABSTRACT	v
INTRODUCCIÓN.....	vi
CAPITULO I	10
MARCO LEGAL	10
1.1 Constitución política del Perú.....	10
1.2 Ley General de educación del Nro. 28044 y su modificación ley y su reglamento aprobado por el D.S. N°019 – 9ED	10
1.3 Ley de la carrera pública magisterial Nro. 29062	10
1.4 Ley universitaria Nro. 30220	10
1.5 Estatuto de la Universidad Nacional del Altiplano Puno 2023	11
1.6 Resolución Ministerial N° 556-2024-MINEDU "Norma Técnica para el Año Escolar en las instituciones y programas educativos públicos y privados de la Educación Básica para el año 2025"	11
1.7 Reglamento de Practica Preprofesional (objetivos, características, funciones de los estudiantes practicantes, tipo de PPP, metas, desarrollo de la PPP, derechos y deberes del estudiante.....	11
CAPITULO II.....	14
MARCO CURRICULAR	14
2.1 Proyecto Educativo Nacional	14
2.2 Currículo Nacional	14
2.3 Enfoques transversales	14
2.4 Competencias y capacidades del área de Educación Física	15
2.6 Estándares de aprendizaje	16

2.7	Desempeños por grado	16
2.8	Estrategias metodológicas	20
2.9	Recursos didácticos.....	20
2.10	Evaluación	20
2.10.1	Tipos de evaluación.....	21
2.10.2	Técnicas e instrumentos de evaluación	21
	CAPITULO III	22
	MARCO OPERATIVO	22
3.1	Función del profesor de Educación Física en primaria.....	22
3.2	Justificación de la Practica Preprofesional en Educación Primaria	22
3.3	Importancia de la Práctica preprofesional en Educación Primaria	23
3.4	Enfoque de la Educación Física	23
3.5	Procesos de diversificación curricular en el nivel primario.....	24
3.6	Programación curricular anual de Educación Física	24
3.7	Unidades didácticas	24
3.7.1	Unidades de aprendizaje	25
3.7.2	Proyectos de aprendizaje.....	25
3.7.3	Módulos de aprendizaje	25
3.7.4	Talleres de aprendizaje	26
3.8	Sesión de aprendizaje	26
3.8.1	Proceso pedagógico	26
3.8.2	Proceso didáctico.....	27
3.8.3	Procesos cognoscitivos	27
3.8.4	Momentos pedagógicos.....	27
3.9	Elaboración de material educativo para Educación Física.....	27
3.10	Metodología en Educación Física	27
3.11	Evaluación en Educación Física	28

CAPITULO IV	29
MARCO CONCEPTUAL	29
4.1 Educación	29
4.2 Educación física.....	29
4.3 Tecnología de la información y comunicación Tics en el área de Educación Física	29
4.4 Currículo.....	30
4.5 Enfoque	30
4.6 Corporeidad	30
4.7 Enseñanza	30
4.8 Aprendizaje	31
4.9 Competencia	31
4.10 Capacidad.....	31
4.11 Estándar de aprendizaje	31
4.12 Desempeño	32
4.13 Evaluación	32
CAPITULO V.....	33
PRESENTACION Y ANALISIS DE RESULTADOS.....	33
5.1 Población atendida por grado y sección	33
5.2 Población atendida según grado y genero	34
5.3 Población atendida según grado y edad.....	35
5.4 Sesiones de aprendizaje por competencias y unidad didáctica.....	40
5.5 Desempeños desarrollados por competencias y unidad didáctica.....	41
5.6 Estilos de enseñanza – aprendizaje utilizados durante el proceso de la PPP por unidad didáctica.	42
5.7 Instrumentos de evaluación utilizadas durante el proceso de la PPP por unidad didáctica.....	43

5.8 Medios y materiales utilizados en sesiones y actividades de aprendizaje por unidad didáctica	44
5.9 Calificación de los estudiantes	45
CONCLUSIONES	51
SUGERENCIAS.....	52
REFERENCIAS.....	52
WEBGRAFIA	57
ANEXOS.....	72

CAPITULO I

MARCO LEGAL

1.1 Constitución política del Perú

Artículo 13: Aunque la Constitución no menciona textualmente las prácticas preprofesionales, sí garantiza el derecho a la educación y establece que el Estado debe fomentar la formación profesional y técnica.

Artículo 16: Se resalta la relevancia de las prácticas preprofesionales en la formación de los futuros educadores quienes puedan brindar una educación de calidad.

1.2 Ley General de educación del Nro. 28044 y su modificación ley y su reglamento aprobado por el D.S. N°019 – 9ED

Art. 52: Dispone que la educación de los futuros maestros debe ser completa, integrando tanto la teoría como la práctica, por tanto, se pretende que los alumnos desarrollen competencias en pedagogía y didáctica, así como habilidades para gestionar el aula y atender la diversidad.

Art. 53: La formación de los futuros docentes debe ser completa y significativa, integrando teoría y práctica para desarrollar las competencias esenciales.

Por ello la práctica preprofesional es un pilar fundamental en este proceso, permitiendo aplicar conocimientos en entornos reales y crecer como educadores preparados y dedicados

1.3 Ley de la carrera pública magisterial Nro. 29062

Art. 6: Esta legislación no aborda explícitamente la práctica preprofesional, sino que se concentra principalmente en regular la carrera y el marco laboral de los educadores en el Perú, estableciendo normativas sobre su ingreso, formación, capacitación, evaluación y otros aspectos vinculados a la gestión educativa y al ejercicio profesional docente.

1.4 Ley universitaria Nro. 30220

Art. 44.2: Establece que los planes de estudio deben incluir prácticas preprofesionales y profesionales obligatorias como parte del proceso de formación profesional.

Art. 45.1 y 45.2: Las universidades deben promover, organizar, supervisar y evaluar estas prácticas, estableciendo convenios con entidades públicas y privadas para su realización.

Art. 46.1 y 46.2: Por tanto, enfatiza en un sistema de prácticas que integre estas actividades en el plan de estudios, asegure su calidad y pertinencia, garantizando que se realicen en condiciones adecuadas protegiendo los derechos de los estudiantes.

1.5 Estatuto de la Universidad Nacional del Altiplano Puno 2023

Art. 43.2: Establece que las prácticas preprofesionales son un componente obligatorio para la obtención del título profesional, cada escuela profesional determina en su estructura curricular la pertinencia y duración de las prácticas preprofesionales, de acuerdo a sus especialidades.

Art. 257.18: Por tanto, las prácticas deben realizarse en instituciones públicas o privadas que estén relacionadas con el campo de estudio del estudiante, y deben ser supervisadas por la universidad para garantizar el cumplimiento de los objetivos educativos establecidos

1.6 Resolución Ministerial N° 556-2024-MINEDU "Norma Técnica para el Año Escolar en las instituciones y programas educativos públicos y privados de la Educación Básica para el año 2025"

La Resolución Ministerial N° 556-2024-MINEDU presenta la Norma Técnica para el Año Escolar 2025, proporcionando directrices clave para el mejoramiento del servicio educativo básico en instituciones tanto públicas como privadas. Su enfoque principal responde a las necesidades particulares de cada contexto, promoviendo valores como la inclusión, equidad, bienestar emocional, participación comunitaria y capacitación continua de los docentes. Asimismo, resalta una gestión pedagógica descentralizada y flexible, en garantía de una educación más humana, cercana e integral para todos los estudiantes.

1.7 Reglamento de Practica Preprofesional (objetivos, características, funciones de los estudiantes practicantes, tipo de PPP, metas, desarrollo de la PPP, derechos y deberes del estudiante

Artículo 1: De los objetivos de la practica

Los objetivos de la Práctica Preprofesional en Educación Primaria incluyen consolidar la formación profesional, aplicar conocimientos en entornos reales, y diversificar las propuestas educativas, fortaleciendo así la preparación docente integral por medio de:

Consolidar su formación profesional, como facilitador del aprendizaje a través del ejercicio integral de planificación, implementación, ejecución y evaluación del proceso de aprendizaje y enseñanza.

Desarrollar la Práctica Preprofesional en las instituciones públicas y privadas del ámbito escolar y no escolar que comprende las zonas urbanas, urbano-marginales y rurales.

Poner en práctica los diferentes conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes obtenidos dentro de su formación académica profesional en situaciones reales del ejercicio docente. Diversificar las propuestas del sistema educativo peruano en planificaciones curriculares en los distintos niveles de Educación Básica Regular.

Proponer y aplicar programas de actividad física, deportiva y recreativa para la salud, en instituciones y/o organizaciones públicas y privadas en promoción de la salud.

Implementar y desarrollar sesiones de aprendizaje con estrategias metodológicas, elaboración y manejo de los materiales educativos, así como el uso adecuado de equipos tecnológicos.

Evaluar las sesiones de aprendizaje con la aplicación de instrumentos pertinentes.

Desarrollar clase modelo, elaborar el informe de práctica preprofesional y sustentar.

Artículo 40° De los derechos del estudiante practicante

El estudiante tiene el derecho durante el desarrollo de la práctica, de recibir una formación académica de calidad que le otorgue conocimientos y competencias para el desempeño profesional y de investigación científica al:

Recibir oportunamente el sílabo del curso de práctica preprofesional y otros documentos académicos que sean pertinentes al curso y su ejecución.

Ser tratado con dignidad, respeto y sin discriminación.

Recibir asesoramiento y orientación oportuna de su docente titular del curso para el cumplimiento de su Práctica Preprofesional.

Ser evaluado en forma justa y recibir información oportuna de los resultados.

Ser acogido en una Institución educativa para realizar sus prácticas

Artículo 41° De los deberes del estudiante practicante

Son deberes del Estudiante Practicante:

Matricularse oportunamente en el curso de Práctica Preprofesional.

Contribuir al desarrollo y la calidad de la educación Básica Regular, así como promocionar la salud en las instituciones públicas y privadas.

Demostrar responsabilidad, eficiencia profesional, disciplina, puntualidad y ética en todos sus actos durante el desarrollo de las prácticas.

Velar por la conservación y mantenimiento de los materiales, equipos e infraestructura de la entidad donde se encuentra realizando sus Prácticas.

Presentar con puntualidad los documentos técnico pedagógicos para la revisión y desarrollo de las Prácticas Preprofesionales.

Asistir con puntualidad a las entidades de Practica Preprofesional y desarrollar las sesiones con pertinencia.

Participar en las actividades del calendario cívico escolar y otros programadas por la Institución pública o privada.

Promover la realización de Proyección Social y Extensión Universitaria de acuerdo a las necesidades de las instituciones públicas y privadas donde realiza la Práctica Profesional.

Artículo 28° De las metas de la Practica preprofesional en educación Primaria

Promover la formación académica integral de los estudiantes en los aspectos cognitivos, procedimentales y actitudinales en la intervención preprofesional, donde se promueve la aplicación de los conocimientos teóricos y metodológicos.

Práctica en el Nivel Primaria

Desarrollar 50 sesiones de aprendizaje como mínimo.

Por semana desarrollar 05 sesiones.

Desarrollar una clase modelo ante los jurados evaluadores.

Presentar y sustentar el informe de práctica, con aprobación del docente.

Presentar un ejemplar del informe final en físico y 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 Proyecto Educativo Nacional

El Proyecto Educativo Nacional al 2036 establece un marco estratégico para orientar la educación en el Perú, su visión se centra en la construcción de una sociedad democrática, equitativa e inclusiva, en la que las personas puedan desarrollar su potencial. Este proyecto tiene cuatro propósitos: vida ciudadana, inclusión y equidad, bienestar socioemocional, y productividad sostenible, con el objetivo de formar ciudadanos críticos, autónomos y comprometidos con el desarrollo del país de forma sostenida (Mora, 2018).

A través de diez orientaciones estratégicas, el PEN busca garantizar una educación de calidad, promover la igualdad de oportunidades, fortalecer el financiamiento educativo, y fomentar el uso de tecnologías digitales. Además, pone énfasis en cerrar brechas sociales y educativas (Mora, 2018).

2.2 Currículo Nacional

El CNEB se orienta en la formación integral de todos los estudiantes, por medio del desarrollo de competencias que integran conocimientos, habilidades y actitudes, que se promueven por medio de aprendizajes significativos, contextualizados y transversales, con enfoques ciudadanos y de cuidado ambiental (MINEDU, 2016b).

Es por medio de la Educación Física que se fomenta el desarrollo motor, el manejo emocional y los estilos de vida saludables, adaptados al contexto garantizando aprendizajes significativos y de bienestar integral (Talavera, 2020).

2.3 Enfoques transversales

Los enfoques transversales son principios educativos que orientan el desarrollo integral de los estudiantes, guiando su formación en valores y habilidades para afrontar retos sociales (Mora,

2018). En el currículo nacional peruano, estos enfoques son fundamentales para formar ciudadanos responsables y comprometidos con el país (Cortez y Mamani, 2018). Los principales enfoques transversales son:

Enfoque de Derechos: Promueve la equidad, la inclusión y el respeto por los derechos humanos, garantizando que todos los estudiantes tengan acceso a una educación justa y de calidad (MINEDU, 2016).

Enfoque de Igualdad de Género: Busca erradicar estereotipos y prácticas discriminatorias, promoviendo relaciones igualitarias y el respeto entre hombres y mujeres (Arenas, 2018).

Enfoque Intercultural: Fomenta el respeto y la valoración de la diversidad cultural, fortaleciendo la identidad y el diálogo intercultural (Andrade, 2020).

Enfoque Ambiental: Desarrolla una conciencia crítica sobre el cuidado del medioambiente, promoviendo prácticas sostenibles y responsables (Heinsen y Maratos, 2019).

Enfoque de Orientación al Bien Común: Estimula el sentido de pertenencia y la responsabilidad social, valorando el trabajo colaborativo para el bienestar colectivo (MINEDU, 2016).

Enfoque Inclusivo o de Atención a la Diversidad: Garantiza que las estrategias educativas respondan a las características y necesidades de cada estudiante, reconociendo su diversidad como un recurso valioso (Torre, 2019).

2.4 Competencias y capacidades del área de Educación Física

El área de Educación Física del Currículo Nacional del Perú desarrolla competencias relacionadas con el movimiento, la salud y el bienestar integral, en búsqueda que los estudiantes adquieran habilidades motrices, reflexionen sobre su propio cuerpo y adopten estilos de vida saludables (MINEDU, 2016). Se estructuran en torno a tres competencias clave:

Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad: Promueve el desarrollo de habilidades motrices básicas y específicas que permiten a los estudiantes interactuar eficazmente con el entorno. Las capacidades relacionadas incluyen la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la flexibilidad, adaptadas al contexto y nivel de cada estudiante.

Asume una vida activa y saludable: Busca inculcar hábitos saludables a nivel físico y emocional. Los estudiantes desarrollan capacidades para planificar, realizar y evaluar actividades físicas, así como reflexionar sobre los beneficios del ejercicio para su bienestar integral.

Interactúa a través de sus habilidades socio motrices: Origina la interacción social, fomentando el trabajo en equipo, la cooperación y el respeto a las reglas. Las capacidades asociadas contienen la comunicación efectiva, la resolución de conflictos y el respeto por la variedad en contextos deportivos y recreativos

2.6 Estándares de aprendizaje

Entendidas como descripciones observables del desarrollo progresivo de una competencia, organizadas en niveles de complejidad creciente, desde el inicio hasta el término de la Educación Básica. Estas descripciones son consideradas holísticas, ya que integran de manera articulada las capacidades necesarias para resolver situaciones auténticas, y sobre todo reflejan cómo los estudiantes avanzan en su aprendizaje (MINEDU, 2016).

2.7 Desempeños por grado

a). Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad:

Segundo grado:

Explora de manera autónoma sus posibilidades de movimiento al realizar con seguridad y confianza habilidades motrices básicas¹⁰, mediante movimientos coordinados según sus intereses, necesidades y posibilidades.

Se orienta en el espacio y tiempo con relación a sí mismo y a otros puntos de referencia; reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas.

Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro, que lo ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado.

Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos.

Cuarto grado:

Regula la posición del cuerpo en situaciones de equilibrio, con modificación del espacio, teniendo como referencia la trayectoria de objetos, los otros y sus propios desplazamientos, para afianzar sus habilidades motrices básicas.

Alterna sus lados corporales de acuerdo a su utilidad y/o necesidad y se orienta en el espacio y en el tiempo, con relación a sí mismo y a otros puntos de referencia en actividades lúdicas y predeportivas.

Utiliza su cuerpo (posturas, gestos y mímica) y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.

Utiliza lenguaje corporal para expresar su forma particular de moverse, creando secuencias sencillas de movimientos relacionados con el ritmo, la música de su cultura y la historia de su región.

Sexto grado:

Aplica la alternancia de sus lados corporales de acuerdo a su preferencia, utilidad y/o necesidad, y anticipa las acciones motrices a realizar en un espacio y tiempo, para mejorar las posibilidades de respuesta en una actividad física.

Regula su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices en contextos lúdicos, predeportivos, etc.; de este modo, afianza las habilidades motrices específicas relacionadas con la carrera, el salto y los lanzamientos

Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física aplicando su lenguaje corporal.

Crea con sus pares una secuencia de movimientos corporales, expresivos y/o rítmicos, de manera programada y estructurada; así, se expresa de diferentes formas y con diversos recursos, a través del cuerpo y el movimiento, para comunicar ideas y emociones.

b). Asume una vida saludable:

Segundo grado:

Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica, e identifica los signos y síntomas relacionados con el ritmo cardiaco, la respiración agitada y la sudoración, que aparecen en el organismo al practicar actividades lúdicas.

Diferencia los alimentos saludables y nutritivos que forman parte de su dieta personal y familiar, y los momentos adecuados para ingerirlos; explica la importancia de hidratarse; conoce las posturas adecuadas en la práctica de actividad física y en la vida cotidiana, que le permiten mayor seguridad

Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.

Regula su esfuerzo en la práctica de actividades lúdicas y reconoce la importancia del autocuidado para prevenir enfermedades.

Cuarto grado:

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.

Selecciona e incorpora en su dieta personal y familiar los alimentos nutritivos y energéticos de la región que contribuyen a su bien- estar.

Incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso, hidratación y exposición a los rayos solares, para mejorar el funcionamiento de su organismo, y sustenta las razones de su importancia.

Adopta posturas adecuadas para prevenir problemas musculares y óseos e incorpora el autocuidado relacionado con los ritmos de actividad-descanso para mejorar el funcionamiento de su organismo y prevenir enfermedades.

Sexto grado:

Utiliza diferentes métodos de evaluación para determinar la aptitud física; asimismo, selecciona los que mejor se adecúen a sus posibilidades y utiliza la información que obtiene en beneficio de su salud.

Explica la relación entre los cambios físicos propios de la edad y la repercusión en la higiene, en la práctica de actividad física y en actividades de la vida cotidiana; practica actividad física y explica la importancia que tiene en su vida cotidiana.

Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud.

Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud.

Muestra hábitos saludables y evita hábitos perjudiciales para su organismo, como el consumo de comida rápida, de alcohol, de tabaco, de drogas, desórdenes alimenticios, entre otros; proporciona el fundamento respectivo y desarrolla dietas saludables.

c). Interactúa a través de sus habilidades sicomotrices:

Segundo grado:

Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.

Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas y evita juegos bruscos, amenazas o apodos; acepta la participación de todos sus compañeros.

Resuelve de manera compartida situaciones producidas en los diferentes tipos de juegos (tradicionales, autóctonos, etc.) y adecúa las reglas para la inclusión de sus pares y el entorno, con el fin de lograr un desarrollo eficaz de la actividad

Cuarto grado:

Propone normas y reglas en las actividades lúdicas y las modifica de acuerdo a las necesidades, el contexto y los intereses, con adaptaciones o modificaciones propuestas por el grupo, para favorecer la inclusión; muestra una actitud responsable y de respeto por el cumplimiento de los acuerdos establecidos.

Propone actividades lúdicas, como juegos populares y/o tradicionales, con adaptaciones o modificaciones propuestas por el grupo; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar y los posibles cambios que puedan producirse.

Propone reglas y las modifica de acuerdo a las necesidades; adapta la estrategia de juego cuando prevé las intenciones de sus compañeros de equipo y oponentes, para cumplir con los objetivos planteados.

Sexto grado:

Participa en actividades físicas en la naturaleza, eventos predeportivos, juegos populares, entre otros, y toma decisiones en favor del grupo, aunque vaya en contra de sus intereses personales, con un sentido solidario y de cooperación.

Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.

Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en las que pone en práctica diversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno.

2.8 Estrategias metodológicas

Las estrategias metodológicas son entendidas como recursos clave, que confieren un proceso didáctico más interactivo en la enseñanza, llegando a conferir un entorno pedagógico enriquecedor (Bracho y Kleeder, 2020). Además, sirven como una especie de guía para el trabajo pedagógico, ya que facilitan la planificación de las actividades del aula, además permiten identificar y abordar las dificultades que pudieran surgir (Pérez et al., 2022).

2.9 Recursos didácticos

Los recursos didácticos son considerados herramientas imprescindibles en los procesos de enseñanza, ya que son diseñadas para facilitar esos procesos de forma efectiva. Estos recursos también considerados materiales didácticos, pueden ser libros, laminas, materiales deportivos, videos y otros, tienen la capacidad de interactuar con el estudiante en sus actividades, pudiendo ser adaptados acorde a las características de los estudiantes. Llegando a ofrecer experiencia de aprendizaje interactivas y sirviendo muchas veces como mediadores en el aprendizaje dinámico y significativo (Pérez et al., 2022).

Lo recalcitrante de estos recursos es su gran versatilidad y cantidad de ellos, que pueden ajustarse a la personalidad del estudiante o a cualquier contenido educativo desde una etapa de inicio para llegar a etapas avanzadas, su uso no solo garantiza el aprendizaje sino, el desarrollo de habilidades sociocríticas y de creatividad como elementos esenciales para el éxito personal (Vargas, 2017).

2.10 Evaluación

La evaluación es un proceso fundamental en la práctica pedagógica, siendo de un carácter continuo y progresivo, es mediante la evaluación formativa, que se logra garantizar el cumplimiento de objetivos planteados por medio de instrumentos y criterios de evaluación específicas (Rodríguez, 2020).

Este proceso se confiere no solo en la medición cualitativa o cuantitativa de los resultados, sino que además sirve como ilustrador del camino a seguir y en las decisiones a tomar en la enseñanza, por tanto, esta puede ser adaptable al contexto mismo del estudiante, mejorando continuamente (Talavera, 2020).

2.10.1 Tipos de evaluación

Evaluación diagnóstica: Como Heinsen y Maratos (2019) mencionan la evaluación diagnóstica es una orientación evaluativa, en un proceso de inicio, que busca reconocer las características del estudiante y sus necesidades para en el proceso educativo poder mejorar sus desempeños en vista de objetivos de aprendizajes previstos.

Evaluación formativa: Es una evaluación de proceso y de seguimiento, siendo herramienta fundamental para comprobar si los métodos ó procedimientos pedagógicos están siendo eficientes (Rodríguez, 2020).

Evaluación sumativa: Es la cual se lleva en el epitafio de un proceso o periodo pedagógico, y permite de forma objetiva contrastar el grado en que se han logrado los objetivos educativos (Domínguez, 2022).

2.10.2 Técnicas e instrumentos de evaluación

Bajo el entender de Rodríguez (2020) los instrumentos y técnicas de evaluación son recursos pedagógicos, diseñados para medir el grado de aceptación, de los contenidos educativos en los estudiantes, mediante y buscando una forma estandarizada y eficaz. Por otro lado, para Talavera (2020) estos recursos evaluativos, se pueden observar en forma de rúbricas y pruebas estandarizadas, mediante una selección adecuada, la obtención de datos confiables permitiendo en el educador la toma de decisiones efectivas en su modus didáctico.

CAPITULO III

MARCO OPERATIVO

3.1 Función del profesor de Educación Física en primaria

El profesor de Educación Física en primaria, cumple un rol fundamental en el desarrollo general de los estudiantes, promoviendo no solo el bienestar físico, sino también el crecimiento emocional, social y cognoscitivo (Camacho et al., 2020). Su función principal es planificar y dirigir actividades que aviven el desarrollo de habilidades motrices, hábitos saludables y valores como la cooperación, el respeto y la responsabilidad (Bone y Moreno, 2021).

Además, este docente actúa como un facilitador de aprendizajes significativos, adaptando las estrategias pedagógicas al contexto. En primaria, su tarea incluye incentivar la participación activa de los estudiantes en actividades físicas y recreativas, fortaleciendo su autoestima y fomentando el manejo de emociones (Herrera, 2018). También, contribuye a la integración de enfoques transversales como la igualdad de género, la interculturalidad y el cuidado ambiental, haciendo del área una experiencia enriquecedora y formativa (Talavera, 2020).

En contextos particulares, la labor del profesor es relevante, ya que debe contextualizar las actividades según los recursos disponibles y las particularidades locales, asegurando que la enseñanza sea inclusiva y pertinente para los estudiantes (Quílez y Vázquez, 2012).

3.2 Justificación de la Practica Preprofesional en Educación Primaria

La práctica preprofesional en educación primaria, es un componente esencial en la formación docente, mejora las capacidades y fortalece las competencias del futuro maestro, facilitando la

contextualización de los conocimientos teóricos aprendidos, las habilidades de planificación curricular y las estrategias educativas interiorizadas (Viúdez, 2002). Además, de ser una experiencia transformadora, es un elemento clave, pues familiariza al estudiante con las dinámicas propias de la comunidad educativa, la interacción con esta promueve mayor sensibilidad a las necesidades existentes en el país, así como de reforzar el compromiso social del educador (Quílez y Vázquez, 2012).

3.3 Importancia de la Práctica preprofesional en Educación Primaria

La práctica preprofesional en educación primaria, se fundamenta por ser una contribución al desarrollo de habilidades integrales de los futuros docentes, permitiendo aprender habilidades teóricas y prácticas, permitiendo en un futuro enfrentar de forma magistral los distintos contextos educativos del país (Galfrascoli et al., 2017). De otra forma ayuda en la generación de habilidades para la empleabilidad y competitividad profesional, fortaleciendo las estrategias y la gestión pedagógica como elementos esenciales en la integración de las escuelas (Quílez y Vázquez, 2012; Viúdez, 2002).

Además, como menciona Galvis (2022) son las características y particularidades las que aseguran que el futuro maestro desarrolle competencias y valores que contribuyan en el fortalecimiento del sistema educativo en todo su conjunto.

3.4 Enfoque de la Educación Física

La educación Física en el contexto urbano se centra en la mejora y desarrollo de competencias motoras, sociales y psicoemocionales en contextos de diversidad cultural, retos geográficos y los escasos de materiales (Galvis, 2022). Es por ello que la enseñanza en este contexto se enfoca en la inclusividad bajo dinámicas recreativas y actividades motrices que se relacionan a las necesidades de los estudiantes urbanos, buscando aprendizajes significativos (Fierro, 2024).

Este enfoque también prioriza el uso de recursos locales, y de estrategias pedagógicas contextualizadas que fortalezcan un trabajo activo y creativo de los niños, enfatizados en el desarrollo de habilidades motoras fundamentales, el trabajo colaborativo y en equipo, hábitos saludables, valores y la resiliencia (Galfrascoli et al., 2017).

3.5 Procesos de diversificación curricular en el nivel primario.

La diversificación curricular es uno de los pilares fundamentales en el proceso pedagógico, esta diversificación se da en relación a las características específicas de los estudiantes, su contexto sociocultural y las particularidades geográficas que cada institución presenta. Este proceso tiene la finalidad de garantizar que los aprendizajes sean significativos y pertinentes, respetando las tradiciones culturales, los saberes locales y las condiciones del entorno local (Quintero, 2020).

La praxis de la diversificación curricular se visualiza en las actividades y resultados en el aula, en cuales se conectan los contenidos nacionales con la realidad de la comunidad mediante ejemplos cotidianos y juegos, así como de valoración continua de los recursos naturales y culturales propios que enriquezcan las experiencias de aprendizaje (Quintero, 2020).

3.6 Programación curricular anual de Educación Física

El programa anual en educación física es un documento pedagógico fundamental en la praxis pedagógica, pues organiza de forma sistemática la secuencia de competencias, capacidades y desempeños a desarrollar durante el año escolar en relación al contexto y las características del estudiante. Según el MINEDU (2017) es un documento relevante en cual se absorben los claros objetivos que se desean alcanzar, así como de las metodologías y formas evaluativas por cuales se desean transmitir los contenidos o conocimientos. De forma similar Bone y Moreno (2021) señalan que es una herramienta guía para la práctica docente, que permite la organización y diversificación de los objetivos curriculares.

Son Carriazo Diaz et al. (2020) quienes van más allá, al señalar de forma clara, que este recurso nos permite en su ejercicio, el conocimiento de las necesidades del estudiante, el modo por el cual se genere la paliación de mencionadas necesidades, que por tanto permitirá el pragmatismo de experiencias de aprendizaje diversificadas, efectivas y de gran valor.

3.7 Unidades didácticas

Para Balladares y Valverde (2022) como herramienta pedagógica organiza el contenido educativo en torno a objetivos claros y específicos, enfocados en actividades de aprendizaje, que ayuden al estudiante en la acepción de estos contenidos de forma coherente y estructurada. De manera similar Moreno (2023) esboza en que, estas son estructuras pedagógicas que integran las competencias en

los estudiantes, logrando en estos un aprendizaje significativo y contextualizado. Es Carnerero (2021) quien va más allá al señalar que son estructuras con caracteres cronológicos, que sintetizan una organización coherente del proceso educativo, alrededor de contenidos específicos, integrando y contextualizando la diversificación del aprendizaje, logrando además una relación entre la teoría y la práctica.

3.7.1 Unidades de aprendizaje

Las unidades de aprendizaje son estructuras organizativas que permiten desarrollar competencias y capacidades de manera secuencial y articulada (Arias y Torres, 2017). Cada unidad aborda un conjunto de objetivos específicos, contenidos, estrategias metodológicas y criterios de evaluación, encaminados hacia aprendizajes significativos y contextualizados (Balladares y Valverde, 2022). En Educación Física, las unidades pueden centrarse en habilidades motrices, juegos, y deportes (Galvis, 2022).

3.7.2 Proyectos de aprendizaje

Los proyectos de aprendizaje son estrategias pedagógicas que articulan diferentes áreas del currículo, con el objetivo de alcanzar metas significativas para los estudiantes (Heinsen y Maratos, 2019). En el área de Educación Física, estos proyectos fomentan la participación activa, la creatividad y el trabajo colaborativo, permitiendo que los estudiantes desarrollen competencias motrices, sociales y emocionales a través de experiencias prácticas (Puig et al., 2017).

3.7.3 Módulos de aprendizaje

Son unidades temáticas diseñadas para estructurar el desarrollo de competencias específicas en un área de estudio, un módulo integra actividades, contenidos y estrategias metodológicas centradas en objetivos concretos, permitiendo una construcción de aprendizajes de manera organizada y progresiva (Oses y Carrasco, 2013).

Estos módulos pueden abordar contenidos como habilidades motrices, deportes, juegos recreativos y hábitos saludables.

3.7.4 Talleres de aprendizaje

Son espacios pedagógicos participativos que permiten a los estudiantes desarrollar habilidades y actitudes por medio de experiencias. En Educación Física, estos talleres fomentan el aprendizaje activo por medio de actividades específicas como juegos, ejercicios motrices, dinámicas de equipo o entrenamientos deportivos (Núñez y González, 2020).

Su enfoque está en la interacción y la reflexión, en promoción de competencias motrices y habilidades sociales, como el trabajo en equipo y la solución de problemas, siendo flexibles y adaptables, integrando contextos culturales y recursos del entorno (Núñez y González, 2020).

3.8 Sesión de aprendizaje

Para Peña y Cosme (2015) las sesiones constituyen secuencias de aprendizaje, elaboradas para facilitar y fortalecer la tarea docente, en la interacción de sus estudiantes con el contenido educativo. En cual propósito radica, el estímulo a través de procesos cognitivos, que promueven el aprendizaje, por tanto, las sesiones son esenciales en los procesos de planificación educativa, que garantizan el logro de aprendizajes significativos (Herrera, 2018). Por tanto Carriazo Diaz et al. (2020) señalan que estas, para su efectividad plena, han de caracterizarse de interacciones dinámica, promoción del desarrollo y estructuración cuidadosa en bloques temporales, definidas con antelación.

3.8.1 Proceso pedagógico

Comprende las acciones sistemáticas que el docente realiza para facilitar el aprendizaje, incluye etapas como la planificación, ejecución y evaluación de actividades, asegurando que sean coherentes con los objetivos (Cantero et al., 2021). En el área, prevalece el desarrollo integral del alumno a través de estrategias participativas que integran habilidades motrices progresivas (Núñez y González, 2020).

3.8.2 Proceso didáctico

Se refiere a las estrategias específicas que el docente utiliza para enseñar un contenido específico, es por tal que este proceso incluye el esbozo de objetivos, la selección de actividades recreativas, la aplicación de enfoques pedagógicos y la evaluación de los logros (Cantero et al., 2021).

3.8.3 Procesos cognoscitivos

Abarcan habilidades como la atención, memoria y el análisis, permitiendo que los estudiantes comprendan conocimientos relacionados con el movimiento, la planificación de actividades físicas y la resolución de problemas en situaciones desafiantes (Cantero et al., 2021; Oses y Carrasco, 2013).

3.8.4 Momentos pedagógicos

Estructuran la sesión en etapas: inicio, desarrollo y cierre. En Educación Física, estos momentos son esenciales para mantener el interés del alumno en todo momento, garantizando la progresión de las actividades de forma amena, así como de una promoción de aprendizajes más significativos (Núñez y González, 2020).

3.9 Elaboración de material educativo para Educación Física

La elaboración de material educativo no solo implica el diseño de herramientas que faciliten el aprendizaje como algo superficial, más sino como de un proceso profundo en el cual se toma en cuenta la característica del entorno local (Armas et al., 2018). Esto incluye recursos como guías visuales, tarjetas de instrucciones, equipamiento adaptado y videos que apoyen el desarrollo motor y cognitivo (Rosero, 2020). En contextos urbanos, se pueden crear materiales utilizando recursos locales para promover actividades accesibles y contextualizadas (Rosero, 2020).

3.10 Metodología en Educación Física

En el área de EF coexisten una gran variedad de enfoques metodológicos que se caracterizan por la búsqueda de mayor participación del estudiante, que promuevan el aprendizaje significativo, entre estos se incluyen los métodos como el mando directo, el descubrimiento guiado y el

aprendizaje cooperativo. Estas metodologías garantizan el desarrollo de habilidades motrices y sociales, que se adaptan a las características y necesidades (Fierro, 2024; Rosa et al., 2021).

3.11 Evaluación en Educación Física

La evaluación como tal es un proceso continuo que mide el desarrollo de competencias a través de herramientas de evaluación idóneas para la situación educativa como rúbricas, listas de cotejo y observaciones directas, que permiten valorar el progreso del estudiante priorizando una evaluación integral y contextualizada, que busque la reflexión y la mejora constante del aprendizaje (Fierro, 2024).

CAPITULO IV

MARCO CONCEPTUAL

4.1 Educación

La educación es un proceso fundamental de la actualidad, que confiere desarrollo en las poblaciones, un desarrollo en sus capacidades cognitivas, emocionales, sociales y físicas bajo una orientación hacia la formación integral ciudadana (Quintero, 2020).

En el ámbito de la educación primaria, se enfoca en la búsqueda de aprendizajes significativos, adaptadas a las necesidades etarias y de saberes locales, en promoción de la equidad y asegurando oportunidades para un desarrollo colectivo (Clemente, 2022).

4.2 Educación física

La EF, es entendida como una disciplina que promueve el desarrollo integral por medio del fomento de habilidades motoras, sociales y psicoemocionales, que contribuye a la formación de estilos de vida saludables, al fortalecimiento de habilidades sociales, la acepción de valores, y la mejora del bienestar general, en integración a las particularidades del entorno local (Galvis, 2022). Por otro lado, la Educación Física trasciende del mero ámbito deportivo, siendo una herramienta pedagógica que estimula creatividad, la resolución de problemas y la autoconfianza del individuo, por medio de experiencias lúdicas y dinámicas, en fomento de la exploración del cuerpo y sus acepciones motrices, llegando a ser un impulsor del aprendizaje autónomo y el desarrollo sociocrítico (Balladares y Valverde, 2022).

4.3 Tecnología de la información y comunicación Tics en el área de Educación Física

Los recursos tecnológicos, desempeñan un papel fundamental en la modernización del área, facilitando en sobre manera los procesos de planificación, ejecución y evaluación de las distintas actividades, siendo las aplicaciones móviles, plataformas y dispositivos tecnológicos cuales

permiten monitorear, registrar y personalizar las actividades de forma más significativa e interactiva (Balladares y Valverde, 2022; Posso et al., 2021).

4.4 Currículo

Es el documento normativo que organiza los aprendizajes en el sistema educativo, estableciendo las competencias, capacidades, estándares y orientaciones pedagógicas que garanticen una educación integral, el currículo en su conjunto promueve el desarrollo motor, emocional y social de los alumnos, integrando enfoques como la interculturalidad, la igualdad de género y el cuidado ambiental (Holguín et al., 2024).

4.5 Enfoque

Define las perspectivas que guían la enseñanza, los enfoques resaltan el desarrollo del estudiante en las dimensiones física, emocional y social, promoviendo valores como la cooperación y el respeto, vinculando las actividades con la realidad del alumno y sus necesidades futuras (Bernate, 2022).

4.6 Corporeidad

Es el concepto que valora al cuerpo como el centro de experiencias y aprendizaje, se entiende a la corporeidad como un instrumento para explorar el mundo, expresar emociones y establecer relaciones sociales. Este enfoque permite integrar el movimiento, la percepción y la reflexión en el proceso educativo (Quílez y Vázquez, 2012; Rosa et al., 2021).

4.7 Enseñanza

La enseñanza es un proceso bidireccional, en cual el docente facilita aprendizajes guiando la construcción de conocimientos, habilidades y valores en los estudiantes, su proceso significativo implica el diseño estratégico de prácticas pedagógicas en relación a las características del estudiante, promoviendo su participación continua y autonomía para su propio aprendizaje (Cantero et al., 2021; Holguín et al., 2024; Rosa et al., 2021; Rosero, 2020) .

4.8 Aprendizaje

El aprendizaje es un proceso de toda la vida, por cual todo individuo adquiere, construye y aplica conocimientos, habilidades, actitudes y valores, siendo un proceso activo que implica la interacción de este con conceptos del entorno, que le permite un desarrollo bien sea positivo o negativo (Galfrascoli et al., 2017). En el área el aprendizaje se impregna en el fortalecimiento de competencias motrices, sociales y emocionales por medio de actividades significativas, y es en los contextos particulares que se prioriza la contextualización de los aprendizajes para que sean pertinentes y sobre todo conecten con la realidad del estudiante (Bernate, 2022; Roa, 2021).

4.9 Competencia

Son habilidades complejas que permiten bajo su acepción práctica una interacción con el entorno, para con los estímulos pedagógicos, pudiendo seguir aprendiendo por medio de estas (Roa, 2021). Según Holguín et al. (2024) las competencias se desarrollan a través y por medio de diversas áreas curriculares, que están esbozadas por distintos enfoques metodológicos y teóricos, por cuales se busca fomentar el logro del pensamiento crítico y reflexivo, el trabajo colectivo y colaborativo, el aprendizaje por medio del ensayo- error y la construcción de nuevos conocimientos a través del enfoque autodidacta.

4.10 Capacidad

Se refiere a las habilidades que los niños perciben por medio de estímulos positivos, relacionadas estas para el área física con el movimiento y el control de la corporeidad en su conjunto (Bernate, 2022; Roa, 2021). Según Lavado (2018) las capacidades y su desarrollo son en demasía importantes, ya que permiten en el niño, la interacción con el entorno de forma efectiva y segura, integrando además aspectos del desarrollo como el aprendizaje, la comunicación y la interacción social.

4.11 Estándar de aprendizaje

Los estándares de aprendizaje son entendidos como criterios que describen el nivel esperado de una competencia en un periodo temporal determinado, permiten medir el progreso de los

estudiantes objetivamente en lo referido a habilidades motrices, hábitos y valores (Arias y Torres, 2017; Roa, 2021).

4.12 Desempeño

Hace referencia a habilidades y capacidades observables que llegan a ser descriptibles, que los niños desarrollan por medio del movimiento y la interacción con los estímulos externos (Arias y Torres, 2017). Por tanto, para (Puig et al., 2017) los desempeños integran aspectos fundamentales del desarrollo integral del niño, en sus distintas formas a observar, estando íntegramente relacionadas.

4.13 Evaluación

La evaluación en el área de Educación Física es un proceso integral, complejo y sistemático, que mide el progreso del alumno en competencias motoras, sociales y psicoemocionales, se incluye bajo diversas herramientas evaluativas como la observación directa, listas de cotejo y autoevaluaciones, en pro de una priorización reflexiva y búsqueda de un desarrollo continuo (Puig et al., 2017).

CAPITULO V

PRESENTACION Y ANALISIS DE RESULTADOS

5.1 Población atendida por grado y sección

Tabla 1

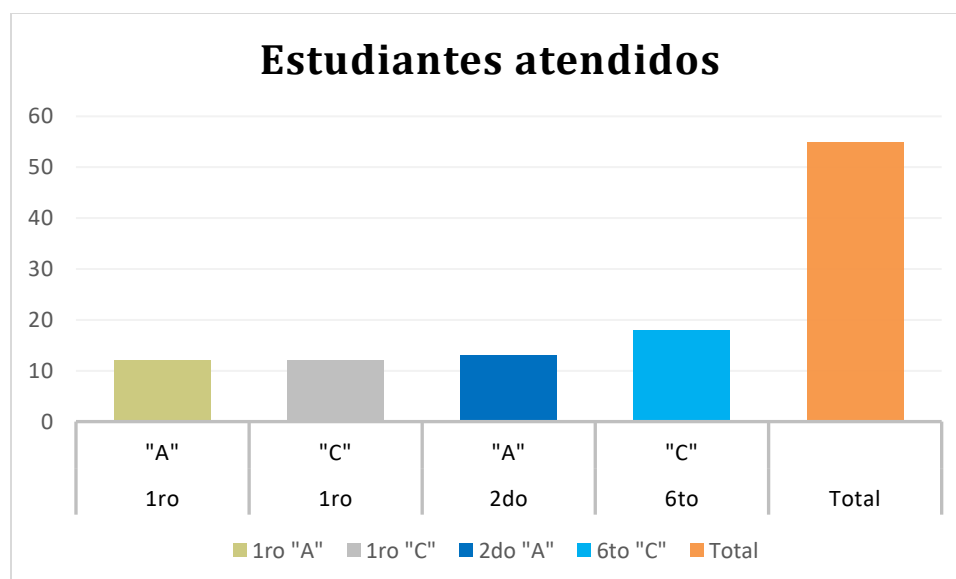
Población atendida por grado y sección

Grado	Sección	Nº de Estudiantes
1ro	"A"	12
1ro	"C"	12
2do	"A"	13
6to	"C"	18
Total		55

Nota. En la tabla 1 observamos la población estudiantil atendida.

Figura 1

Población atendida por grado



Nota: En la figura 1 se presenta la cantidad total de estudiantes atendidos en los tres grados y secciones correspondientes.

Interpretación: Por medio de los gráficos, podemos observar una cantidad decreciente de estudiantes, en relación a los grados, lo cual supone un desequilibrio futuro de la IE.

5.2 Población atendida según grado y genero

Tabla 2

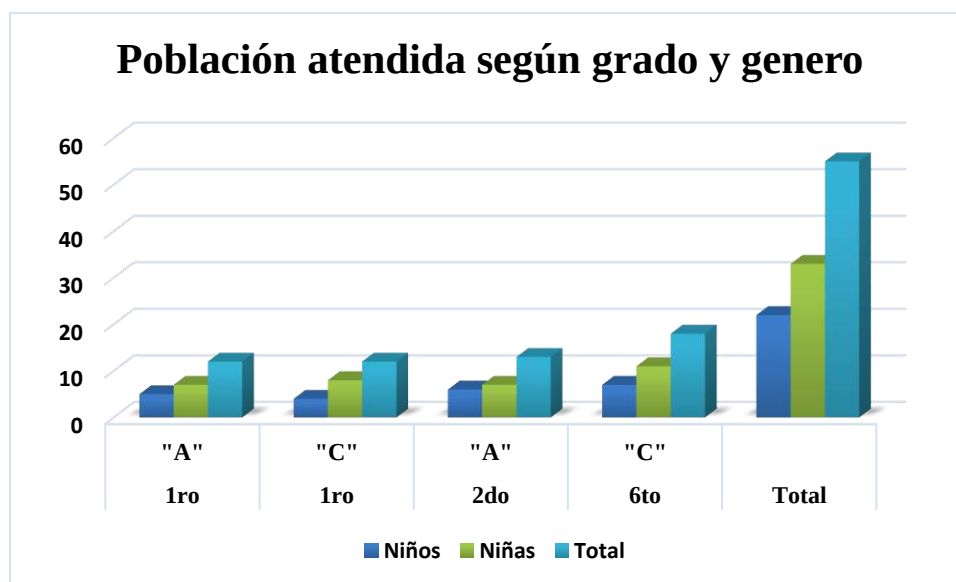
Población atendida según grado y genero

	Sección	Niños	Niñas	Total
1ro	"A"	5	7	12
1ro	"C"	4	8	12
2do	"A"	6	7	13
6to	"C"	7	11	18
Total		22	33	55

Nota. En la tabla 2 se observa la cantidad de estudiantes atendidos según el grado, seccion y genero de los mismos.

Figura 2

Población atendida según grado y genero



Nota. En la figura 2 observamos la cantidad de estudiantes atendidos en relación al género, grado y sección.

Interpretación: Por medio de los gráficos se observa que durante la práctica preprofesional se atendió a un total de 55 estudiantes de los grados 1ro, 2do y 6to de primaria, distribuidos en cuatro secciones. Se evidencia una mayor presencia de niñas frente a niños, siendo el grado 6to "C" el que concentró el mayor número de estudiantes. Esta distribución refleja una intervención pedagógica equitativa y planificada, considerando la diversidad por grado y género en la Institución Educativa N° 70623 Santa Rosa.

5.3 Población atendida según grado y edad

Tabla 3

Niños atendidos del primer grado sección "A" según edad

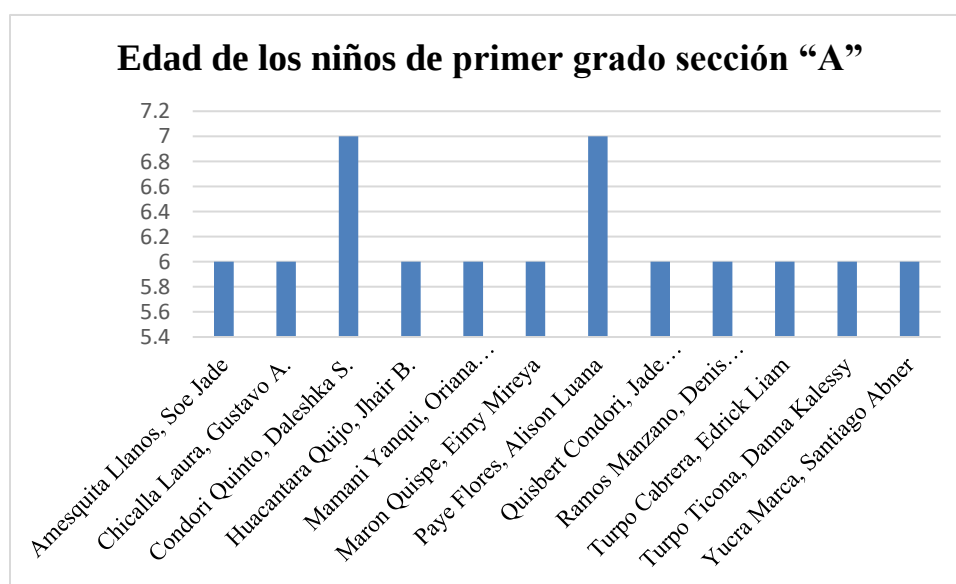
Apellidos y nombres	Edad
Amesquita Llanos, Soe Jade	6
Chicalla Laura, Gustavo A.	6
Condori Quinto, Daleshka S.	7
Huacantara Quijo, Jhair B.	6
Mamani Yanqui, Oriana Isabella	6

Maron Quispe, Eimy Mireya	6
Paye Flores, Alison Luana	7
Quisbert Condori, Jade Silvana	6
Ramos Manzano, Denis Marcial	6
Turpo Cabrera, Edrick Liam	6
Turpo Ticona, Danna Kalessy	6
Yucra Marca, Santiago Abner	6

Nota. En la tabla 3 se observa la edad de los niños de primer grado sección “A”

Figura 3

Niños atendidos del primer grado sección “A” según edad



Nota. En la figura 3 observamos la edad de los niños del primer grado sección “A”.

Interpretación: A través de los gráficos se observa un equilibrio en tanto a la edad de los niños y niñas.

Tabla 4

Niños atendidos del primero “C” según edad

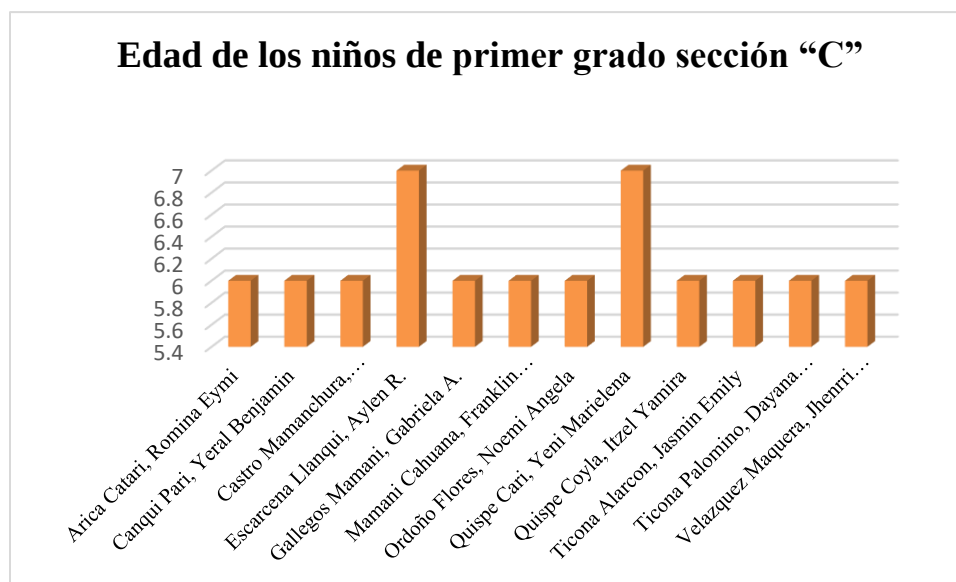
Apellidos y nombres	Edad
Arica Catari, Romina Eymi	6
Canqui Pari, Yeral Benjamin	6
Castro Mamanchura, Bhastian Ben	6

Escarcena Llanqui, Aylen R.	7
Gallegos Mamani, Gabriela A.	6
Mamani Cahuana, Franklin Gabriel	6
Ordoño Flores, Noemi Angela	6
Quispe Cari, Yeni Marielena	7
Quispe Coyla, Itzel Yamira	6
Ticona Alarcon, Jasmin Emily	6
Ticona Palomino, Dayana Nataly	6
Velazquez Maquera, Jhenri N.	6

Nota. En la tabla 4 se observa la edad de los niños y niñas atendidas del primer grado “C”.

Figura 4

Niños atendidos del primer grado sección “C”



Nota. En la figura 4 observamos edad de los niños atendidos del primer grado sección “C”.

Interpretación: A través de los gráficos se observa un equilibrio en tanto a la edad de los niños, que comparando con datos de décadas pasadas produce un mirar prospectivo del futuro.

Tabla 5

Niños atendidos del segundo grado sección “A”

Apellidos y nombres	Edad
Anchapuri Mendoza, Hadassa K.	7
Aycachi Acero, Bertha Yamely	8
Cabrera Huanca, Gaeli Santiago	7
Centeno Huarachi, Mathias T.	7

Desposorio Quispe, Gael Jared	7
Flores Vilca, Asheley Vanessa	8
Mamani Yucra, Emyr Rusbel	7
Mayta Centeno, Farid Bernar	7
Medina Asqui, Melissa S.	8
Quispe Palomino, Mathias L.	7
Quispe Quispe, Khaled S.	7
Ticona Acero, Ruby Esmeral	7
Yunga Quispe, Emy Aice	8

Nota. En la tabla 5 se observa los niños atendidos del *segundo grado sección “A”* en relación a su cualidad etaria.

Figura 5

Niños atendidos del segundo grado sección “A” según edad



Nota. En la figura 5 observamos la edad de los niños atendidos, *segundo grado sección “A”*.

Interpretación: A través de los gráficos observados en relación a la edad de los niños segundo grado sección “A”, se observa un equilibrio en tanto a la edad de los niños y niñas.

Tabla 6

Niños atendidos del sexto grado sección “C”

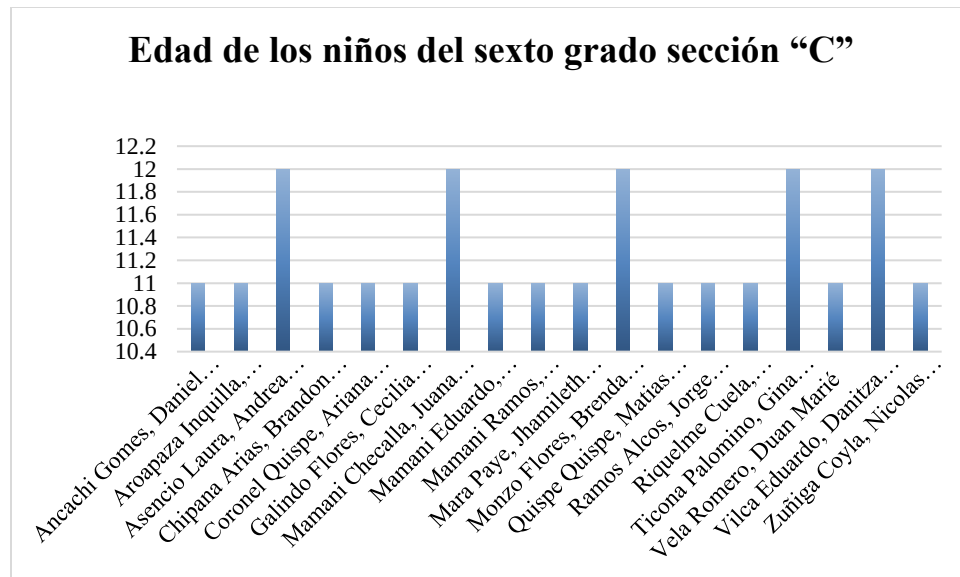
Apellidos y nombres	Edad
Ancachi Gomes, Daniel Yack	11
Aroapaza Inquilla, Yamel Danit	11

Asencio Laura, Andrea Luciana	12
Chipana Arias, Brandon Josimar	11
Coronel Quispe, Ariana Abiga	11
Galindo Flores, Cecilia Noelia	11
Mamani Checalla, Juana Karina	12
Mamani Eduardo, Diego Angel	11
Mamani Ramos, Neymar Alex	11
Mara Paye, Jhamileth Abigail	11
Monzo Flores, Brenda Mishell	12
Quispe Quispe, Matias Neymar	11
Ramos Alcos, Jorge Alfredo	11
Riquelme Cuela, Dayana Violet	11
Ticona Palomino, Gina Evelin	12
Vela Romero, Duan Marié	11
Vilca Eduardo, Danitza Mia	12
Zuñiga Coyla, Nicolas Maykol	11

Nota. En la tabla 6 se observa los niños atendidos del *sexto grado sección “C”* en relación a su cualidad etaria.

Figura 6

Niños atendidos del sexto grado sección “C” en relación a su edad



Nota. En la figura 6 observamos la edad de los niños atendidos del sexto grado sección “C”

Interpretación: A través de los gráficos observados en relación a la edad de los niños y niñas del sexto grado sección “C”, se observa que tres niñas superan a todos los demás en un año de edad.

5.4 Sesiones de aprendizaje por competencias y unidad didáctica

Tabla 7

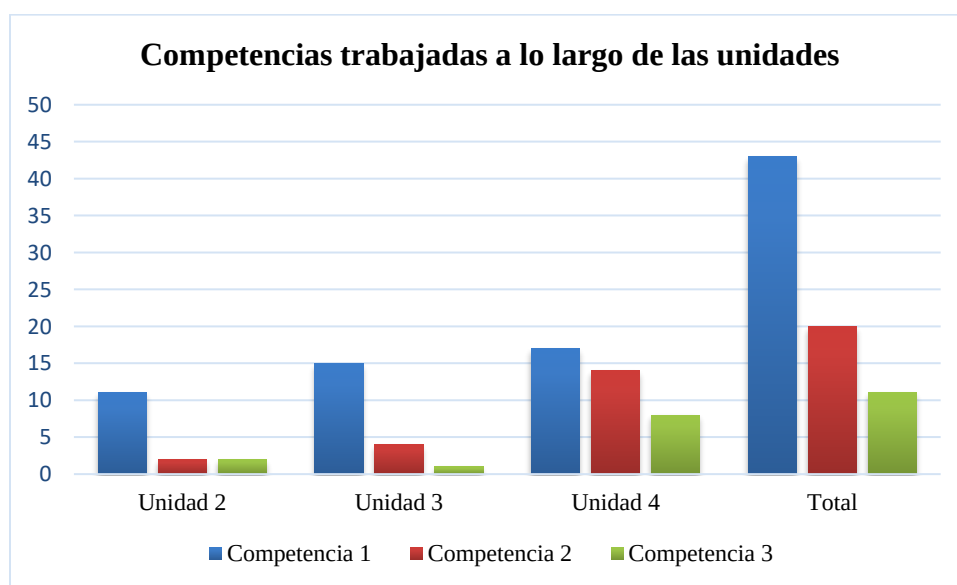
Sesiones de aprendizaje por competencias y unidad didáctica

Unidad	Competencia 1	Competencia 2	Competencia 3
Unidad 2	11	2	2
Unidad 3	15	4	1
Unidad 4	17	14	8
Total	43	20	11

Nota. En la tabla 7 se observa la cantidad de sesiones en las cuales se incluyeron las competencias de aprendizaje del área, en relación a las unidades de aprendizaje.

Figura 7

Sesiones de aprendizaje por competencias y unidad didáctica



Nota. En la figura 7 observamos la cantidad de veces en las que se trabajó las distintas competencias, en relación a las sesiones realizadas.

Interpretación: A través de los gráficos se observa que la competencia la competencia más trabajada fue la competencia 1, con 43 sesiones en total, lo que refleja un enfoque principal en el desarrollo corporal y motor del estudiante. Le sigue la competencia 2 con 20 sesiones, destacando la promoción de hábitos de autocuidado. Finalmente, la competencia fue abordada en 11 sesiones, evidenciando una menor, aunque presente, atención al trabajo colaborativo y social en el movimiento.

5.5 Desempeños desarrollados por competencias y unidad didáctica

Tabla 8

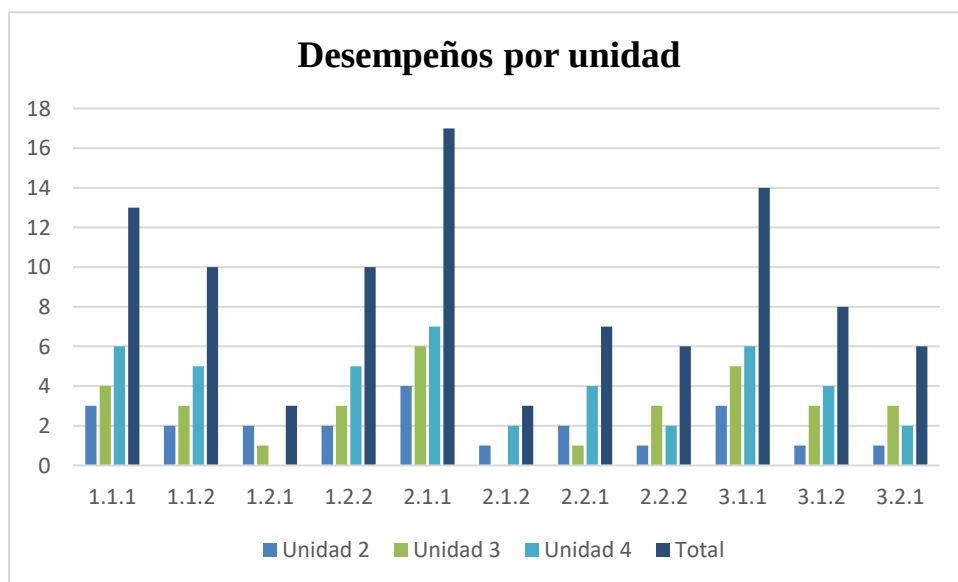
Desempeños desarrollados por competencias y unidad didáctica

Unidad Didáctica	1.1.1	1.1.2	1.2.1	1.2.2	2.1.1	2.1.2	2.2.1	2.2.2	3.1.1	3.1.2	3.2.1
Unidad 2	3	2	2	2	4	1	2	1	3	1	1
Unidad 3	4	3	1	3	6	0	1	3	5	3	3
Unidad 4	6	5	0	5	7	2	4	2	6	4	2
Total	13	10	3	10	17	3	7	6	14	8	6

Nota. En la tabla 8 se observa la cantidad de sesiones en las cuales se incluyeron desempeños específicos, en relación a las unidades de aprendizaje.

Figura 8

Desempeños desarrollados por competencias y unidad didáctica



Nota. En la figura 8 observamos la cantidad de veces que se trabajaron los desempeños en relación al número de sesiones para con las unidades didácticas.

Interpretación: A través de los gráficos se observa que los desempeños más desarrollados en las unidades 2, 3 y 4 fueron el 2.1.1 y el 3.1.1, lo que evidencia un enfoque en la práctica física responsable y la cooperación grupal. También destacan los desempeños 1.1.1 y 1.2.2, vinculados a la exploración y expresión corporal. En cambio, los desempeños 2.1.2, 1.2.1 y 3.2.1 tuvieron menor presencia, lo que sugiere reforzarlas en futuras sesiones. En conjunto, se observa una planificación equilibrada centrada en la autonomía motriz, la vida saludable y el trabajo colaborativo.

5.6 Estilos de enseñanza – aprendizaje utilizados durante el proceso de la PPP por unidad didáctica.

Tabla 9

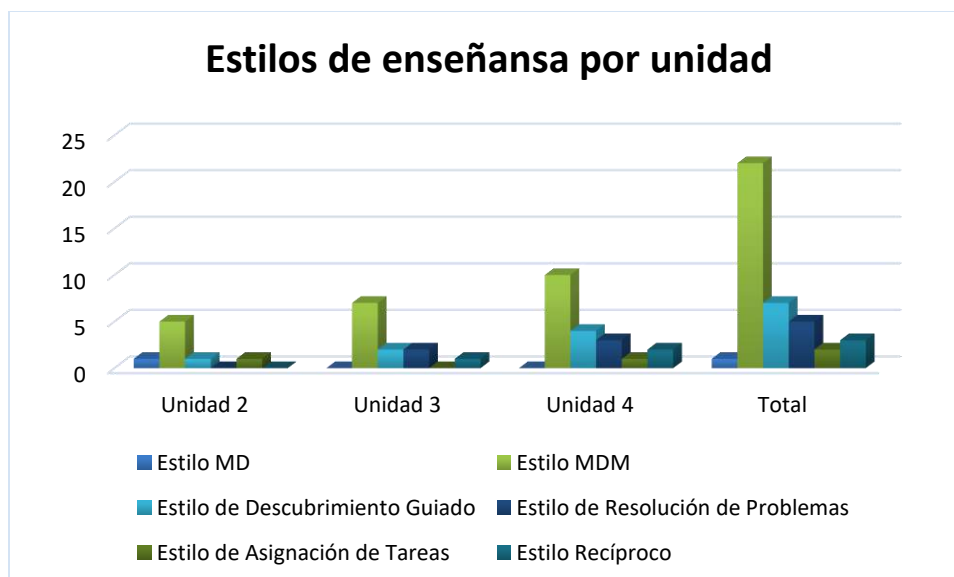
Estilos de enseñanza utilizados durante la PPP

Unidad Didáctica	Estilo MD	Estilo MDM	Estilo de Descubrimiento Guiado	Estilo de Resolución de Problemas	Estilo de Asignación de Tareas	Estilo Recíproco
Unidad 2	1	5	1	0	1	0
Unidad 3	0	7	2	2	0	1
Unidad 4	0	10	4	3	1	2
Total	1	22	7	5	2	3

Nota. En la tabla 9 se presenta la cantidad de sesiones en las que se aplicaron métodos de enseñanza específicos, vinculados para con las unidades de aprendizaje.

Figura 9

Estilos de enseñanza utilizados durante la PPP



Nota. En la figura 9 se observa la cantidad de sesiones en las cuales se trabajó por medio de los distintos métodos de enseñanza, en búsqueda de aprendizajes significativos.

Interpretación: Los gráficos muestran que durante la práctica preprofesional predominó el estilo de mando directo modificado, seguido del descubrimiento guiado y resolución de problemas, evidenciando una enseñanza activa, participativa y centrada en la exploración y autonomía del estudiante.

5.7 Instrumentos de evaluación utilizadas durante el proceso de la PPP por unidad didáctica

Tabla 10

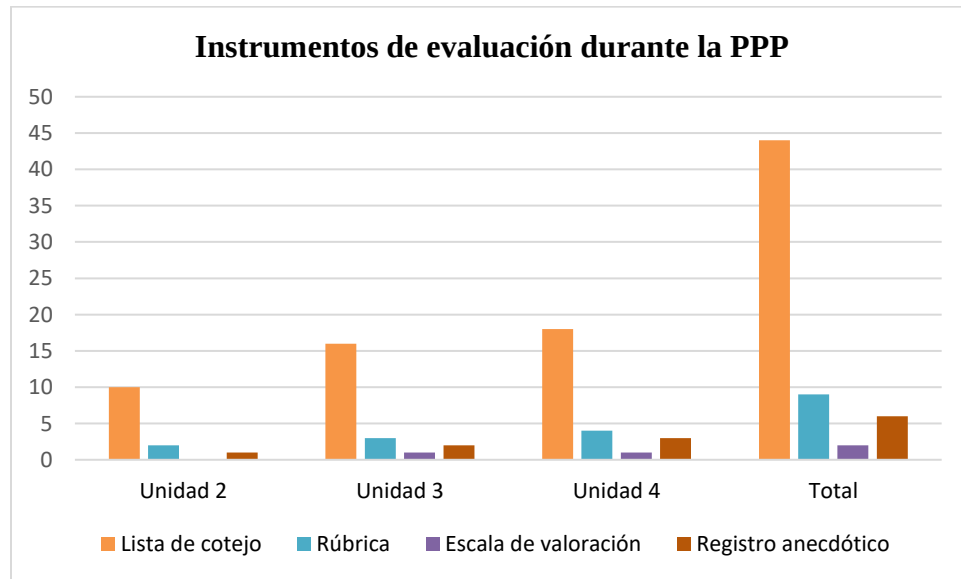
Instrumentos de evaluación durante la PPP

Unidad Didáctica	Lista de cotejo	Rúbrica	Escala de valoración	Registro anecdótico
Unidad 2	10	2	0	1
Unidad 3	16	3	1	2
Unidad 4	18	4	1	3
Total	44	9	2	6

Nota. En la tabla 10 se presenta la cantidad de sesiones en las que se usaron la lista de cotejo como instrumento de evaluación en relación a las unidades.

Figura 10

Instrumentos de evaluación durante la PPP



Nota. En la figura 10 se observa la cantidad de sesiones en las cuales se trabajó con un instrumento de evaluación.

Interpretación: Los gráficos muestran objetivamente que durante la práctica preprofesional, predominó el uso de la lista de cotejo como principal instrumento de evaluación, seguido de la rúbrica, lo que refleja un enfoque centrado en la observación directa de habilidades motoras y actitudes. Se emplearon también escalas de valoración y registros anecdóticos, complementando el seguimiento cualitativo del desempeño estudiantil.

5.8 Medios y materiales utilizados en sesiones y actividades de aprendizaje por unidad didáctica

Tabla 11

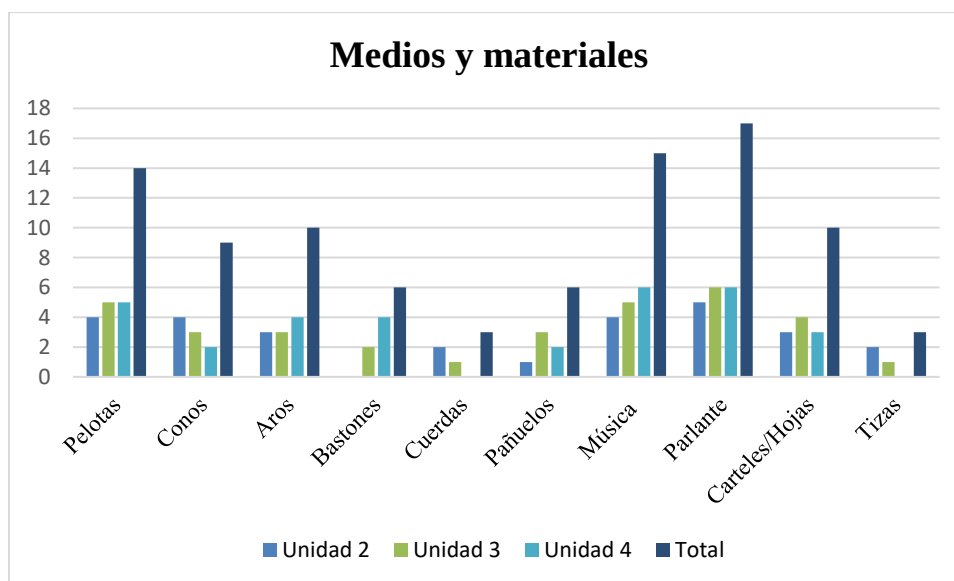
Medios y materiales utilizados a lo largo de las unidades

Unidad Didáctica	Pelotas	Conos	Aros	Bastones	Cuerdas	Pañuelos	Música	Parlante	Carteles/Hojas	Tizas
Unidad 2	4	4	3	0	2	1	4	5	3	2
Unidad 3	5	3	3	2	1	3	5	6	4	1

Unidad 4	5	2	4	4	0	2	6	6	3	0
Total	14	9	10	6	3	6	15	17	10	3

Nota. En la tabla 11 se presenta la cantidad de sesiones en las que se usaron distintos medios y materiales a lo largo de las sesiones en relación a las unidades.

Medios y materiales utilizados a lo largo de las unidades



Nota. En la figura 11 se observa la cantidad de sesiones en las cuales se trabajó con un los distintos materiales y medios.

Interpretación: Los gráficos muestran que los materiales más usados durante las sesiones fueron el parlante (17 veces) y las pelotas (14), destacando un enfoque en actividades rítmicas y de coordinación. También se evidencia una variedad de recursos como aros, bastones y y telas, lo cual refleja una enseñanza dinámica, inclusiva y contextualizada.

5.9 Calificación de los estudiantes

Tabla 12

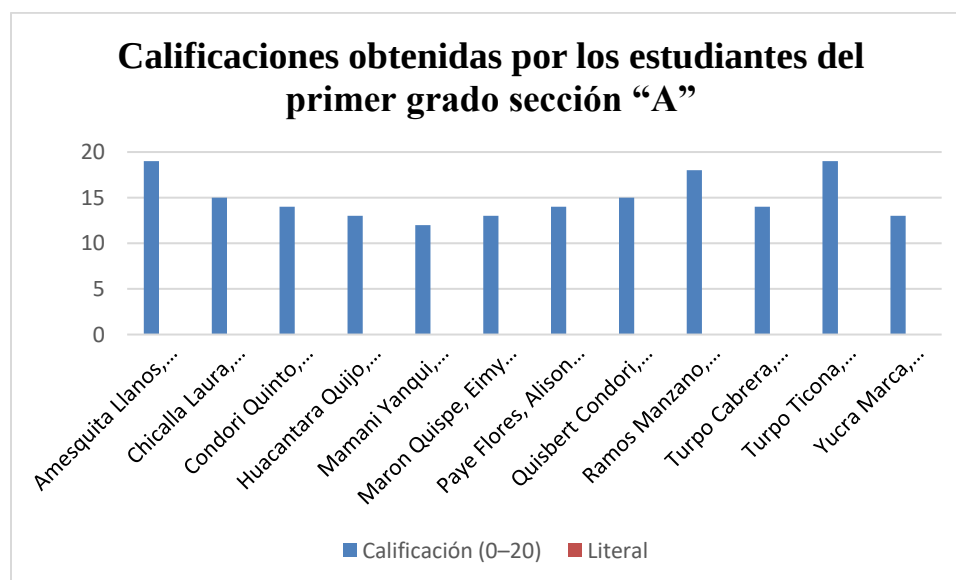
Calificación de los estudiantes del primer grado sección “A”

Apellidos y nombres	Calificación (0–20)	Literal
Amesquita Llanos, Soe Jade	19	AD
Chicalla Laura, Gustavo A.	15	A
Condori Quinto, Daleshka S.	14	A
Huacantara Quijo, Jhair B.	13	B
Mamani Yanqui, Oriana Isabella	12	B
Maron Quispe, Eimy Mireya	13	B
Paye Flores, Alison Luana	14	A
Quisbert Condori, Jade Silvana	15	A
Ramos Manzano, Denis Marcial	18	AD
Turpo Cabrera, Edrick Liam	14	A
Turpo Ticona, Danna Kalessy	19	AD
Yucra Marca, Santiago Abner	13	B

Nota. En la tabla 12 se presentan las calificaciones obtenidas por los estudiantes del primer grado sección “A” atendidos a lo largo de la PPP.

Figura 12

Calificación de los estudiantes del primer grado sección “A”



Nota. En la figura 12 se observa de manera grafica las calificaciones cualitativas obtenidas por cada estudiante del primer grado sección “A”.

Interpretación: Los gráficos presentados evidencian que la mayoría de los estudiantes de segundo grado alcanzaron calificaciones positivas, reflejando un desempeño destacado en sus capacidades. Este resultado sugiere por tanto que la Práctica Preprofesional (PPP) tuvo un impacto significativo en el aprendizaje de estos niños, contribuyendo al desarrollo de competencias clave para su porvenir.

Tabla 13

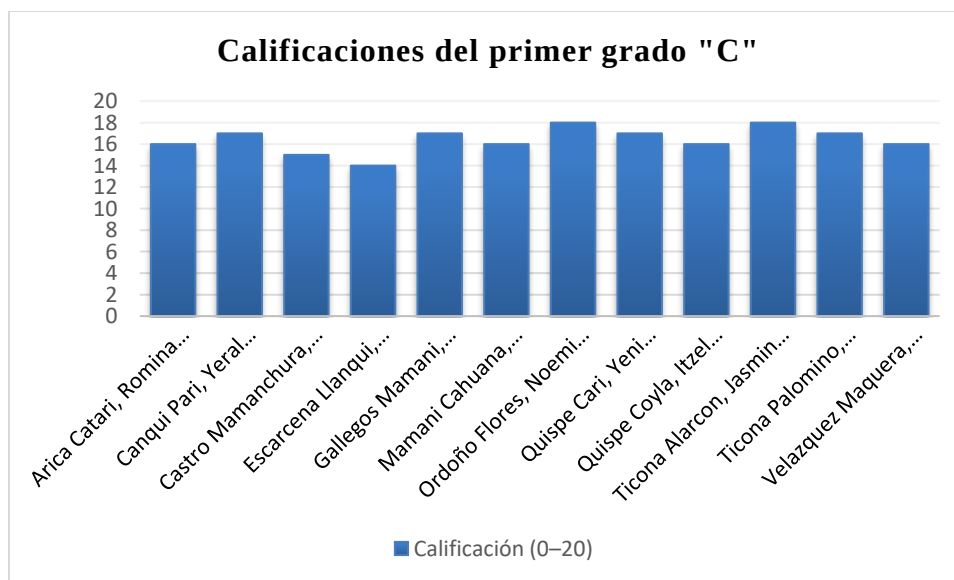
Calificación de los estudiantes del primer grado sección “C”

Apellidos y nombres	Calificación (0–20)	Literal
Arica Catari, Romina Eymi	16	A
Canqui Pari, Yeral Benjamin	17	AD
Castro Mamanchura, Bhastian Ben	15	A
Escarcena Llanqui, Aylen R.	14	B
Gallegos Mamani, Gabriela A.	17	AD
Mamani Cahuana, Franklin Gabriel	16	A
Ordoño Flores, Noemi Angela	18	AD
Quispe Cari, Yeni Marielena	17	AD
Quispe Coyla, Itzel Yamira	16	A
Ticona Alarcon, Jasmin Emily	18	AD
Ticona Palomino, Dayana Nataly	17	AD
Velazquez Maquera, Jhenrri N.	16	A

Nota. En la tabla 13 se presentan las calificaciones obtenidas por los estudiantes del primer grado sección “C”, atendidos a lo largo de la PPP.

Figura 13

Calificación de los estudiantes del primer grado sección “C”



Nota. En la figura 13 se presentan las calificaciones obtenidas por los estudiantes del primer grado sección “C” a lo largo de la PPP.

Interpretación: Los gráficos presentados evidencian que todos los estudiantes de primer grado sección “C” alcanzaron calificaciones positivas, reflejando un desempeño destacado en sus capacidades. Este resultado sugiere por tanto que la Práctica Preprofesional (PPP) tuvo un impacto significativo en el aprendizaje de estos niños, contribuyendo al desarrollo de competencias clave para su porvenir.

Tabla 14

Calificación de los estudiantes del segundo grado sección “A”

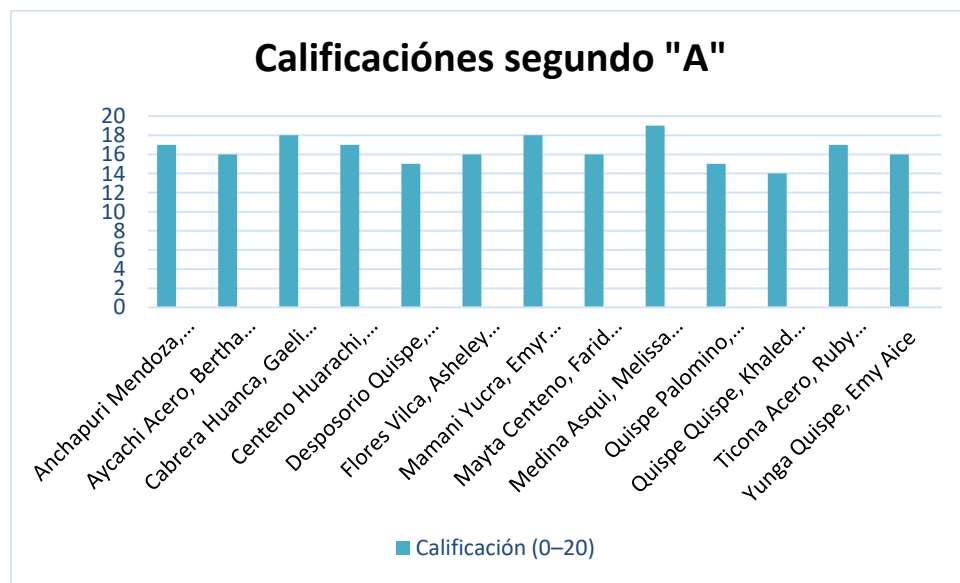
Apellidos y nombres	Calificación (0-20)	Literal
Anchapuri Mendoza, Hadassa K.	17	AD
Aycachi Acero, Bertha Yamely	16	A
Cabrera Huanca, Gaeli Santiago	18	AD
Centeno Huarachi, Mathias T.	17	AD
Desposorio Quispe, Gael Jared	15	A
Flores Vilca, Asheley Vanessa	16	A
Mamani Yucra, Emyr Rusbel	18	AD
Mayta Centeno, Farid Bernar	16	A
Medina Asqui, Melissa S.	19	AD
Quispe Palomino, Mathias L.	15	A

Quispe Quispe, Khaled S.	14	B
Ticona Acero, Ruby Esmeral	17	AD
Yunga Quispe, Emy Aice	16	A

Nota. En la tabla 14 se presentan las calificaciones obtenidas por los estudiantes del segundo grado sección “A”

Figura 14

Calificación de los estudiantes del segundo grado sección “A”



Nota. En la figura 14 se presentan las calificaciones obtenidas por los estudiantes del segundo grado sección “A”, a lo largo de la PPP.

Interpretación: Los gráficos mostrados revelan que los estudiantes del segundo grado sección “A”, obtuvieron resultados positivos, evidenciando un rendimiento sobresaliente en sus habilidades. Esto indica que la Práctica Preprofesional (PPP) influyó de manera relevante en el aprendizaje de estos niños, favoreciendo el fortalecimiento de competencias esenciales para su futuro.

Tabla 15

Calificación de los estudiantes del sexto grado sección “C”

Apellidos y nombres	Calificación (0–20)	Literal
Ancachi Gomes, Daniel Yack	18	AD
Aroapaza Inquilla, Yamel Danit	16	A
Asencio Laura, Andrea Luciana	17	AD
Chipana Arias, Brandon Josimar	15	A
Coronel Quispe, Ariana Abiga	19	AD
Galindo Flores, Cecilia Noelia	14	B
Mamani Checalla, Juana Karina	17	AD
Mamani Eduardo, Diego Angel	16	A
Mamani Ramos, Neymar Alex	15	A
Mara Paye, Jhamileth Abigail	17	AD
Monzo Flores, Brenda Mishell	16	A
Quispe Quispe, Matias Neymar	18	AD
Ramos Alcos, Jorge Alfredo	15	A
Riquelme Cuela, Dayana Violet	16	A
Ticona Palomino, Gina Evelin	19	AD
Vela Romero, Duan Marié	20	AD
Vilca Eduardo, Danitza Mia	17	AD
Zuñiga Coyla, Nicolas Maykol	16	A

Nota. En la tabla 15 se presentan las calificaciones obtenidas por los estudiantes del sexto grado sección “C”

Figura 15

Calificación de los estudiantes del sexto grado sección “C”



Nota. En la figura 15 se presentan las calificaciones obtenidas por los estudiantes del sexto grado sección “C, a lo largo de la PPP.

Interpretación: Los gráficos mostrados revelan que estudiantes del sexto grado sección “C, obtuvieron resultados positivos, evidenciando un rendimiento sobresaliente en sus habilidades. Esto indica que la Práctica Preprofesional (PPP) influyó de manera relevante en el aprendizaje de estos niños, favoreciendo el fortalecimiento de competencias esenciales para su futuro.

CONCLUSIONES

Primero:

La experiencia vivida durante la práctica preprofesional permitió fortalecer de manera significativa mi formación como futuro docente, al asumir de forma responsable cada etapa del proceso educativo: desde la planificación hasta la evaluación. Esta vivencia me ayudó a comprender que enseñar no es solo transmitir contenidos, sino generar espacios de aprendizaje reales, dinámicos y adaptados a las necesidades del grupo.

Segundo:

Desarrollar actividades en instituciones educativas de diferentes contextos , fue un desafío enriquecedor que me motivó a diversificar mis estrategias pedagógicas. Pude reconocer la importancia de adaptar mis propuestas a las características del entorno, demostrando sensibilidad, empatía y compromiso con los estudiantes.

Tercero:

Las sesiones que diseñé e implementé reflejaron la integración de lo aprendido a lo largo de mi formación académica. El uso de materiales didácticos, recursos digitales, juegos y actividades recreativas no solo facilitó el aprendizaje, sino que también fomentó la participación activa, la creatividad y el trabajo colaborativo de los niños.

Cuarto:

A través de propuestas centradas en la actividad física y la promoción de hábitos saludables, comprendí la importancia del bienestar integral en el ámbito escolar. Esto me permitió impulsar acciones que favorecieron el autocuidado, el respeto por el cuerpo y la conciencia sobre la salud individual y colectiva.

Quinto:

Evaluar cada sesión y reflexionar sobre sus resultados fue clave para mi crecimiento personal y profesional. Aprendí a utilizar instrumentos de evaluación adecuados y a reconocer que la retroalimentación, tanto hacia los estudiantes como hacia mí mismo, es fundamental para mejorar continuamente y ofrecer una enseñanza más humana, pertinente y transformadora.

SUGERENCIAS**Primero:**

Considero importante que se sigan fortaleciendo los espacios de práctica preprofesional en diversos contextos educativos, ya que ha sido clave para que pueda aplicar lo aprendido de manera real, adaptándome a las necesidades de cada grupo de estudiantes y consolidando mi formación como futuro docente.

Segundo:

Sugiero promover el uso de metodologías activas, recursos didácticos variados y estrategias contextualizadas, especialmente en zonas con acceso limitado, porque me ha permitido despertar mayor interés en los estudiantes y facilitar aprendizajes más significativos.

Tercero:

Recomiendo que se siga valorando la evaluación formativa y el uso de instrumentos pertinentes, ya que gracias a ellos he podido reflexionar sobre mi desempeño y mejorar continuamente, construyendo una práctica pedagógica más consciente y efectiva.

REFERENCIAS

- Andrade, C. A. L. (2020). El juego y su importancia cultural en el aprendizaje de los niños en educación inicial. *Revista Ciencia e Investigación*, 5, 132–149.
<https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.3820949>
- Arias, G. D. H., & Torres, P. E. (2017). *Unidades didácticas como herramientas de la enseñanza*.
<https://revistas.udistrital.edu.co/index.php/NoriaIE/article/download/13072/13556>

- Balladares, J. B., & Valverde, J. B. (2022a). El modelo tecnopedagógico TPACK y su incidencia en la formación docente: una revisión de la literatura. *RECIE. Revista Caribeña de Investigación Educativa*, 6(1), 63–72. <https://doi.org/10.32541/recie.2022.v6i1.pp63-72>
- Balladares, J. B., & Valverde, J. B. (2022b). El modelo tecnopedagógico TPACK y su incidencia en la formación docente: una revisión de la literatura. *RECIE. Revista Caribeña de Investigación Educativa*, 6(1), 63–72. <https://doi.org/10.32541/recie.2022.v6i1.pp63-72>
- Bernate, J. (2022). Formación de la Corporeidad hacia un Desarrollo Integral. *Retos*, 43, 634. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index>
- Bone, Y. I. E., & Moreno, J. A. V. (2021a). La planificación curricular en innovación: elemento imprescindible en el proceso educativo [Curricular Planning in Innovation: An Essential Element in the Educational Process]. *Revista Cubana de Educación Superior*, 40(1), 1–13. <https://doi.org/0257-4314>
- Bone, Y. I. E., & Moreno, J. A. V. (2021b). La planificación curricular en innovación: elemento imprescindible en el proceso educativo [Curricular Planning in Innovation: An Essential Element in the Educational Process]. *Revista Cubana de Educación Superior*, 40(1), 1–13. <https://doi.org/0257-4314>
- Bracho, P. Y., & Kleeder, J. B. (2020). Estrategias Pedagógicas para el Fortalecimiento de Valores a través de Juegos Tradicionales en Educandos de Educación Inicial Pedagogical Strategies for Strengthening Values through Traditional Games in Early Childhood Students. *CIE*, 1(9), 26–44. https://doi.org/https://revistas.unipamplona.edu.co/ojs_viceinves/index.php/CIE/article/download/4082/2339
- Camacho, R., Rivas, C., Gaspar, M., & Quiñonez, C. (2020). Innovación y tecnología educativa en el contexto actual latinoamericano. *Revista de Ciencias Sociales (Ve)*, 26, 460–471. <https://doi.org/1315-9518>
- Cantero, D. S. M., Aedo, R. S. M., Morales, S. P., & Mella, J. B. (2021). Prácticas de mejora para el proceso de acompañamiento pedagógico. *Actualidades Investigativas en Educación*, 21(2), 24. <https://doi.org/10.15517/aie.v21i2.46783>
- Carnerero, J. J. (2021). *La Unidad de Aprendizaje como Medida de la Enseñanza Eficaz*.

- Carriazo Diaz, C., Perez Reyes, M., & Gaviria Bustamante, K. (2020). Planificación educativa como herramienta fundamental para una educación con calidad. *Utopia y Praxis Latinoamericana*, 25(Extra3), 87–95. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3907048>
- Clemente, K. E. M. (2022). *Educando en valores desde el enfoque transversal del bien común de educación* [Universidad de Ciencias y Humanidades]. www.uch.edu.pe
- Cortez, C. A., & Mamani, Y. A. Q. (2018). El Currículo Nacional Y El Desempeño Docente. *Universidad Nacional del Altiplano Revista de investigaciones de la escuela de posgrado.*, 7(2), 598–606. <https://doi.org/10.26788/riepg.2018.2.84>
- Fierro, B. S. (2024). Reseña de libro: Evaluación en educación física: Revisión de los modelos tradicionales y planteamiento de una alternativa. *Revista Enfoques Educacionales*, 21(1), 250–255. <https://doi.org/10.5354/2735-7279.2024.73704>
- Galfrascoli, A., Lederhos, M., & Veglia, S. (2017). Prácticas Educativas en Educación: Enseñanza de las Ciencias Naturales. *Revista Investigación en la Escuela*, 93, 43–57. <https://doi.org/10.12795/IE.2017.i93.04>
- Galvis, M. J. (2022). Uso del lenguaje coloquial como estrategia didáctica para la enseñanza y el aprendizaje situado de la química en el contexto socioeducativo. *Trilogía Ciencia Tecnología Sociedad*, 14(27), e2180. <https://doi.org/10.22430/21457778.2180>
- Heinsen, M., & Maratos, S. (2019). Guía de planificación y evaluación Docente. En *Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI) R.D.* <https://acortar.link/stX6SD>
- Herrera, S. E. V. (2018a). *Planificación Y Ejecución De Sesiones De Aprendizajes En La Practica Pedagogica Mejoran Los Resultados En La Institución Educativa N° 20521* [San Ignacio de Loyola]. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/2d1aab35-753b-4d20-ba7b-dd656f0e083f/content>
- Herrera, S. E. V. (2018b). *Planificación Y Ejecución De Sesiones De Aprendizajes En La Practica Pedagogica Mejoran Los Resultados En La Institución Educativa N° 20521*. San Ignacio de Loyola.
- Holguín, Y. U., López, Y. T. G., & Chávez, J. G. (2024). Enfoque integral para mejorar la calidad educativa a través del pensamiento complejo: revisión bibliográfica. *Revista Temario Científico*, 4(2). <https://doi.org/10.47212 rtcAlinin.2.224.4>

- Lavado, M. (2018). *Comunidad Profesional De Aprendizaje Para Mejorar La Competencia Se Desenvuelve De Manera Autónoma a Través De Su Motricidad*. Universidad San Ignacio de Loyola.
- MINEDU. (2016a). Programa Curricular de Educación Básica. En *Programa Curricular de Educación Inicial*. <http://repositorio.minedu.gob.pe/handle/123456789/4550>
- MINEDU. (2016b). *Programa Curricular de Primaria*. https://doi.org/http://www.ugelchinchu.gob.pe/wp-content/uploads/2016/12/649-2016-MINEDU-PARTE-1-17-12-2016-01_14_54-RM-N°-649-2016-MINEDU-parte-1.pdf
- MINEDU. (2017). Cartilla de Planificación Curricular. En *Ministerio de Educacion*.
- Ministerio de Educación. (2016). Currículo Nacional de la Educación Básica. *Libro Currículo Nacional de la Educación Basica*, 224.
- Mora, S. Z. J. (2018). La transversalidad curricular: algunas consideraciones teóricas para su implementación. Curricular transversality: some theoretical considerations for implementing. *Revista boletín Redipe*, 7(11), 65–81. <https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/627>
- Moreno, A. (2023). *Definición de unidad didáctica según autores*. Programaciones Didácticas Vírgula. <https://virgulablog.es/programacion-didactica/unidad-didactica/definicion-unidad-didactica/>
- Núñez, N., & González, M. L. (2020). Formato Aula-Taller en primaria. Incidencia en la motivación y logros de aprendizaje de los estudiantes. *Cuadernos de Investigación Educativa*, 11(2), 133–155. <https://doi.org/10.18861/cied.2020.11.2.2982>
- Oses, S. E., & Carrasco, L. E. (2013). Módulos Alternativos en la Enseñanza de las Ciencias: Estrategia Didáctica Orientada al Logro de Aprendizajes Significativos. *Formación universitaria*, 6(3), 39–52. <https://doi.org/10.4067/S0718-50062013000300006>
- Peña, E. M. P., & Cosme, S. P. (2015). Los momentos de la sesión a través de las rutas de aprendizaje. Propuesta de trabajo para los alumnos de las carreras de educación secundaria de la UNDAC. *Horizonte de la Ciencia*, 4(7), 77. <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2014.7.113>
- Pérez, H. H. J., Simoni, R. C., Fuentes, R. M., & Castillo, P. A. (2022). La ludomotricidad y habilidades motrices básicas locomotrices (caminar, correr y saltar): Una propuesta didáctica para la clase de Educación Física en México. *Retos: nuevas tendencias en educación física*,

- deporte y recreación*, ISSN-e 1988-2041, ISSN 1579-1726, N°. 44, 2022, págs. 1141-1146, 44, 1141–1146. [https://doi.org/\(https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index](https://doi.org/(https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index)
- Pérez, T. E. L., Pérez, R. S. M., Pérez, R. J. M., & Herrera, L. F. Z. (2022). Estrategias metodológicas para reforzar el proceso de enseñanza-aprendizaje en niños de educación básica. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 2(Special issue 1), 2018–2022. <https://doi.org/10.56294/SALUDCYT2022254>
- Posso, R. J., Pereira, M. J., Paz, B. S., & Rosero Duque, M. F. (2021). Gestión educativa: factor clave en la implementación del currículo de educación física. *Revista Venezolana de Gerencia*, 26(5 Edición Especial), 232–247. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.26.e5.16>
- Puig, J. M., Martín, X. G., & Rubio, L. S. (2017). Voces de la educación ¿Cómo evaluar proyectos de aprendizaje servicio? How to evaluate service learning projects? *Voces de la educación*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6475481>
- Quílez, M. S., & Vázquez, R. R. (2012). Aulas multigrado o el mito de la mala calidad de enseñanza en la escuela. *Revista Iberoamericana de Educación*, 59(2), 1–12. <https://doi.org/10.35362/rie5921393>
- Quintero, L. E. A. (2020). Educación inclusiva: tendencias y perspectivas. *Educación y Ciencia*, 24, e11423. <https://doi.org/10.19053/0120-7105.eyc.2020.24.e11423>
- Roa, J. C. R. (2021). Importancia del aprendizaje significativo en la construcción de conocimientos. *Revista Científica de FAREM-Estelí*, 63–75. <https://doi.org/10.5377/farem.v0i0.11608>
- Rodríguez, M. Z. J. (2020a). La evaluación formativa, una práctica eficaz en el desempeño docente. *Revista Scientific*, 5(16), 179–193. <https://doi.org/https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2020.5.16.9.179-193>
- Rodríguez, M. Z. J. (2020b). La evaluación formativa, una práctica eficaz en el desempeño docente. *Revista Scientific*, 5(16), 179–193. <https://doi.org/https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2020.5.16.9.179-193>
- Rosa, G., Carrillo, L., & Garcia, C. (2021). Revision bibliografica de los métodos de enseñansa en educación física. *acción motriz*. <https://doi.org/10.3.2021>
- Rosero, M. F. D. (2020). La importancia del material, los recursos y estímulos aplicados como juego en la actividad física. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 24(3), 183–204. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i3.1409>

- Talavera, F. J. H. (2020a). Planificación y evaluación curricular: Elementos fundamentales en el proceso educativo. *Dissertare Revista de investigación en ciencias sociales*, 5(2), 18. <https://doi.org/2542-3177>
- Talavera, F. J. H. (2020b). Planificación y evaluación curricular: Elementos fundamentales en el proceso educativo. *Dissertare Revista de investigación en ciencias sociales*, 5(2), 18. <https://doi.org/2542-3177>
- Torre, L. O. (2019). *¿Que son los desempeños en el Currículo Nacional?* [Video recording]. https://www.youtube.com/watch?v=Q9bjNb13Tik&ab_channel=LourdesOrellanaTorre
- Vargas, G. (2017). Recursos Educativos Didácticos en el Proceso Enseñanza Aprendizaje. *Revista "Cuadernos"*, 58(1), 68–74.
- Viúdez, F. C. (2002). *Enseñanza Y Aprendizaje De La Aula De Grupos Multilingües*. 217–227. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2800188.pdf>
- Yuriria Domínguez. (2022). Instrumentos y tipos de evaluación. *Con-Ciencia Serrana Boletín Científico de la Escuela Preparatoria Ixtlahuaco*, 4(7), 37–39.

WEBGRAFIA

<https://www.youtube.com/watch?v=hvK1vroGARM>

<https://youtu.be/zlot8JGOonM>

<https://youtu.be/7sfFF7kJYsM>

<https://youtu.be/8RuN9P1MDfo>

<https://youtu.be/-GLXnAVXr0k>

<https://youtu.be/4ShOpJPHRxA>

<https://youtu.be/A5l1wfZljVs>

https://youtu.be/_4MbJkxsLd4

<https://youtu.be/5qnGEVvb8t8>

<https://youtu.be/3hhVA4cDmT8>

<https://youtu.be/dTEK52R21Qw>

<https://youtu.be/E1Ww2E3yxR4>

<https://youtu.be/zqmzHQ7aIio>

<https://www.youtube.com/watch?v=b2PfrTWc5AE>

<https://youtu.be/LNzrq9pHI0w>
<https://youtu.be/Fmf04Ytva9E>
<https://www.youtube.com/watch?v=PZpqwdqr68Y&pp=ygUNY3JvY2tpIGNyb2NraQ%3D%3D>
<https://www.youtube.com/watch?v=aDqdPEFFTvg&pp=ygUOZnVpIGFsIG1lcmNhZG8%3D>
<https://www.youtube.com/watch?v=btcmfyfcvHE&t=60s&pp=ygUVSGFjZXIgb3JpZ2FtaSBkZSBYbW5h>
https://www.youtube.com/watch?v=Xj1_EGIARwo
<https://www.youtube.com/watch?v=WUol0rMWxAc&pp=ygURbGEgc2VycGllbnRIIGR1byA%3D>
<https://www.youtube.com/watch?v=CaGi6yZWUis&pp=ygUhY2FuY2lvbiBkZSBiaWVudmVuaWRhIHhcmEgdmnDsW9z>
<https://youtu.be/3P82kqz8yQw>
<https://drive.google.com/file/d/1H-NOjziJwBkwfHPcarYTulQw7Jibkj8q/view>
<https://www.youtube.com/watch?v=yGaScytlYpY>
<https://www.youtube.com/watch?v=uNFRwBGU-Rg>
<https://www.youtube.com/watch?v=xR2ofB1PZAs>
https://www.youtube.com/watch?v=tc-BR1O_ULw
<https://www.youtube.com/watch?v=Nb7ot6Di5Hc>
<https://www.youtube.com/watch?v=uaaRpcd2SXY>
https://www.youtube.com/watch?v=OUms_9ccqQ0
https://prexas.com/sesion-de-aprendizaje-n%C2%B0-06-secundaria-1%C2%B0-y-2-%C2%B0-educacion-fisica-27-al-30-de-junio-y-01-de-julio-2022_94b841f9d.html
https://www.youtube.com/watch?v=1nBfFM_dJNA
<https://www.youtube.com/watch?v=uaaRpcd2SXY>
https://www.youtube.com/watch?v=OUms_9ccqQ0
<https://www.youtube.com/watch?v=hvK1vroGARM&t=5s>
<https://books.google.es/books?id=6WV3yw5Wr-oC&pg=PA150&dq=ejercicios+desaconsejados#v=onepage&q=ejercicios%20desaconsejado&f=false>

GRAFICOS





























ANEXOS

DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN PUNO

UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL PUNO

INSTITUCION EDUCATIVA PRIMARIA



INSTITUCION EDUCATIVA PRIMARIA 70623 SANTA ROSA

**PRÁCTICA PREPROFESIONAL EN
EDUCACIÓN PRIMARIA**

DIRECTORA

BONA BRINDIS PINEDA SERRUTO

DOCENTE TITULAR

VALENTIN AGUILAR PUMA.

DOCENTE PRACTICANTE

ERICK JOSUE CONDORI LUQUE

DOCENTE DE PRACTICA UNAP

CESAR ARMANDO GUTIERREZ DIAZ

PUNO-2025



PRESENTACIÓN

La "Carpeta Pedagógica" es mucho más que un simple conjunto de documentos; es el reflejo de nuestra pasión por una educación integral. En su elaboración, se trasluce el empeño y dedicación, con el firme propósito de brindar a los estudiantes las herramientas necesarias para enfrentar con éxito los desafíos del mundo contemporáneo.

En cada página de esta carpeta, se encuentran plasmadas experiencias, inquietudes y mejores prácticas como docentes. Es un testimonio del compromiso con la excelencia educativa y con el desarrollo integral de cada alumno.

Además de ser una guía para nuestra labor docente, esta carpeta representa un viaje emocionante hacia la modernización educativa y el nuevo enfoque pedagógico. Es un recurso invaluable que nos permite planificar nuestras clases de manera efectiva, evitando la improvisación y asegurando un aprendizaje significativo para nuestros estudiantes.

Con esta "Carpeta Pedagógica", se busca ineludiblemente elevar el nivel de nuestro servicio educativo y contribuir al desarrollo de una generación de estudiantes preparados para triunfar en el mundo actual. Es un pequeño aporte para hacer de la educación un verdadero motor de cambio y progreso en nuestra sociedad.





ORACIÓN DEL EDUCADOR

JESUS:

Señor, único y verdadero guía,
Concédeme la gracia de ser un ejemplo a seguir,
como maestro para mis alumnos.

Haz que yo sea un modelo de amor, confianza y
comprensión.

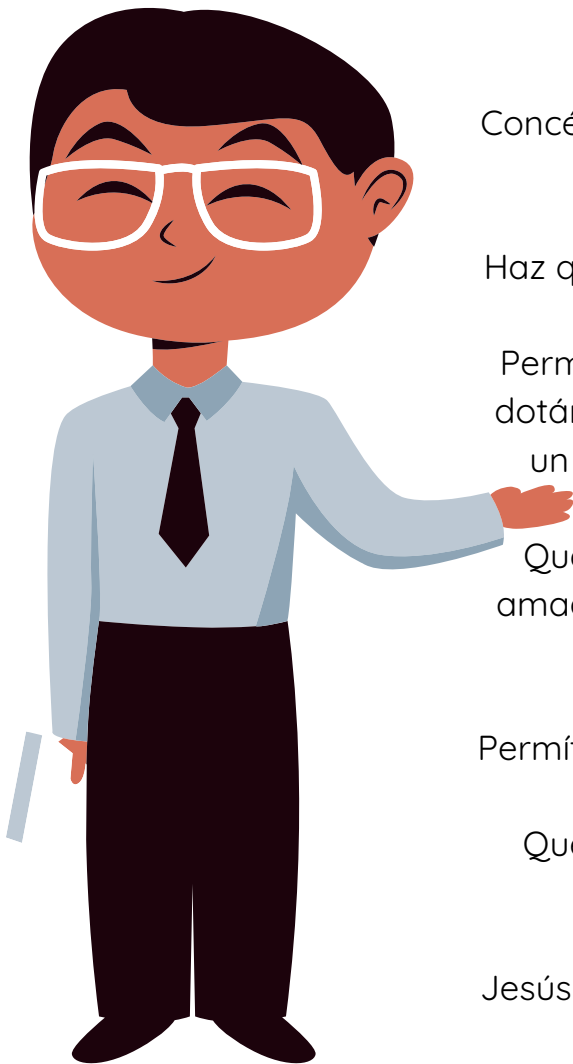
Permíteme ser capaz de educarlos en libertad,
dotándome de sabiduría para capacitarlos con
un auténtico compromiso hacia los demás.

Que mis alumnos se den cuenta de que son
amados y comprendan que mi único propósito
es su verdadero bien.

Permíteme hablarles de ti y enseñarles a dirigirse
a ti.

Que mi amistad contigo sea la fuente de mi
relación con ellos.

Jesús maestro, agradezco por haberme llamado
a tu misión.



ORACIÓN DE LOS PEQUEÑOS

Jesus:

Frecuentemente, recuérdame la responsabilidad que tengo de dedicarme al estudio. Hazme consciente de mi deber:

Que mi labor como estudiante sea santificada.
Que prepare adecuadamente mi propósito en la vida.

Que aprecie el privilegio de poder estudiar.

Que me capacite de manera consciente.

Que saque provecho de mi niñez.

Concede humildad para que pueda reconocer la negligencia con la que a veces abordo mis tareas. Otórgame valentía y constancia para aprovechar cada momento en el estudio.

Instrúyeme en el método de estudio, a leer reflexivamente y a consultar a aquellos que poseen más conocimiento para el futuro.

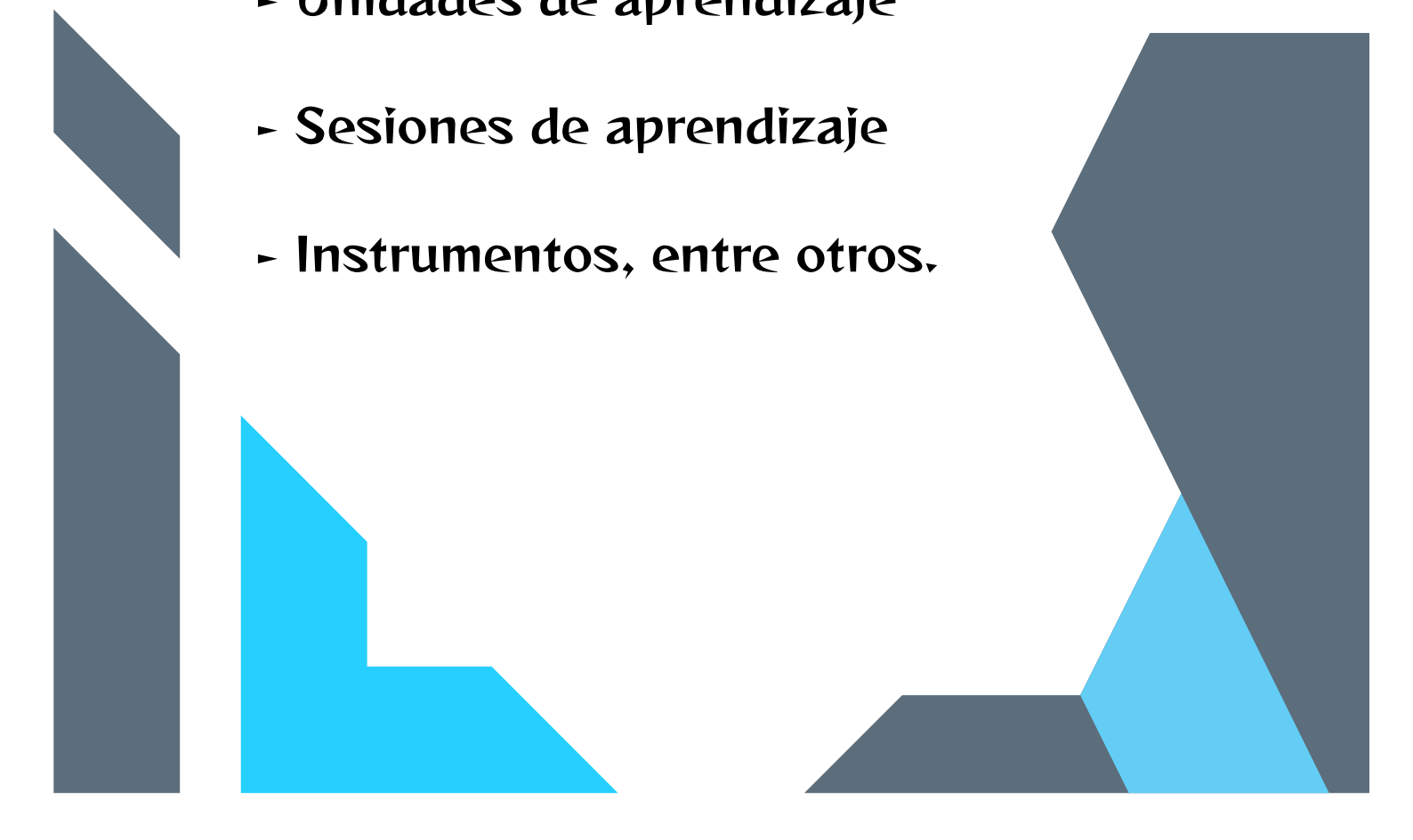
Permíteme ser de utilidad para mis hermanos y un auténtico líder para la humanidad.

Amén.

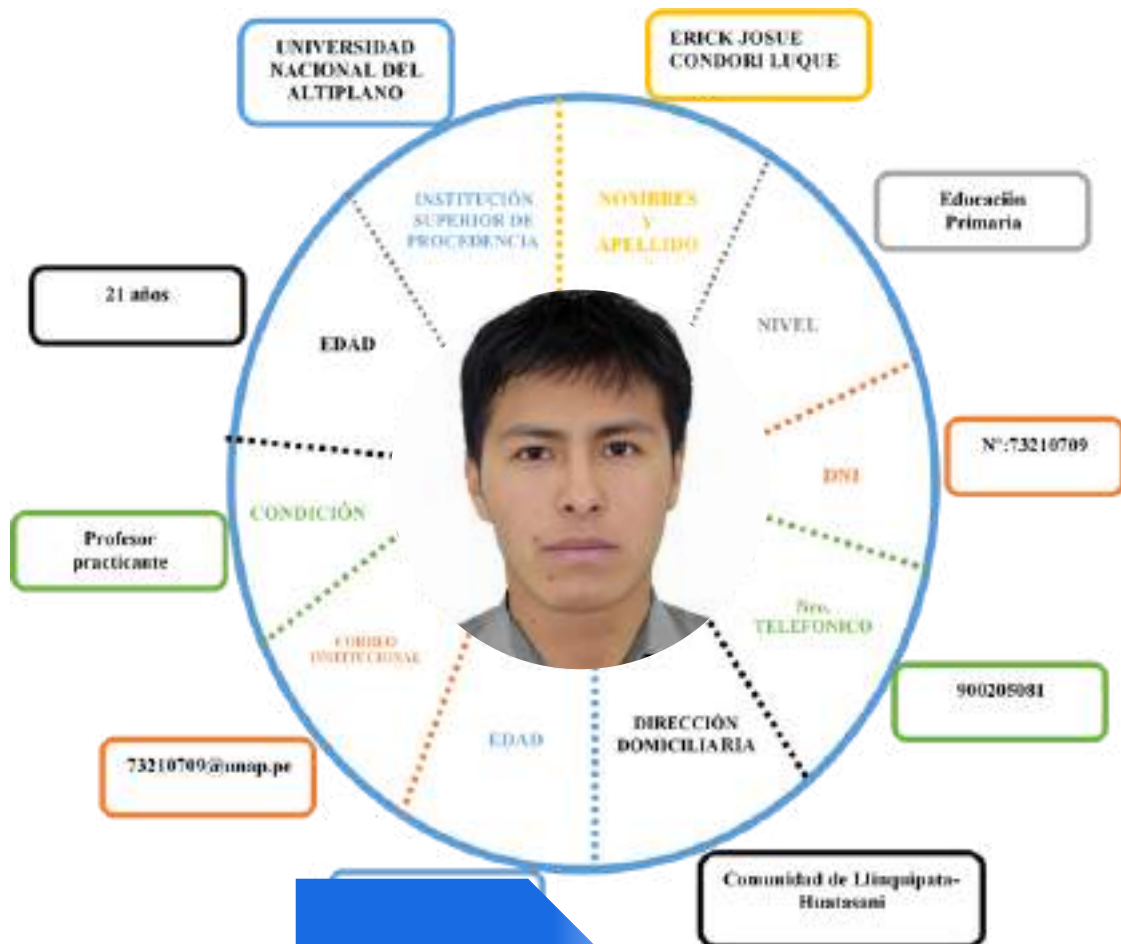




CONTENIDO DE LA CARPETA PEDAGÓGICA

- Datos informativos del estudiante**
 - Datos institucionales**
 - Datos del curso**
 - Documentos de gestión pedagógica**
 - Planificación**
 - Unidades de aprendizaje**
 - Sesiones de aprendizaje**
 - Instrumentos, entre otros.**
- 

DATOS INFORMATIVOS DEL ESTUDIANTE



DATOS INSTITUCIONALES

UNA-PUNO



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN



ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



UBICACIÓN



PROPÓSITOS DEL PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN FÍSICA

1. Fortalecer la formación profesional de calidad a través de los estudios generales específicos y de especialidad promoviendo la salud para su inserción al mercado laboral en forma competitiva y humanística.
2. Impulsar la investigación científica, humanística y formativa para su contribución en el desarrollo académico, educación corporal, deporte-recreación y promoción de la salud acorde alineamientos y políticas para el desarrollo regional y nacional.
3. Desarrollar la función de responsabilidad social, integrando las actitudes académicas, investigación, extensión y gestión para tener impacto en la sociedad.
4. Mejorar la calidad de la gestión de la Escuela Profesional de Educación Física a través de la mejora continua, que contribuye a la concreción de la calidad académica, investigación y responsabilidad social.



DATOS DEL CURSO

CURSO: Practica Preprofesional en Educación Primaria

ÁREA CURRICULAR: Estudios de especialidad.

CARACTERÍSTICAS DEL CURSO: Experiencia preprofesional.

PERFIL DEL EGRESADO EN RELACION DEL CURSO:
Gestiona y desarrolla procesos pedagógicos y curriculares desde el enfoque de la corporeidad en los niveles de educación básica regular con soporte teórico científico vigente.

LOGRO DE APRENDIZAJE:

Diseña y realiza talleres de inter aprendizaje utilizando estrategias metodológicas, recursos didácticos e instrumentos de evaluación pertinentes a educación primaria

DATOS INFORMATIVOS DE LA INSTITUCIÓN A REALIZAR LA PRACTICA PREPROFESIONAL

UGEL: UGEL Puno

NOMBRE DE LA I.E.P: INSTITUCION EDUCATIVA PRIMARIA
70623 SANTA ROSA

DISTRITO: Puno

DIRECCIÓN DE LA I.E: Jirón Leoncio Prado 345

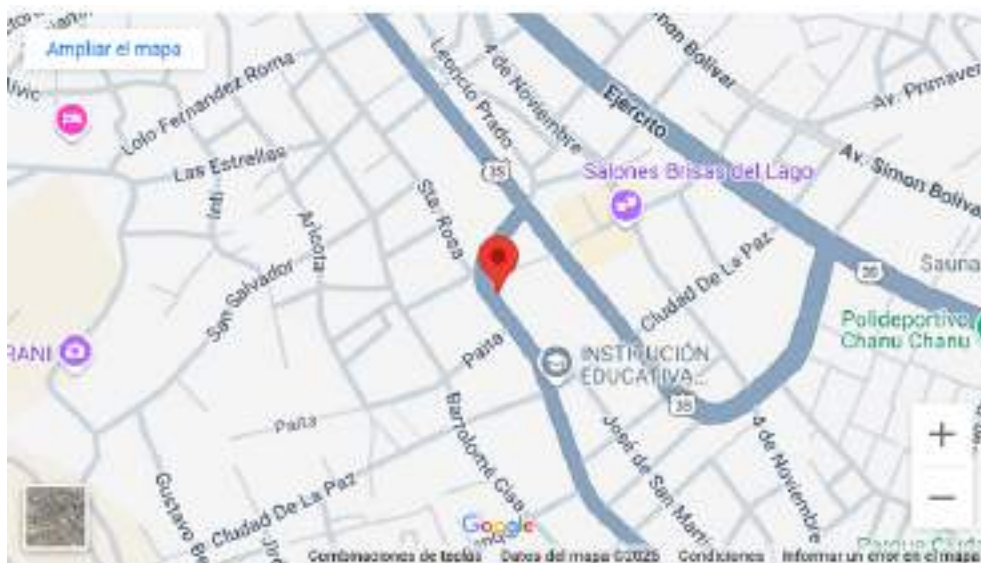
DIRECTORA: Bona Brindis Pineda Serruto

TIPO: Publica de gestión directa

I.E.P 70623 SANTA ROSA



UBICACIÓN GOOGLE MAPS



AREA: EDUCACIÓN FÍSICA

III CICLO DE LA EBR

COMPETENCIAS

SE DESENVUELVE DE MANERA AUTONOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD

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

COMPRENDE SU CUERPO

ESTANDARES

Asume una vida saludable cuando diferencia los alimentos saludables de su dieta personal y familiar, los momentos adecuados para ingerirlos y las posturas que lo ayudan al buen desempeño en la práctica de actividades físicas, recreativas y de la vida cotidiana, reconociendo la importancia del autocuidado. Participa regularmente en la práctica de actividades lúdicas identificando su ritmo cardiaco, respiración y sudoración; utiliza prácticas de activación corporal y psicológica antes de la actividad lúdica.

SE EXPRESA CORPORALMENTE

Interactúa a través de sus habilidades socio motrices al aceptar al otro como compañero de juego y busca el consenso sobre la manera de jugar para lograr el bienestar común y muestra una actitud de respeto evitando juegos violentos y humillantes; expresa su posición ante un conflicto con intención de resolverlo y escucha la posición de sus compañeros en los diferentes tipos de juegos. Resuelve situaciones motrices a través de estrategias colectivas y participa en la construcción de reglas de juego adaptadas a la situación y al entorno, para lograr un objetivo común en la práctica de actividades lúdicas

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA

IV CICLO DE LA EBR

COMPETENCIAS

SE DESENVUELVE DE MANERA AUTONOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD

Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad cuando comprende cómo usar su cuerpo explorando la alternancia de sus lados corporales de acuerdo a su utilidad y ajustando la posición del cuerpo en el espacio y en el tiempo en diferentes etapas de las acciones motrices, con una actitud positiva y una voluntad de experimentar situaciones diversas. Experimenta nuevas posibilidades expresivas de su cuerpo y las utiliza para relacionarse y comunicar ideas, emociones, sentimientos, pensamientos

COMPRENDE SU CUERPO

ESTANDARES

Asume una vida saludable cuando diferencia los alimentos de su dieta personal, 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.

SE EXPRESA CORPORALMENTE

Interactúa a través de sus habilidades socio motrices al tomar acuerdos sobre la manera de jugar y los posibles cambios o conflictos que se den y propone adaptaciones o modificaciones para favorecer la inclusión de sus compañeros en actividades lúdicas, aceptando al oponente como compañero de juego. Adapta la estrategia de juego anticipando las intenciones de sus compañeros y oponentes para cumplir con los objetivos planteados. Propone reglas y las modifica de acuerdo a las necesidades del contexto y los intereses del grupo en la práctica de actividades físicas.

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA

V CICLO DE LA EBR

COMPETENCIAS

SE DESENVUELVE DE MANERA AUTONOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD

COMPRENDE SU CUERPO

SE EXPRESA CORPORALMENTE

ESTANDARES

Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad cuando acepta sus posibilidades y limitaciones según su desarrollo e imagen corporal. Realiza secuencias de movimientos coordinados aplicando la alternancia de sus lados corporales de acuerdo a su utilidad. Produce con sus pares secuencias de movimientos corporales, expresivos¹¹ o rítmicos en relación a una intención.

Asume una vida saludable cuando utiliza instrumentos que miden la aptitud física y estado nutricional e interpreta la información de los resultados obtenidos para mejorar su calidad de vida. Replantea sus hábitos saludables, higiénicos y alimenticios tomando en cuenta los cambios físicos propios de la edad, evita la realización de ejercicios y posturas contraindicadas para la salud en la práctica de actividad física. Incorpora prácticas saludables para su organismo consumiendo alimentos adecuados a las características personales y evitando el consumo de drogas. Propone ejercicios de activación y relajación antes, durante y después de la práctica y participa en actividad física de distinta intensidad regulando su esfuerzo.

Interactúa a través de sus habilidades socio motrices proactivamente con un sentido de cooperación teniendo en cuenta las adaptaciones o modificaciones propuestas por el grupo en diferentes actividades físicas. Hace uso de estrategias de cooperación y oposición seleccionando los diferentes elementos técnicos y tácticos que se pueden dar en la práctica de actividades lúdicas y predeportivas, para resolver la situación de juego que le dé un mejor resultado y que responda a las variaciones que se presentan en el entorno.

MESES										
	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO	JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE
ACTIVIDADES										
CALENDARIO NACIONAL, REGIONAL, COMUNAL	▶ BIAE ▶ Semana santa	▶ Día mundial de la actividad física	▶ Día internacional de la familia ▶ Día internacional del juego	▶ Día del Nuevo año andino	▶ Fiestas patrias	▶ Día del folklore	▶ Día de la familia ▶ Primavera	▶ Semana del niño	▶ Día de los derechos del niño	▶ Navidad
CALENDARIO INSTITUCIONAL	▶ Semana santa ▶ BIAE	▶ Día del libro ▶ Olimpiadas deportivas	▶ Día de la madre	▶ Día del padre ▶ Día mundial del medio ambiente ▶ Día de la bandera	▶ Día del maestro ▶ Fiestas patrias ▶ Día del logro	▶ Campaña del buen trato ▶ Día del adulto mayor	▶ Aniversario de la I.E.	▶ Semana de la educación física	▶ Día del logro	▶ Navidad ▶ Clausura

CARTEL DE ANECDOTAS

Mayo

Junio

Julio

Agosto



PLANIFICACIÓN CURRICULAR ANUAL



PLANIFICACIÓN CURRICULAR ANUAL

NIVEL PRIMARIA 2025

I. DATOS INFORMATIVOS.

DRE	Puno	UGEL	Puno	I.E.P	N° 70623 Santa Rosa
Área	Educación Física	Ciclo	V	Grado/sección	6to / C
Horas semanales	3 horas	Turno	Mañana	Director(a)	Bona Brindis Pineda Serrato
Profesor titular	Valentin Aguilar Puma.			Prof. Practicante	Erick Josue Candori Luque

II. DESCRIPCIÓN GENERAL.

La Educación Física es muy importante para los niños en la escuela porque no solo los ayuda a estar más saludables y a sentirse bien, sino que también contribuye a su aprendizaje y desarrollo en otras áreas de sus vidas. A través de la actividad física, los niños no solo fortalecen su cuerpo, sino que también aprenden a cuidar su bienestar emocional, a pensar de manera más clara y a ser responsables en sus decisiones. Estos aprendizajes los acompañan más allá del aula, preparándolos para enfrentar desafíos en su vida diaria.

En una enseñanza de calidad, la Educación Física no se limita a simplemente mover el cuerpo, sino que se enfoca en el desarrollo integral del niño, es decir, en su crecimiento físico, mental y emocional. A través de juegos y actividades, los niños desarrollan habilidades motoras, como correr, saltar y lanzar, pero también habilidades importantes para la vida, como trabajar en equipo, respetar a los demás y resolver problemas de manera pacífica. Aprender a moverse de manera autónoma y con confianza no solo mejora su desempeño en el deporte, sino que también refuerza su autoestima, lo que es fundamental para su bienestar emocional.

Parte de esta enseñanza integral incluye la educación sobre hábitos saludables. Los niños no solo aprenderán a moverse bien, sino también a reconocer qué alimentos son buenos para su cuerpo y cuándo es el mejor momento para comerlos. Sabrán la importancia de mantener una postura adecuada y de moverse de forma que favorezca su rendimiento físico. Este enfoque en hábitos saludables es vital en una enseñanza de calidad porque no solo busca mejorar el rendimiento físico de los niños en el presente, sino también inculcar hábitos que les servirán para toda la vida.

Por ejemplo, los juegos y ejercicios físicos también ayudan a los niños a ser conscientes de su propio cuerpo: notan cómo su corazón late más rápido cuando corren y cómo deben respirar mejor para poder jugar más tiempo. A través de estos ejercicios, los niños también desarrollan habilidades sociales, como trabajar juntos para resolver problemas y ser justos con sus compañeros. Una educación física de calidad fomenta estas habilidades, no solo para hacerlos mejores deportistas, sino mejores personas que sepan cómo interactuar de manera positiva con los demás.

Sin embargo, la realidad de algunas escuelas, como donde estudian muchos niños, presenta retos importantes. Algunos niños solo viven con uno de sus padres, generalmente sus mamás, y esto puede hacer que no reciban todo el apoyo que necesitan en casa para mantenerse al día con sus estudios o participar activamente en actividades físicas. Además, en muchas escuelas, las instalaciones no son las más adecuadas. Tener un patio en mal estado, por ejemplo, puede ser peligroso para los niños y limitar su desarrollo físico y social. Una enseñanza de calidad debe abordar estos desafíos, creando un ambiente seguro y adecuado para que los niños puedan aprender y jugar sin riesgos.

Otro problema común es la alimentación inadecuada. Muchos niños no comen de manera saludable, lo que les afecta física y mentalmente. Algunos niños tienen sobrepeso y otros están muy delgados, y ambos casos representan un riesgo para su salud. Aquí es donde una enseñanza de calidad en Educación Física también se relaciona con la nutrición: los niños deben aprender la importancia de una dieta balanceada y cómo el ejercicio regular puede mejorar su salud en general. Además, el clima, como el calor extremo, puede afectar la salud de los niños, por lo que también es importante enseñarles cómo cuidarse en diferentes condiciones.

A la edad de 11 años, los niños ya están mejorando en muchas áreas de su desarrollo. Su coordinación es más precisa, lo que les permite escribir mejor y manipular objetos con más habilidad. Tienen mucha energía y disfrutan de actividades físicas donde pueden moverse y ser activos. Socialmente, están empezando a aprender a compartir y a cooperar, aunque a veces pueden sentir celos o frustración. Emocionalmente, también comienzan a imitar a los adultos que los rodean, y las amistades empiezan a ser muy importantes para ellos.



Una enseñanza de calidad debe tomar en cuenta todas estas características del desarrollo infantil. Para ayudar a los niños a mejorar en todos los aspectos, se planificarán actividades que promuevan la participación de todos, sin importar su nivel de habilidad. Los juegos serán inclusivos, evitando que la competitividad sea excesiva o que los niños se sientan excluidos. Estas actividades deben fomentar la creatividad, la colaboración y el respeto mutuo, asegurando que cada niño se sienta valorado y parte del grupo.

A medida que los niños avancen en su desarrollo, las actividades de Educación Física se irán adaptando para promover un aprendizaje más profundo. Se introducirán juegos y dinámicas que fomenten la colaboración en lugar de la competencia, y se enseñarán habilidades que vayan más allá del deporte, como la conciencia sobre la importancia de la actividad física para una vida saludable. Una enseñanza de calidad en Educación Física no solo forma mejores deportistas, sino también personas más saludables, seguras y preparadas para enfrentar los retos de la vida con éxito.

III. ORGANIZACIÓN DE LOS PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE.

PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE			ORGANIZACIÓN Y DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO									
Competencias	Capacidades	Desempeños	BIM. 1			BIM. 2		BIM. 3			BIM. 4	
			CA 1	CA 2	CA 3	CA 4	CA 5	CA 6	CA 7	CA 8	CA 9	CA 10
			25 Del 17 de marzo al 28 de marzo	28 Del 31 de marzo al 30 de abril	45 Del 21 de abril al 16 de mayo	45 Del 26 de mayo al 20 de junio	55 Del 23 de junio al 25 de julio	35 Del 18 al 29 de agosto	25 Del 8 al 19 de septiembre	35 Del 22 de septiembre al 10 de octubre	45 Del 20 de octubre al 14 de noviembre	35 Del 17 de noviembre al 19 de diciembre
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo.	1.1.1 Aplica la alternancia de sus miembros corporales de acuerdo a su preferencia, utilidad, necesidad, y/o anticipa las acciones motrices a realizar en un espacio y tiempo, para mejorar las posibilidades de respuesta en una actividad física.	“Juegos por el buen inicio del año escolar: demostrando nuestras posibilidades motrices”	“Los ejercicios físicos son importantes para nuestra salud”	Desarrollamos nuestras habilidades deportivas participando en los Juegos Escolares con entusiasmo y respeto	“Nos expresamos a través de la gimnasia aceptando las diferencias”	“Adaptamos nuestros movimientos a los ritmos de nuestro Perú”	“Nos integramos realizando ejercicios, saltos, y lanzamientos”	“Demostramos nuestras posibilidades motrices practicando juegos por deportivos”	“Mantenemos un cuerpo sano con la alimentación física”	“Cuido mi cuerpo y el medio ambiente practicando las 5 R”	“Valoramos nuestros deportes y deportes practicando los juegos tradicionales”
		1.1.2 Regula su cuerpo para dar respuesta a las situaciones						X				



		matrices en contextos lúdicos, predeportivos, etc.; de este modo, afianza las habilidades motoras específicas relacionadas con la carrera, el salto y los lanzamientos									
	Se expresa corporalmente.	1.2.1 Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal.		X	X	X			X		X
		1.2.2 Crea con sus pares una secuencia de movimientos corporales, expresivos y/o rítmicos, de manera programada y estructurada, así, se expresa de diferentes formas y con diversos recursos, a través del cuerpo y el movimiento, para comunicar ideas y emociones.				X					
Asume una vida saludable	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura y hábitos corporales y su salud	2.1.1 Utiliza diferentes métodos de evaluación para determinar la aptitud física; asimismo, selecciona los que mejor se adecuen a sus posibilidades y utiliza la información que obtiene en		X				X	X		



Interacción a través de	Se relaciona	beneficio de su salud.									
		2.1.2 Explica la relación entre los cambios físicos propios de la edad y la repercusión en la higiene, en la práctica de actividad física y en actividades de la vida cotidiana; practica actividad física y explica la importancia que tiene en su vida cotidiana.			X						
		2.2.1 Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud. - Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud.				X	X				
		2.2.2 Muestra hábitos saludables y evita hábitos perjudiciales para su organismo, como el consumo de comida rápida, de alcohol, de tabaco, de drogas, desórdenes alimenticios, entre otros, proporciona el fundamento respectivo y desarrolla dietas saludables.							X	X	X
Interacción a través de	Se relaciona	3.1.1 Participa en actividades físicas en la naturaleza.				X	X				



		eventos predeportivos, juegos populares, entre otros, y toma decisiones en favor del grupo aunque vaya en contra de sus intereses personales, con un espíritu solidario y de compensación.										
		3.2.1 Modifica juegos y actividades para que se adecuen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.			X			X			X	
		3.2.2 Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en las que pone en práctica diversas estrategias; adecua normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno.							X	X		X
Comp. Tr.		Desempeños	UA 0	UA 1	UA 2	UA 3	UA 4	UA 5	UA 6	UA 7	UA 8	UA 9
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC	Personaliza entornos virtuales.	Modifica el entorno virtual personalizado cuando realiza aplicaciones y herramientas de navegación, para utilizarlo según las necesidades, el contexto y las actividades en las que participa.		X								



	Gestiona información del entorno virtual. Emplica portafolios digitales cuando organiza la información que obtuvo, de manera que esté disponible para actividades frecuentes. Ejemplo: El estudiante crea un blog para difundir las actividades de "El día del logro".			X							
	Interactúa en entornos virtuales. Accede a entornos virtuales establecidos, mediante credenciales de identificación digital y considerando procedimientos seguros, éticos y responsables; por ejemplo, para ingresar a una red social.										
	Crea objetos virtuales en diversos formatos Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo: El estudiante hace uso de un presentador visual.					X					



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL

(Práctica en el Nivel Primaria)



		Explica el proceso, los procedimientos, los recursos movilizados, las dificultades, los ajustes y cambios que realizó y los resultados obtenidos para llegar a la meta.										X
Enfoques Transversales			UA 0	UA 1	UA 2	UA 3	UA 4	UA 5	UA 6	UA 7	UA 8	UA 9
Enfoque de derechos					X							X
Enfoque inclusivo o de Atención a la diversidad						X						
Enfoque Intercultural							X					
Enfoque de Igualdad de género									X			X
Enfoque Ambiental											X	
Enfoque orientación al bien común								X				
Enfoque búsqueda de la excelencia				X						X		

IV. ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DEL CICLO V

- Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad cuando acepta sus posibilidades y limitaciones según su desarrollo e imagen corporal. Realiza secuencias de movimientos coordinados aplicando la alternancia de sus lados corporales de acuerdo a su utilidad. Produce con sus pares secuencias de movimientos corporales, expresivos o lúdicos en relación a una intención.
- Asume una vida saludable cuando utiliza instrumentos que miden la aptitud física y estado nutricional e interpreta la información de los resultados obtenidos para mejorar su calidad de vida. Replantea sus hábitos saludables, higiénicos y alimenticios tomando en cuenta los cambios físicos propios de la edad. Evita la realización de ejercicios y posturas contraindicadas para la salud en la práctica de actividad física. Incorpora prácticas saludables para su organismo consumiendo alimentos adecuados a las características personales y evitando el consumo de drogas. Propone ejercicios de activación y relajación antes, durante y después de la práctica y participa en actividad física de distinta intensidad regulando su esfuerzo.
- Interactúa a través de sus habilidades socio motrices propositivamente con un sentido de cooperación teniendo en cuenta las adaptaciones o modificaciones propuestas por el grupo en diferentes actividades físicas. Hace uso de estrategias de cooperación y oposición seleccionando los diferentes elementos técnicos y tácticos que se pueden dar en la práctica de actividades lúdicas y predeportivas, para resolver la situación de juego que le de un mejor resultado y que responda a las variaciones que se presentan en el entorno.

V. CALENDARIZACIÓN DEL AÑO ESCOLAR.

BLOQUES	DURACIÓN	FECHA DE INICIO Y FIN
Primer bloque de semanas de gestión	2 semanas	Del 03 de marzo al 14 de marzo del 2025
Primer bloque de semanas lectivas	9 semanas	Del 17 de marzo al 16 de mayo del 2025.
Segundo bloque de semanas de gestión	1 semana	Del 19 de mayo al 23 de mayo.
Segundo bloque de semanas lectivas	09 semanas	Del 26 de mayo al 25 de julio del 2025
Tercer bloque de semanas de gestión	2 semanas	Del 28 de julio al 8 de agosto
Tercer bloque de semanas lectivas	9 semanas	Del 11 de agosto al 10 de octubre del 2025
Cuarto bloque de semanas de gestión	1 semana	Del 13 de octubre al 17 de octubre del 2025
Cuarto bloque de semanas lectivas	9 semanas	Del 20 de octubre al 19 de diciembre del 2025



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA – ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL
(Práctica en el Nivel Primaria)



Quinto bloque de semanas de gestión	2 semanas	Del 22 al 31 de diciembre del 2025

VI. SECUENCIA DE SITUACIONES SIGNIFICATIVAS.

UNIDAD	SITUACIONES SIGNIFICATIVAS	TÍTULO	COMP. CAP. DES.	DESEMPEÑO PRECISADO	ESTANDAR DE APRENDIZAJE
0		"Juntos por el buen inicio del año escolar: demostrando nuestras posibilidades motrices"		EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad cuando acepta sus posibilidades y limitaciones según su desarrollo e imagen corporal.
1	Milton, docente de sexto grado, identificó un estilo de vida sedentario y sobrepeso en sus estudiantes, lo cual afecta su salud. Ante su predisposición, promueve actividades físicas para fomentar hábitos saludables en la comunidad.	"Promovemos en la comunidad educativa la práctica de actividades físicas"	1.2.1	Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal.	Realiza secuencias de movimientos coordinados aplicando la alternancia de sus lados corporales de acuerdo a su utilidad. Produce con sus pares secuencias de movimientos corporales, expresivos o rítmicos en relación a una intención.
			2.1.1	Utiliza diferentes métodos de evaluación para determinar la aptitud física; asumiendo, selecciona los que mejor se adecúan a sus posibilidades y utiliza la información que obtiene en beneficio de su salud.	
2	Milton, docente de sexto grado, ha observado dificultades en la integración, expresión y coordinación motriz de sus estudiantes. Explica los beneficios de actividades rítmicas y trabajo en equipo, promoviendo su desarrollo integral.	Desarrollamos nuestras habilidades deportivas participando en los Juegos Escolares con entusiasmo y respeto	1.2.1	Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal.	Asume una vida saludable cuando utiliza instrumentos que miden la aptitud física y estado nutricional e interpreta la
			2.1.2	Explica la relación entre los cambios físicos propios de la edad y la repercusión en la higiene, en la práctica de actividad física y en actividades de la vida cotidiana; practica actividad física y explica la importancia que tiene en su vida cotidiana.	
			3.2.1	Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.	



3	Leonardo, un estudiante tímido de sexto grado, enfrenta burlas de algunos compañeros por su apariencia, lo que dificulta su trabajo en equipo. El docente Milton promueve el respeto, la tolerancia y actividades gimnásticas que fomentan la autoaceptación, respeto y valoración de las diferencias individuales	"Creamos ritmos gimnásticos respetando y aceptando nuestras posibilidades y las diferencias"	1.2.1	Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal.	información de los resultados obtenidos para mejorar su calidad de vida. Replantea sus hábitos saludables, higiénicos y alimenticios tomando en cuenta los cambios físicos propios de la edad, evita la realización de ejercicios y posturas contraindicadas para la salud en la práctica de actividad física. Incorpora prácticas saludables para su organismo consumiendo alimentos adecuados a las características personales y evitando el consumo de drogas. Propone ejercicios de activación y relajación antes, durante y después de la práctica y participa en actividad física de distinta intensidad regulando su esfuerzo.
			2.2.1	Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud. Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud.	
			3.1.1	Participa en actividades físicas en la naturaleza, eventos predeportivos, juegos populares, entre otros, y toma decisiones en favor del grupo aunque vaya en contra de sus intereses personales, con un sentido solidario y de cooperación.	
4	En el aula de sexto grado, los estudiantes muestran entusiasmo por las fiestas patrias. El docente aprovecha para destacar la importancia de esta fecha en fortalecer la identidad, unión y trabajo en equipo. Propone reflexionar sobre formas de rendir homenaje al país mediante actividades físicas colaborativas.	"Celebramos las fiestas patrias creando secuencias al ritmo de la música de nuestra Perú"	1.2.2	Crea con sus pares una secuencia de movimientos corporales, expresivos y/o rítmicos, de manera programada y estructurada; así, se expresa de diferentes formas y con diversos recursos, a través del cuerpo y el movimiento, para comunicar ideas y emociones.	
			2.2.1	Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud. Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud.	



			3.1.1	Participa en actividades físicas en la naturaleza, eventos predeportivos, juegos populares, entre otros, y toma decisiones en favor del grupo aunque vaya en contra de sus intereses personales, con un sentido solidario y de cooperación.	
5	Con motivo del aniversario de la I.P., los estudiantes están entusiasmados por participar en diversas actividades. El docente destaca la oportunidad para fortalecer la unión y el trabajo en equipo, planteando el reto de proponer actividades deportivas no convencionales para resaltar el evento, fomentando la participación	"Demostramos nuestras habilidades practicando juegos predeportivos de handbol, baloncesto y fútbol"	1.1.2	Regula su cuerpo para dar respuesta a las situaciones motrices en contextos lúdicos, predeportivos, etc.; de este modo, afianza las habilidades motrices específicas relacionadas con la carrera, el salto y los lanzamientos	
			2.1.1	Utiliza diferentes métodos de evaluación para determinar la aptitud física; asimismo, selecciona los que mejor se adecúan a sus posibilidades y utiliza la información que obtiene en beneficio de su salud.	
			3.2.1	Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.	
6	En el aula de 6to grado de la I.E., los estudiantes están emocionados por las olimpiadas deportivas, un evento muy esperado. Sin embargo, se observa exclusión entre algunos compañeros y un enfoque en ganar a cualquier precio. Los docentes reconocen que las actividades deportivas ayudan a manejar el estrés y fomentan emociones	"Demostramos nuestro dominio corporal en los juegos predeportivos de fútbol y fútbol, respetando la integridad de sus compañeros"	1.1.1	Aplica la alternancia de sus lados corporales de acuerdo a su preferencia, utilidad y/o necesidad, y anticipa las acciones motrices a realizar en un espacio y tiempo, para mejorar las posibilidades de respuesta en una actividad física.	
			2.1.1	Utiliza diferentes métodos de evaluación para determinar la aptitud física; asimismo, selecciona los que mejor se adecúan a sus posibilidades y utiliza la información que obtiene en beneficio de su salud.	Interacción a través de sus habilidades socio motrices



	positivas, considerando este como una oportunidad para promover la inclusión y valores como el respeto y la tolerancia. Surge así el desafío de: ¿Cómo fomentar y practicar valores en actividades deportivas colectivas? ¿Cómo integrar a todos en los juegos?		3.2.2	Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en las que pone en práctica diversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno.	proactivamente con un sentido de cooperación teniendo en cuenta las adaptaciones o modificaciones propuestas por el grupo en diferentes actividades físicas. Hace uso de estrategias de cooperación y oposición seleccionando los diferentes elementos técnicos y tácticos que se pueden dar en la práctica de actividades lúdicas y predeportivas.
7	En nuestra sociedad, el sedentarismo es común, con solo el 10% de los estudiantes realizando actividad física regularmente. La celebración del Día de la Educación Física busca fomentar hábitos saludables y valores en la comunidad.	"Promovemos la importancia de la educación física"	1.2.1	Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal.	para resolver la situación de juego que le dé un mejor resultado y que responda a las variaciones que se presentan en el entorno.
			2.2.2	Muestra hábitos saludables y evita hábitos perjudiciales para su organismo, como el consumo de comida rápida, de alcohol, de tabaco, de drogas, desórdenes alimenticios, entre otros; proporciona el fundamento respectivo y desarrolla dietas saludables.	
			3.2.2	Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en las que pone en práctica diversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno.	
8	Tres estudiantes de 6to grado conversan sobre las riquezas naturales del Perú. José se asombra por sus paisajes, mientras Rafaela menciona Tarapoto.	"El medio ambiente me importa: Promovemos acciones que nos ayuden a conservar la biodiversidad y la salud"	2.2.2	Muestra hábitos saludables y evita hábitos perjudiciales para su organismo, como el consumo de comida rápida, de alcohol, de tabaco, de drogas, desórdenes alimenticios, entre otros; proporciona el fundamento respectivo y desarrolla dietas saludables.	



	La tristeza surge al hablar del calentamiento global y su impacto en la vida. Leticia expresa preocupación por la desaparición de plantas y animales y su efecto en la salud. Juntos, se preguntan cómo mitigar el calentamiento global a través del ejercicio.		3.2.1	Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.	
9	Abelardo, un estudiante del ciclo V, es activo, pero a veces no controla sus impulsos. Lo que hace que sus compañeros no quieran trabajar con él, provocando su sensación de discriminación. El docente Milton aprovecha para fomentar el respeto por las diferencias y la igualdad, evitando la discriminación. Resalta la importancia de la responsabilidad y la organización. Esto permite a los estudiantes expresarse a través de juegos tradicionales, reconociendo sus derechos y deberes. Se plantea el reto: ¿Cómo promover nuestros derechos y deberes e incluir a todos en los juegos?	"Respetamos nuestros derechos y deberes, practicando los juegos tradicionales"	1.2.1	Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal.	
			2.2.2	Muestra hábitos saludables y evita hábitos perjudiciales para su organismo, como el consumo de comida rápida, de alcohol, de tabaco, de drogas, desórdenes alimenticios, entre otros; proporciona el fundamento respectivo y desarrolla dietas saludables.	
			3.2.2	Participa en actividades lúdicas, predeportivas y deportivas en las que pone en práctica diversas estrategias; adecúa normas de juego y la mejor solución táctica para dar respuesta a las variaciones que se presentan en el entorno.	



VII. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS.

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	TÉCNICAS	INSTRUMENTOS
▪ Aprendizaje basado en el juego. ▪ Método de instrucción directa adaptada ▪ Método de descubrimiento guiado ▪ Aprendizaje cooperativo. ▪ Método de libre exploración supervisada ▪ Aprendizaje basado en proyectos	▪ Técnica de comandos verbales breves y claros ▪ Técnica del modelado. ▪ Técnica de juego guiado ▪ Técnica de preguntas estratégicas ▪ Técnicas de refuerzo positivo ▪ Técnica de enseñanza recíproca ▪ Técnica de observación y retroalimentación inmediata ▪ Técnica del uso de objetos concretos ▪ Técnica del trabajo en grupos cooperativos	▪ Registro auxiliar de asistencia ▪ Lista de cotejo

VIII. EVALUACIÓN.

Evaluación diagnóstica	Evaluación formativa	Evaluación sumativa
La evaluación diagnóstica se lleva a cabo con el objetivo de identificar los propósitos de aprendizaje basados en las necesidades detectadas. Al concluir cada experiencia educativa, se realiza una reflexión sobre los avances y las dificultades encontradas durante el proceso. Esta reflexión tiene como finalidad permitir los ajustes necesarios para optimizar las futuras experiencias de aprendizaje.	La evaluación para el aprendizaje se centra en el desarrollo del estudiante, proporcionando retroalimentación oportuna a lo largo de todo el proceso de enseñanza-aprendizaje. Este enfoque genera oportunidades continuas que facilitan el logro de los aprendizajes por parte de los estudiantes.	Al concluir cada experiencia educativa, se lleva a cabo una evaluación sumativa que nos permite valorar las evidencias y productos de aprendizaje. Este proceso no solo es fundamental para reconocer los logros alcanzados, sino que también se convierte en una valiosa herramienta de comunicación con los padres de familia, estudiantes y docentes. A través de esta evaluación, informamos sobre el progreso en el desarrollo de las competencias, generando un sentido de comunidad y colaboración en el camino hacia el éxito educativo.

IX. MEDIOS Y MATERIALES

Materiales no fungibles	Materiales fungibles
Pelotas grandes, colchonetas, aros de hula, bancos o plataformas, equipos de juego, cajas de almacenamiento, silbato y pizarra.	Pelotas pequeñas, cinta adhesiva, botellas de agua, papel o tarjetas, toallas desechables y cuerdas de lino.

X. BIBLIOGRAFÍA

Para el docente	Para el alumnado
▪ Cáraves, P. A. A., Burgos, H. Y. C. & Guerrero, S. I. (2023). Volumen 2 Número 5 2023. Revista de Investigación Educativa y Deportiva, 2(e), 281-299 ▪ Gómez, J. A. O. (2017). La coordinación dinámica general y la general y la educación física rural un reto para el siglo XXI. In: Universitas Nusantara (UNIR) Kediri (Vol. 01). Universidad Católica de Manizales. ▪ González, R. A. M. (2022). El registro auxiliar del deporte, la actividad física y la educación física en el estado zulia. GADIE, 2. ▪ Heinsen, M. & Marinos, S. (2019). Guía de planificación y evaluación Docente. En Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OIEA) R. D.	-Instituto Peruano del Deporte. (2022). Libro de los Deportes - IPD (Primera ed). https://doi.org/https://campus.ipd.gub.pe/pagina/informacion/mod_resource/content/1/1Libro%20de%20los%20Deportes%20-%20IPD.pdf -Libre, A. L. A. (2017). La magia de moverse al aire libre. En Larousse (Ed.), La magia de moverse https://doi.org/https://www.larousse.es/pri-mer_capitulo/sal-a-jugar.pdf



- MINEDU. (2016). Programa Curricular de Primaria. https://doi.org/https://www.ogelchinchu.gob.pe/wp-content/uploads/2016/12/649-2016-MINEDU-PARTI-1-1-7-12-2016-01_14_54-RM-Nº-649-2016-MINEDU-parte-1.pdf
- Peralta, A. W. (2019). Coordinación motora en los niños de 0 a 12 años de edad. En: Universidad Nacional de Tumbes. Universidad Nacional de Tumbes.
- Perez, A. (2008). Esquema Corporal. Universidad de Murcia, 4(2), 11.
- Rodríguez, M. Z. J. (2020). La evaluación formativa, una práctica eficaz en el desempeño docente. *Revista Científica*, 5(16), 179-193. <https://doi.org/https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2020.5.16.9.179-193>
- Salas, J. (2022). Coordinación visomotriz en educación primaria.
- Tahir, E. P. & Arrola, S. B. R. (2019). Diferencias en el equilibrio estático-dinámico en preescolares de instituciones educativas del estado en una zona rural de Junín y urbano de Lima.
- Villalbos, S. C., Rivera, S. J. M., Ramos, J. A., Cervantes, B. M. S., Lopez, A. S. J. & Hernandez, J. R. P. (2019). Métodos de evaluación del equilibrio estático y dinámico en niños de 8 a 12 años. *Retos*, 40(9), 793-801. <https://doi.org/10.47197/RETOS.V37I37.67809>
- Redondo, C. (Shadowball). C. G. de J., Fabregat, E. & (Soy, R. M. (2019) Cuentos para educar, dirigido a niños y niñas de entre 6 y 12 años para promover los valores en el deporte. En Sustainability (Switzerland) (Primera ed. Vol. 11, Número 11. https://doi.org/http://scioteca.eaf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RJ102017-1-ay-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/105320484_SYSTEM_PFM_RETUNCIAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELFSTARI

Puno, 8 de mayo del 2025





PLANIFICACIÓN CURRICULAR ANUAL

NIVEL PRIMARIA 2025

I. DATOS INFORMATIVOS.

DRE	Puno	UGEL	Puno	LE.P	70623 Santa Rosa
Área	Educación Física	Ciclo	III	Grado/sección	2do "A"
Horas semanales	3 horas	Turno	Mañana	Director(a)	Bona Brindis Pineda Serrano
Profesor titular	Valentin Aguilar Puma.			Prof. Practicante	Erick Josue Cordon Jaque

II. DESCRIPCIÓN GENERAL.

La Educación Física, influenciada por avances sociales, científicos y tecnológicos, se ha vuelto crucial en la educación básica, al fomentar hábitos saludables y el bienestar integral de los estudiantes. Su enfoque en la corporeidad considera al niño como una unidad integral, promoviendo el desarrollo cognitivo, motor y emocional. A través de competencias que abarcan la motricidad autónoma, la adopción de hábitos saludables y la interacción respetuosa, se busca que los alumnos tomen decisiones informadas para mejorar su calidad de vida y cuidar de su entorno.

El estudiante adquiere tras el área la capacidad de desenvolverse, de manera autónoma al comprender cómo utilizar su motricidad, lo que le permite realizar movimientos coordinados que le otorgan confianza en sus actividades físicas. Esta habilidad le ayuda a orientarse en el espacio, expresándose con sus compañeros a través de ritmos, gestos y movimientos.

Adopta un estilo de vida saludable, identifica los alimentos nutritivos de su dieta familiar, los momentos adecuados para consumirlos y las posturas que favorecen su desempeño físico. Su participación en actividades lúdicas es constante, reconociendo su ritmo cardíaco y respiración, y aplicando prácticas de activación previas al juego. Además, demuestra habilidades socio motoras al interactuar respetuosamente con sus compañeros, buscando consensos en las dinámicas de juego y resolviendo conflictos de manera constructiva. En este proceso, participa activamente en la elaboración de reglas adaptadas a cada situación, promoviendo así un ambiente que favorece el bienestar colectivo.

La Institución Educativa Primaria 70623 Santa Rosa, en la región de Puno, enfrenta desafíos significativos, ya que muchos estudiantes provienen de hogares disfuncionales con solo la figura materna presente, lo que limita su participación en actividades. La mayoría de los padres trabaja en comercio ambulatório, construcción y transporte, mientras que la infraestructura escolar es casi aceptable. Además, el 80% de los alumnos son locales y el 60% proviene lugares aledaños, de los cuales un 35% muestra descuido en sus estudios y presentación personal, lo que resalta la necesidad de apoyo socioemocional y alianzas con actores comunitarios.

Otro problema relevante es la falta de hábitos alimenticios saludables: un 25% de los estudiantes de primaria tiene sobrepeso y un 10% presenta delgadez extrema. Esto enfatiza la urgencia de promover prácticas saludables y actividad física regular. Asimismo, el clima cálido puede agravar la salud de los alumnos. Este contexto nos impulsa a comprometernos con acciones concretas que prioricen un enfoque social integral para el bienestar de los estudiantes.

En cuanto a las características de los niños de este grado educativo, estos muestran un notable desarrollo físico, mejorando su coordinación y psicomotricidad fina, lo que les permite escribir y manipular objetos con mayor destreza. Su energía los impulsa a ser activos y ruidosos, y disfrutan de actividades que involucren movimiento. En el ámbito socioemocional, comienzan a empatar y compartir, aunque también pueden experimentar celos. A esta edad, imitan a los adultos, valoran las amistades y prefieren jugar con compañeros del mismo sexo. Cognitivamente, desarrollan rápidamente habilidades mentales, expresando mejor sus experiencias y preocupándose más por los demás. Pueden comprender conceptos numéricos, distinguir entre día y noche, seguir instrucciones de tres pasos, copiar formas complejas y leer material adecuado para su edad.

Para el logro de los objetivos requeridos, se programarán actividades diseñadas específicamente para el desarrollo integral de los estudiantes, considerando sus características físicas, socioemocionales y cognitivas. Estas actividades se orientarán a fomentar la participación inclusiva, evitando la parcelación y el exceso de competitividad, sin distinción de género. Se incluirán diversas experiencias, como juegos motores, dramáticos, tradicionales y predeportivos, que permitirán a los niños explorar su entorno de manera activa y segura.

A medida que los estudiantes avancen hacia el tercer grado, se implementarán dinámicas grupales donde asumirán roles, lo que fomentará la colaboración y la interacción entre ellos. Se crearán situaciones pedagógicas auténticas que reconozcan a los niños como aprendices activos y autónomos, potenciando su desarrollo a través de la motricidad. Además, se organizarán actividades que prevengan el sedentarismo y promuevan la conciencia sobre los beneficios de la actividad física en la salud y la calidad de vida. A través de la incorporación gradual de espacios,



tiempos y reglas más complejas, se facilitará un aprendizaje significativo que no solo desarrolle habilidades motrices, sino que también contribuya al bienestar integral de los estudiantes.

III. ORGANIZACIÓN DE LOS PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE.

PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE			ORGANIZACIÓN Y DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO									
Competencias	Capacidades	Desempeños	BIM. 1			BIM. 2		BIM. 3			BIM. 4	
			EA 0	EA 1	EA 2	EA 3	EA 4	EA 5	EA 6	EA 7	EA 8	EA 9
			- Juntos por el buen inicio del año escolar"	" Realizamos actividades físicas para mantenernos saludables"	" Nos afianzamos en el tiempo y espacio valorando a nuestros padres"	" Entendimos en equipo explorando los movimientos gimnásticos"	" ¿Que vive el Perú?, rendimos un homenaje a nuestra patria"	- Demostramos nuestras posibilidades de movimiento corriendo saltando y lanzando"	- Demostramos unión y armonía realizando y participando en juegos por demostrar con balón"	- Mejoramos nuestra salud con la educación física"	- Cuido mi cuerpo y el medio ambiente practicando el reciclaje"	- Recordamos nuestros deberes y derechos, practicamos con respeto y elegancia los juegos recreativos"
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo	1.1.1 Explora de manera autónoma sus posibilidades de movimiento al realizar con seguridad y confianza habilidades motrices básicas (0, mediante movimientos coordinados según sus intereses, necesidades y posibilidades.	25 Del 15 de marzo al 29 de marzo	30 Del 31 de marzo al 18 de abril	45 Del 21 de abril al 16 de mayo	45 Del 26 de mayo al 20 de junio	55 Del 25 de junio al 25 de julio	35 Del 1 al 24 de agosto	35 Del 1 al 10 de septiembre	45 Del 23 de septiembre al 10 de octubre	45 Del 16 de octubre al 14 de noviembre	55 Del 17 de noviembre al 14 de diciembre
		1.1.2 Se orienta en el espacio y tiempo con relación a sí mismo y a otros puntos de referencia; reconocer sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas.			X			X				X



Interacción a través de	Se relaciona	practicar actividades lúdicas.										
		2.1.2 Diferencia los alimentos saludables y nutritivos que forman parte de su dieta personal y familiar, y los momentos adecuados para ingerirlos. explica la importancia de hidratarse; conoce las posturas adecuadas en la práctica de actividad física y en la vida cotidiana, que le permiten mayor seguridad								X	X	
		2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse, adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.			X	X	X					
		2.2.2 Regula su esfuerzo en la práctica de actividades físicas y reconoce la importancia del autocuidado para prevenir enfermedades.		X								
Interacción a través de	Se relaciona	3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en	X		X	X						



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL

(Práctica en el Nivel Primario)



		pequeños y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.										
		3.1.2 Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas y evita juegos bruscos, amenazas o apodos, acepta la participación de todos sus compañeros.			X			X			X	X
	Crea y aplica estrategias y tácticas de juego.	3.2.1 Resuelve de manera compartida situaciones producidas en los diferentes tipos de juegos (tradicionales, autóctonos, etc.) y adecúa las reglas para la inclusión de sus pares y el entorno, con el fin de lograr un desarrollo eficaz de la actividad.										X
Com p. Tr.		Desempeños	UA 11	UA 1	UA 2	EA 3	EA 4	EA 5	UA 6	EA 7	EA 8	UA 9
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC	Personaliza entornos virtuales.	Modifica un entorno virtual personalizado cuando clasifica aplicaciones y herramientas de navegación, para utilizarlo según las necesidades, el contexto y las actividades en las que participa.					X					



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL

(Práctica en el Nivel Primaria)



	Gestiona información del entorno virtual.	Emplica portafolios digitales cuando organiza la información que obtiene, de manera que este disponible para actividades frecuentes. Ejemplo: El estudiante crea un blog para difundir las actividades de "El día del logro".										X
	Interactúa en entornos virtuales.	Accede a entornos virtuales establecidos, mediante credenciales de identificación digital y considerando procedimientos seguros, éticos y responsables; por ejemplo, para ingresar a una red social		X	X							
	Creo objetos virtuales en diversos formatos	Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo. El estudiante hace uso de un presentador visual.				X						X



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL

(Práctica en el Nivel Primaria)



		Participa en actividades comunicativas con entornos virtuales compartidos, mediante el uso de diversas herramientas y medios digitales; por ejemplo, en la participación en videoconferencias.			X		X						
		Elabora documentos, hojas de cálculo y presentaciones digitales utilizando diferentes recursos digitales multimedia y aplicaciones de simulación interactiva de la realidad cuando presenta ideas y proyectos.						X					
		Programa secuencias lógicas cuando simula procesos o comportamientos de acuerdo a la construcción de un diseño elaborado para presentar soluciones, por ejemplo, para mostrar una historieta interactiva.											



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL

(Prácticas en el Nivel Primario)



	Explica el proceso, los procedimientos, los recursos movilizados, las dificultades, los ajustes y cambios que realizó y los resultados obtenidos para llegar a la meta.										
Enfoques Transversales		UA 0	UA 1	UA 2	UA 3	UA 4	UA 5	UA 6	UA 7	UA 8	UA 9
Enfoque de derechos					X						
Enfoque Inclusivo o de Atención a la diversidad				X							
Enfoque Intercultural						X					
Enfoque de igualdad de género								X			
Enfoque Ambiental										X	X
Enfoque orientación al bien común							X				
Enfoque búsqueda de la excelencia			X						X		

IV. ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DEL CICLO V

- 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 especialmente 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.
- Asume una vida saludable cuando diferencia los alimentos saludables de su dieta personal y familiar, los momentos adecuados para ingerirlos y las posturas que lo ayudan al buen desempeño en la práctica de actividades físicas, recreativas y de la vida cotidiana, reconociendo la importancia del autocuidado. Participa regularmente en la práctica de actividades lúdicas identificando su ritmo cardíaco, respiración y sudoración; utiliza prácticas de activación corporal y psicológica antes de la actividad lúdica.
- Interactúa a través de sus habilidades socio motrices al aceptar al otro como compañero de juego y busca el consenso sobre la manera de jugar para lograr el bienestar común y muestra una actitud de respeto evitando juegos violentos y humillantes; expresa su posición ante un conflicto con intención de resolverlo y escucha la posición de sus compañeros en los diferentes tipos de juegos. Resuelve situaciones motrices a través de estrategias colectivas y participa en la construcción de reglas de juego adaptadas a la situación y al entorno, para lograr un objetivo común en la práctica de actividades lúdicas.

V. CALENDARIZACIÓN DEL AÑO ESCOLAR.

BLOQUES	DURACIÓN	FECHA DE INICIO Y FIN
Primer bloque de semanas de gestión	2 semanas	Del 03 de marzo al 14 de marzo del 2025
Primer bloque de semanas lectivas	9 semanas	Del 17 de marzo al 16 de mayo del 2025.
Segundo bloque de semanas de gestión	1 semana	Del 19 de mayo al 23 de mayo.
Segundo bloque de semanas lectivas	09 semanas	Del 26 de mayo al 25 de julio del 2025.
Tercer bloque de semanas de gestión	2 semanas	Del 28 de julio al 8 de agosto
Tercer bloque de semanas lectivas	9 semanas	Del 11 de agosto al 10 de octubre del 2025
Cuarto bloque de semanas de gestión	1 semana	Del 13 de octubre al 17 de octubre del 2025
Cuarto bloque de semanas lectivas	9 semanas	Del 20 de octubre al 19 de diciembre del 2025
Quinto bloque de semanas de gestión	2 semanas	Del 22 al 31 de diciembre del 2025



VI. SECUENCIA DE SITUACIONES SIGNIFICATIVAS.

UNIDAD	SITUACIONES SIGNIFICATIVAS	TÍTULO	COMP. CAP. DES.	DESEMPEÑO PRECISADO	ESTANDAR DE APRENDIZAJE
0		"Juntos por el buen inicio del año escolar: demostrando nuestras posibilidades motrices"			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.
1	Josue, docente rural de 2do grado, nota que sus estudiantes no tienen una alimentación adecuada, afectando su desarrollo y salud. Consumen comida chatarra y pasan mucho tiempo frente a pantallas. Josue enfatiza la importancia de cuidar el cuerpo y mejorar hábitos.	"Realizamos actividades físicas para mantenernos saludables"	1.1.1 2.2.2 3.1.1	Explora de manera autónoma sus posibilidades de movimiento al realizar con seguridad y confianza habilidades motrices básicas, mediante movimientos coordinados según sus intereses, necesidades y posibilidades. Regula su esfuerzo en la práctica de actividades lúdicas y reconoce la importancia del autocuidado para prevenir enfermedades. Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	
2	En el aula de segundo grado, los niños expresan cómo se sienten amados y seguros en casa, resultando la importancia de sus padres en su educación. En vísperas del Día de la Madre, el docente Milton invita a reflexionar sobre el valor de la maternidad y la responsabilidad filial, inspirándose en el ejemplo de la Virgen María. Se busca fomentar la expresión creativa y espontánea de los estudiantes mientras se plantean formas de valorar a sus madres a través de la educación física.	"Nos orientamos en el tiempo y espacio valorando a nuestros padres"	1.1.2 2.2.1 3.1.2	Se orienta en el espacio y tiempo con relación a sí mismo y a otros puntos de referencia; reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas. Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño. Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas y evita juegos bruscos, amenazas o apodosos; acepta la participación de todos sus compañeros.	Asume una vida saludable cuando diferencia los alimentos saludables de su dieta personal y familiar. Los momentos adecuados para ingerirlos y las posturas que lo



3	Leonardo, con TDAH, enfrenta dificultades en el trabajo grupal por su hiperactividad. El docente Milton aprovecha para enseñar respeto y tolerancia, promoviendo la expresión creativa y el reconocimiento de habilidades y diferencias a través de actividades gimnásticas.	"Trabajamos en equipo explorando los movimientos gimnásticos"	1.2.1	Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro, que lo ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado.	ayudan al buen desempeño en la práctica de actividades físicas, recreativas y de la vida cotidiana, reconociendo la importancia del autocuidado. Participa regularmente en la práctica de actividades lúdicas identificando su ritmo cardíaco, respiración y sudoración, utiliza prácticas de activación corporal y psicológica antes de la actividad lúdica.
			2.2.1	Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse, adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.	
			3.1.1	Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	
4	En el aula de segundo grado, la emoción crece con la llegada de julio y las fiestas patrias. Luisa comparte que disfruta ir al cine con su padre, mientras María anhela reunirse con su familia. Al preguntar el docente cómo celebrar esta fecha especial en el colegio, las niñas fluyen: cantar una canción, bailar una	"¡Que viva el Perú! rendimos un homenaje a nuestra patria"	1.2.2	Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos.	
			2.2.1	Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.	



	danza regional o desfilan con entusiasmo. El profesor destaca la importancia de recordar y participar en estas celebraciones, fomentando el amor y la valoración por lo nuestro. Así surge el reto: ¿Cómo podemos rendir homenaje a nuestra patria mediante actividades físicas en equipo?		3.1.1	Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	
5	En el aula de segundo grado, la emoción crece ante la cercanía del aniversario de la U.E. El profesor comparte que se avecina una celebración especial, y los estudiantes, entusiasmados, comentan sobre las actividades programadas. Luisa lo describe como una fiesta, mientras Pedro pregunta: ¿cuántos años cumplirá el colegio. Al enterarse de concursos de talentos, coreografías y conocimientos, María y Pedro expresan su deseo de participar. El docente, alentado por su motivación, resalta la importancia de esta celebración para fomentar la identidad y la unión en la comunidad educativa. Así surge el reto: ¿Cómo podemos participar activamente en las celebraciones por el aniversario de nuestra U.E.?	“Demostramos nuestras posibilidades de movimiento corriendo, saltando y latitando”	1.1.2	Se orienta en el espacio y tiempo con relación a sí mismo y a otros puntos de referencia; reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas.	Interactúa a través de sus habilidades socio motrices al aceptar al otro como compañero de juego y busca el consenso sobre la manera de jugar para lograr el bienestar común y muestra una actitud de respeto evitando juegos violentos y humillantes; expresa su posición ante un conflicto con intención de resolverlo y escucha la posición de sus compañeros en los diferentes tipos de juegos. Resuelve situaciones motrices a través de estrategias efectivas y participa en la construcción de
			3.1.2	Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas y evita juegos bruscos, amenazas o apodosos; acepta la participación de todos sus compañeros.	



6	En el aula de segundo grado, la emoción crece con la llegada de las olimpiadas deportivas, un evento muy esperado. Luisa expresa su felicidad por la diversión que le espera, mientras María recuerda su participación el año anterior. Pedro, que no pudo unirse, se muestra entusiasmado por jugar en equipo este año. Al preguntar el profesor sobre sus deseos deportivos, las respuestas fueron: María quiere jugar con la pelota, Pedro aspira a hacer muchos goles, y Luisa desea ganar. El docente destaca la importancia de participar en estas actividades saludables que fomentan emociones positivas y la unión entre todos. Así surge el reto: ¿Cómo podemos fomentar la unión y la armonía a través de juegos y actividades predeportivas?	“Demostremos unión y armonía realizando y participando en juegos predeportivos con balón”	1.1.1	Explora de manera autónoma sus posibilidades de movimiento al realizar con seguridad y confianza habilidades motrices básicas, mediante movimientos coordinados según sus intereses, necesidades y posibilidades	reglas de juego adaptadas a la situación y al entorno, para lograr un objetivo común en la práctica de actividades lúdicas
			2.1.1	Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica, e identifica los signos y síntomas relacionados con el ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración, que aparecen en el organismo al practicar actividades lúdicas.	
			3.2.1	Resuelve de manera compartida situaciones producidas en los diferentes tipos de juegos (tradicionales, autóctonos, etc.) y adecua las reglas para la inclusión de sus pares y el entorno, con el fin de lograr un desarrollo eficaz de la actividad	
7	La vida sedentaria y el uso excesivo de tecnología han reducido alarmantemente la actividad física en	“Mejoramos nuestra salud con la educación física” “posibilidad de s motrices”	1.2.2	Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos.	



	nuestra sociedad, con solo el 10% de estudiantes realizando ejercicio regularmente. El Día de la Educación Física, el 8 de octubre, es una oportunidad para reflexionar sobre su importancia y promover hábitos saludables. Los estudiantes se cuestionan: ¿Cómo fortalece la educación física cuerpo y mente? ¿Cómo impactaría nuestra participación en esta celebración?		2.1.1	Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica, e identifica los signos y síntomas relacionados con el ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración, que aparecen en el organismo al practicar actividades lúdicas	
8	Luis, docente de la I.I., alerta a sus estudiantes de segundo grado sobre la creciente contaminación por la basura. Explica que muchos productos reutilizables terminan en vertederos, dañando ríos y aire. Los alumnos comparten experiencias sobre la basura en la calle y el río. Acción: Luis sugiere reutilizar materiales desechados para juegos motrices, como botellas como conos o periódicos como columnetas, y recuerda la importancia de las 3R: reducir, reutilizar y reciclar. Surge la pregunta: ¿Cómo podrías reutilizar material desechable en juegos y desarrollar habilidades motrices?	"Cuido mi cuerpo y el medio ambiente practicando el reciclaje"	2.1.2	Diferencia los alimentos saludables y nutritivos que forman parte de su dieta personal y familiar, y los momentos adecuados para ingerirlos; explica la importancia de hidratarse; conoce las posturas adecuadas en la práctica de actividad física y en la vida cotidiana, que le permiten mayor seguridad	
			3.1.2	Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas y evita juegos bruscos, amenazas o apodos; acepta la participación de todos sus compañeros.	
9	Abelardo, un estudiante activo del ciclo III, a veces tiene dificultades para controlar sus		1.1.2	Se orienta en el espacio y tiempo con relación a sí mismo y a otros puntos de referencia; reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas	



impulsos, lo que afecta su trabajo en equipo. El docente Milhoja utiliza esta situación para enseñar respeto y tolerancia, enfatizando que todos merecen dignidad. También destaca la responsabilidad en el cumplimiento de deberes, formando la personalidad de los estudiantes. Los afonnes pueden expresarse a través de juegos tradicionales, valorando sus habilidades y responsabilidades. Surge el reto: ¿Cómo promover nuestros derechos y cumplir con nuestros deberes en los juegos tradicionales?	-Recordamos nuestros deberes y derechos, practicando con respeto y alegría los juegos tradicionales.	2.1.2	Diferencia los alimentos saludables y nutritivos que forman parte de su dieta personal y familiar, y los momentos adecuados para ingerirlos, explica la importancia de hidratarse; conoce las posturas adecuadas en la práctica de actividad física y en la vida cotidiana, que le permitan mayor seguridad.
		3.1.2	Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas y evita juegos bruscos, amenazas o apostas; acepta la participación de todos sus compañeros.
		3.2.1	Resuelve de manera compartida situaciones producidas en los diferentes tipos de juegos (tradicionales, autóctonos, etc.) y adecúa las reglas para la inclusión de sus pares y el entorno, con el fin de lograr un desarrollo eficaz de la actividad.

VII. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS.

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	TÉCNICAS	INSTRUMENTOS
• Aprendizaje basado en el juego. • Método de instrucción directa adaptada • Método de descubrimiento guiado • Aprendizaje cooperativo. • Método de libre exploración supervisada • Aprendizaje basado en proyectos	• Técnica de comandos verbales breves y claros. • Técnica del modelado. • Técnica de juego guiado • Técnica de preguntas estratégicas • Técnica de refuerzo positivo • Técnica de enseñanza recíproca • Técnica de observación y retroalimentación inmediata • Técnica del uso de objetos concretos • Técnica del trabajo en grupos cooperativos	• Registro auxiliar de asistencia • Lista de cotejo • Rúbricas. • Escala valorativa

VIII. EVALUACIÓN.

Evaluación diagnóstica	Evaluación formativa	Evaluación sumativa
La evaluación diagnóstica se lleva a cabo con el objetivo de identificar los propósitos de aprendizaje basados en las necesidades detectadas. Al concluir cada experiencia educativa, se realiza una reflexión sobre los avances y las dificultades encontradas durante el proceso. Esta reflexión tiene como finalidad permitir los ajustes necesarios para optimizar las futuras experiencias de aprendizaje.	La evaluación para el aprendizaje se centra en el desarrollo del estudiante, proporcionando retroalimentación oportuna a lo largo de todo el proceso de enseñanza-aprendizaje. Este enfoque genera oportunidades continuas que facilitan el logro de los aprendizajes por parte de los estudiantes.	Al concluir cada experiencia educativa, se lleva a cabo una evaluación sumativa que nos permite valorar las evidencias y productos de aprendizaje. Este proceso no solo es fundamental para reconocer los logros alcanzados, sino que también se convierte en una valiosa herramienta de comunicación con los padres de familia, estudiantes y docentes. A través de esta evaluación, informamos sobre el progreso en el desarrollo de las competencias, generando un sentido de comunidad y



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL

(Práctica en el Nivel Primaria)



		colaboración en el camino hacia el éxito educativo.

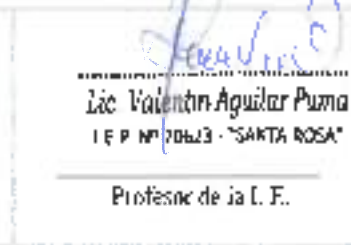
IX. MEDIOS Y MATERIALES

Materiales No fungibles	Materiales fungibles
Pelotas grandes, volantes, aros de hula, bancos o plataformas, equipos de juego, cajas de almacenamiento, silbato y pizarra.	Pelotas pequeñas, conos de señalización, cinta adhesiva, banda elástica, tizas, botellas de agua, papel o tarjetas, teallas desechables y cuerdas

X. BIBLIOGRAFÍA

Para el docente	Para el alumno
• Cáaves, P. A. A., Burgos, H. Y. C. & Guerrero, S. I. (2023). Volumen 2 Número 5 2023. Revista de Investigación Educativa y Deportiva, 2(c), 281-299. • Gómez, J. A. O. (2017). La coordinación dinámica general y la general y la educación física rural un reto para el siglo XXI. En Universitat Nusantara PGRI Kediri (Vol. 01). Universidad Católica de Manizales. • González, R. A. M. (2022). El registro auxiliar del deporte, la actividad física y la educación física en el estado zulía. GADE, 2 • Hansen, M. & Maratos, S. (2019). Guía de planificación y evaluación Docente. En Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (O.I.) R.D. • MINEDU. (2016). Programa Curricular de Primaria. https://dnr.cerpep.org.pe/www.tgcehinchu.org.pe/wp-content/uploads/2016/12/649-2016-MINEDU-PAR11-1-1-12-2016-01-14-54-RM-N-649-2016-MINEDU-par11.pdf • Penalta, A. W. (2019). Coordinación motora en los niños de 9 a 12 años de edad. En Universidad Nacional de Tumbes Universidad Nacional de Tumbes. • Pérez, A. (2008). Esquema Corporal. Universidad de Murcia, 4(2), 11. • Rodríguez, M. Z. J. (2020). La evaluación formativa, una practica eficaz en el desempeño docente. Revista Scientific, 5(16), 179-191. https://doi.org/https://doi.org/10.29394/Scientific/issn.7542-2987/2020.5.16.9.179-193 • Salas, J. (2022). Coordinación visomotriz en educación primaria. • Tafur, E. P. & Arriola, S. B. R. (2019). Diferencias en el equilibrio estático-dinámico en preescolares de instituciones educativas del estado en una zona rural de Junín y urbana de Lima • Villalbos, S. C., Rivera, S. J. M., Ramos, J. A., Cervantes, B. M. S., Lopez, A. S. J. & Hernandez, T. R. P. (2019). Métodos de evaluación del equilibrio estático y dinámico en niños de 8 a 12 años. Retos, 40(9), 793-801. https://doi.org/10.47797/RETOS.V37I37.67809	-Instituto Peruano del Deporte. (2022). Libro de los Deportes - IPD (Primera ed). https://doi.org/https://campus.pd.gov.pe/pluginfic.php?179124@mail_resource/content/1.1/libro%20de%20los%20deportes%20-%20IPD.pdf -Libre, A. I. A. (2017). La magia de moverse al aire libre. En Larousse (Ed.). La magia de moverse https://doi.org/https://www.larousse.es/pdmer/capitulo-sala-a-jugar.pdf -Redondo, C., (Shadowball), C. G. de L., Fabregat, T. & (Soy, R. M. (2019). Cuéntos para educar, dirigido a niños y niñas de entre 6 y 12 años para promover los valores en el deporte. En Sustainability (Switzerland) (Primera ed. Vol. 11, Número 1). https://doi.org/https://www.mdpi.com/books/e123456789/1091-RED2017-Eng-8enc.pdf?sequence=12&isAllowed=y529Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.resmethba.2018.06.005&val=ms...www.researchgate.net/publication/305320484_SUSTAINABLE_LINGUAN_ILIRI_SAT_STRATEGI_MELISTAR2

Puno, 8 de mayo del 2025





PLANIFICACIÓN CURRICULAR ANUAL
NIVEL PRIMARIA 2025

I. DATOS INFORMATIVOS.

DRE	Puno	UGEL	Puno	I.E.P	70623 Santa Rosa
Área	Educación Física	Ciclo	III	Grado/sección	1ro "A" y "C"
Horas semanales	3 horas	Turno	Mañana	Director(a)	Bona Brindis Pineda Serrano
Profesor titular	Valentín Aguilar Puma.			Prof. Practicante	Erick Josee Cauduri Juque

II. DESCRIPCIÓN GENERAL.

La Educación Física, en el contexto actual de avances sociales, científicos y tecnológicos, cumple un papel fundamental en la formación integral de los estudiantes de educación básica. En particular, para los niños y niñas de 6 años que viven en zonas urbanas de la ciudad de Puno, esta área permite promover estilos de vida saludables desde una edad temprana, así como fortalecer su bienestar físico, emocional y social. A través de un enfoque centrado en la corporeidad, se reconoce al estudiante como un ser integral, en pleno desarrollo de sus capacidades cognitivas, motrices y afectivas.

Las competencias que se desarrollan en el área como el control autónomo de la motricidad, la adopción de hábitos saludables y la interacción respetuosa les permiten tomar decisiones beneficiosas para su salud, su entorno familiar y escolar, en una etapa crucial para la formación de su identidad.

En este sentido, el trabajo pedagógico debe atender las características particulares de los estudiantes de la I.E.P N° 70623 Santa Rosa, ubicada en un contexto urbano vulnerable de Puno. Muchos de los niños provienen de hogares con estructuras familiares inestables, donde predomina la ausencia paterna y en varios casos sus padres se dedican a actividades económicas informales como el comercio ambulatorio, la construcción y el transporte.

Esta realidad, sumada a una infraestructura educativa limitada y una creciente falta de hábitos saludables evidenciada por el 5% de estudiantes con sobrepeso y un 19% con delgadez, exige un enfoque educativo integral.

A los 6 años, los niños muestran un notable desarrollo motor, disfrutan del juego activo y aprenden a través del movimiento. Son curiosos, expresivos y comienzan a desarrollar habilidades de cooperación, aunque aún requieren apoyo para manejar sus emociones. Por ello, se proponen estrategias pedagógicas que incluyan juegos motores, actividades grupales y dinámicas creativas que favorezcan la expresión corporal, la interacción respetuosa, la autorregulación emocional y la formación de hábitos de vida saludables. Estas propuestas permitirán fortalecer su autoestima, afianzar su motricidad y contribuir a un entorno escolar más inclusivo y seguro, orientado al desarrollo integral y al bienestar colectivo.



III. ORGANIZACIÓN DE LOS PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE.

PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE			ORGANIZACIÓN Y DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO									
Competencias	Capacidades	Desempeños	BIM. 1			BIM. 2		BIM. 3			BIM. 4	
			UA 0	UA 1	UA 2	UA 3	UA 4	UA 5	UA 6	UA 7	UA 8	UA 9
			"Juntos por el buen futuro del año escolar"	"Realizamos actividades físicas para mantenernos saludables"	"Nos orientamos en el tiempo y espacio valorando a nuestros países"	"Trabajamos en equipo explorando los movimientos guardabos"	"¡Que viva el Perú, rendimos un homenaje a nuestra patria"	"Demostramos nuestras posibilidades de movimiento corriendo, saltando y lanzando"	"Demostramos fuerza y armonía realizando y participando en juegos poco deportivos con balón"	"Mejoramos nuestra salud con la educación física"	"Cuido mi cuerpo y el medio ambiente practicando el reciclaje"	"Recordamos nuestros deberes y derechos, practicando con respeto y alegría los juegos tradicionales"
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo.	1.1.1 Explora de manera autónoma sus posibilidades de movimiento al realizar con seguridad y confianza habilidades motrices básicas10, mediante movimientos coordinados según sus intereses, necesidades y posibilidades.	25 Del 17 de marzo al 28 de marzo	31 Del 31 de marzo al 18 de abril	45 Del 23 de abril al 30 de mayo	45 Del 28 de mayo al 20 de junio	55 Del 23 de junio al 24 de julio	25 Del 11 al 29 de agosto	25 Del 1 al 15 de septiembre	35 Del 22 de septiembre al 30 de octubre	45 Del 28 de octubre al 14 de noviembre	55 Del 17 de noviembre al 19 de diciembre
		1.1.2 Se orienta en el espacio y tiempo con relación a sí mismo y a otros puntos de referencia, reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas.			X			X				X

[illegible]



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL
(Práctica en el Nivel Primaria)



Interacción a través de sus actividades	Incorpora práctica que mejoran su calidad de vida	2.1.2 Diferencia los alimentos saludables y nutritivos que forman parte de su dieta personal y familiar, y los momentos adecuados para ingerirlos, explica la importancia de hidratarse; conoce las posturas adecuadas en la práctica de actividad física y en la vida cotidiana, que le permiten mayor seguridad								X	X
		2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.			X	X	X				
		2.2.2 Regula su esfuerzo en la práctica de actividades lúdicas y reconoce la importancia del autocuidado para prevenir enfermedades		X							
	Se relaciona utilizando sus habilidades sociales	3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al		X		X	X				



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL
(Práctica en el Nivel Primaria)



		oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.										
		3.1.2 Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas y evita juegos bruscos, amenazas o apodos; acepta la participación de todos sus compañeros.			X			X			X	X
	crea y aplica estrategias y tácticas de juego	3.2.1 Resuelve de manera compartida situaciones producidas en los diferentes tipos de juegos (tradicionales, autóctonos, etc.) y adecua las reglas para la inclusión de sus pares y el entorno, con el fin de lograr un desarrollo eficaz de la actividad										X
Com. p. Tr.	Desempeños		UA 0	UA 1	UA 2	UA 3	UA 4	UA 5	UA 6	UA 7	UA 8	UA 9
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC	Personaliza entornos virtuales.	Modifica un entorno virtual personalizando cuando clasifica aplicaciones y herramientas de navegación para utilizarlo según las necesidades, el contexto y las actividades en las que participa.					X					



	Participa en actividades comunicativas con entornos virtuales compartidos mediante el uso de diversas herramientas y medios digitales; por ejemplo, en la participación en videoconferencias.				x		X		
	Elabora documentos, hojas de cálculo y presentaciones digitales utilizando diferentes recursos digitales multimedia y aplicaciones de simulación interactiva de la realidad cuando presenta ideas o proyectos.					x			
	Diseña secuencias lógicas cuando simula procesos o comportamientos de acuerdo a la construcción de un diseño elaborado para presentar soluciones; por ejemplo, para mostrar una historietas interactiva.								



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL
 (Práctica en el Nivel Primaria)



Gestiona su aprendizaje de manera autónoma.		Utiliza herramientas de software y plataformas digitales para aprender diversas áreas del conocimiento de manera autorregulada y consciente. Por ejemplo: El estudiante accede a un portal educativo y utiliza los recursos digitales.										
	Define metas de aprendizaje.	Determina metas de aprendizaje viables, asociadas a sus necesidades, prioridades de aprendizaje y recursos disponibles, que le permitan lograr la meta.						X				
	Organiza acciones estratégicas para alcanzar la meta.	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta.							X			
	Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje.	Revisa la aplicación de las estrategias, los procedimientos y los recursos utilizados, en función del nivel de avance, para producir resultados esperados.		X							X	X



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA – ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL
(Práctica en el Nivel Primaria)



	Explica el proceso, los procedimientos, los recursos movilizados, las dificultades, los ajustes y cambios que realizó y los resultados obtenidos para llegar a la meta.										X
Enfoques Transversales		UA 1	UA 2	UA 3	UA 4	UA 5	UA 6	UA 7	UA 8	UA 9	
Enfoque de derechos			X								
Enfoque inclusivo o de Atención a la diversidad				X							
Enfoque Intercultural					X						
Enfoque de Igualdad de género							X				
Enfoque Ambiental									X	X	
Enfoque orientación al bien común						X					
Enfoque búsqueda de la excelencia		X						X			

IV. ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DEL CICLO V

- 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 partes utilizando el ritmo, gestos y movimientos como recursos para comunicar.
- Asume una vida saludable cuando diferencia los alimentos saludables de su dieta personal y familiar, los momentos adecuados para ingerirlos y las posturas que lo ayudan al buen desempeño en la práctica de actividades físicas, recreativas y de la vida cotidiana, reconociendo la importancia del autocuidado. Participa regularmente en la práctica de actividades lúdicas identificando su ritmo cardíaco, respiración y sudoración; utiliza prácticas de activación corporal y psicológica antes de la actividad lúdica.
- Interactúa a través de sus habilidades socio motrices al aceptar al otro como compañero de juego y busca el consenso sobre la manera de jugar para lograr el bienestar común y muestra una actitud de respeto evitando juegos violentos y humillantes; expresa su posición ante un conflicto con intención de resolverlo y escucha la posición de sus compañeros en los diferentes tipos de juegos. Resuelve situaciones motrices a través de estrategias colectivas y participa en la construcción de reglas de juego adaptadas a la situación y al entorno, para lograr un objetivo común en la práctica de actividades lúdicas.

V. CALENDARIZACIÓN DEL AÑO ESCOLAR

BLOQUES	DURACIÓN	FECHA DE INICIO Y FIN
Primer bloque de semanas de gestión	2 semanas	Del 03 de marzo al 14 de marzo del 2025
Primer bloque de semanas lectivas	9 semanas	Del 17 de marzo al 16 de mayo del 2025.
Segundo bloque de semanas de gestión	1 semana	Del 19 de mayo al 23 de mayo,
Segundo bloque de semanas lectivas	09 semanas	Del 26 de mayo al 25 de julio del 2025.
Tercer bloque de semanas de gestión	2 semanas	Del 28 de julio al 8 de agosto
Tercer bloque de semanas lectivas	9 semanas	Del 11 de agosto al 10 de octubre del 2025
Cuarto bloque de semanas de gestión	1 semana	Del 13 de octubre al 17 de octubre del 2025
Cuarto bloque de semanas lectivas	9 semanas	Del 20 de octubre al 19 de diciembre del 2025
Quinto bloque de semanas de gestión	2 semanas	Del 22 al 31 de diciembre del 2025



VI. SECUENCIA DE SITUACIONES SIGNIFICATIVAS.

UNIDAD	SITUACIONES SIGNIFICATIVAS	TÍTULO	COMP. CAP. DES.	DESEMPEÑO PRECISADO	ESTANDAR DE APRENDIZAJE
0		"Hitos por el buen inicio del año escolar: demostrando nuestras posibilidades motrices"			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 partes utilizando el ritmo, gestos y movimientos como recursos para comunicar
1	Josue, docente rural de primer grado, nota que sus estudiantes no tienen una alimentación adecuada, afectando su desarrollo y salud. También cursa chatura y pasan mucho tiempo frente a pantallas. Josue enfatiza la importancia de cuidar el cuerpo y mejorar hábitos.	"Realizamos actividades físicas para mantenernos saludables"	1.1.1 2.2.2 3.1.1	Explora de manera autónoma sus posibilidades de movimiento al realizar con seguridad y confianza habilidades motrices básicas, mediante movimientos coordinados según sus intereses, necesidades y posibilidades. Regula su esfuerzo en la práctica de actividades lúdicas y reconoce la importancia del autocuidado para prevenir enfermedades. Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	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 partes utilizando el ritmo, gestos y movimientos como recursos para comunicar
2	En el aula de segundo grado, los niños expresan cómo se sienten amados y seguros en casa, resaltando la importancia de sus padres en su educación. En vísperas del Día de la Madre, el docente Josue invita a reflexionar sobre el valor de la maternidad y la responsabilidad filial, inspirándose en el ejemplo de la Virgen María. Se busca fomentar la expresión creativa y espontánea de los estudiantes mientras se plantean formas de valorar a sus madres a través de la educación física.	"Nos orientamos en el tiempo y espacio valorando a nuestros padres"	1.1.2 2.2.1 3.1.2	Se orienta en el espacio y tiempo en relación a sí mismo y a otros puntos de referencia; reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas. Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño. Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas y evita juegos bruscos, amenazas o apodosos; acepta la participación de todos sus compañeros.	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 partes utilizando el ritmo, gestos y movimientos como recursos para comunicar



	danza regional o gestionar con entusiasmo. El profesor destaca la importancia de recordar y participar en estas celebraciones, fomentando el amor y la valoración por lo nuestro. Así surge el reto: ¿Cómo podemos rendir homenaje a nuestra patria mediante actividades físicas en equipo?		3.1.1	Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	
5	En el aula de segundo grado, la emoción crece ante la cercanía del aniversario de la I.E. El profesor comparte que se avicina una celebración especial, y los estudiantes, entusiasmados, comentan sobre las actividades programadas. Luisa lo describe como una fiesta, mientras Pedro pregunta cuántos años cumplirá el colegio. Al enterarse de concursos de talentos, coreografías y conocimientos, María y Pedro expresan su deseo de participar. El docente, alentado por su motivación, resalta la importancia de esta celebración para fomentar la identidad y la unión en la comunidad educativa. Así surge el reto: ¿Cómo podemos participar activamente en las celebraciones por el aniversario de nuestra I.E.?	"Demostramos nuestras posibilidades de movimiento curriendo, saltando y lanzando"	1.1.2	Se orienta en el espacio y tiempo con relación a sí mismo y a otros puntos de referencia; reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas.	Interactúa a través de sus habilidades socio motrices al aceptar al otro como compañero de juego y busca el consenso sobre la manera de jugar para lograr el bienestar común y muestra una actitud de respeto evitando juegos violentos y humillantes; expresa su pasión ante un conflicto con intención de resolverlo y escucha la posición de sus compañeros en los diferentes tipos de juegos. Resuelve situaciones motrices a través de estrategias colectivas y participa en la construcción de
			3.1.2	Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas y evita juegos bruscos, amenazas o apodos, acepta la participación de todos sus compañeros	



6	En el aula de segundo grado, la emoción crece con la llegada de las olimpiadas deportivas, un evento muy esperado. Luisa expresa su felicidad por la diversión que le espera, mientras María recuerda su participación el año anterior. Pedro, que no pudo unirse, se muestra entusiasta por jugar en equipo este año. Al preguntar el profesor sobre sus deseos deportivos, las respuestas fluyen: María quiere jugar con la pelota, Pedro aspira a hacer muchos goles, y Luisa desea ganar. El docente destaca la importancia de participar en estas actividades saludables que fomentan emociones positivas y la unión entre todos. Así surge el reto: ¿Cómo podemos fomentar la unión y la armonía a través de juegos y actividades predeportivas?	"Demostramos unión y armonía realizando y participando en juegos pre deportivos con balón"	1.1.1	Explora de manera autónoma sus posibilidades de movimiento al realizar con seguridad y confianza habilidades motrices básicas, mediante movimientos coordinados según sus intereses, necesidades y posibilidades.	reglas de juego adaptadas a la situación y al entorno, para lograr un objetivo común en la práctica de actividades lúdicas
			2.1.1	Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica, e identifica los signos y síntomas relacionados con el ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración, que aparecen en el organismo al practicar actividades lúdicas.	
			3.2.1	Resuelve de manera compartida situaciones producidas en los diferentes tipos de juegos (tradicionales, autóctonos, etc.) y adecua las reglas para la inclusión de sus pares y el entorno, con el fin de lograr un desarrollo eficaz de la actividad	
7	La vida sedentaria y el uso excesivo de tecnología han reducido alarmantemente la actividad física en	"Mejoramos nuestra salud con la educación física" "posibilidades y acciones"	1.2.2	Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos.	



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL
{Prácticas en el Nivel Primario}



impulsos, lo que afecta su trabajo en equipo. El docente Milton utiliza esta situación para enseñar respeto y tolerancia, enfatizando que todos merecen dignidad. También destaca la responsabilidad en el cumplimiento de deberes, formando la personalidad de los estudiantes. Los alumnos pueden expresarse a través de juegos tradicionales, valorando sus habilidades y responsabilidades. Surge el reto: ¿Cómo promover nuestros derechos y cumplir con nuestros deberes en los juegos tradicionales?	Reverenciar nuestros deberes y derechos, practicando con respeto y alegría los juegos tradicionales	2.1.2	Diferencia los alimentos saludables y nutritivos que forman parte de su dieta personal y familiar, y los momentos adecuados para ingerirlos; explica la importancia de hidratarse; conoce las posturas adecuadas en la práctica de actividad física y en la vida cotidiana, que le permiten mayor seguridad.
		3.1.2	Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas y evita juegos bruscos, amenazas o apodos, acepta la participación de todos sus compañeros.
		3.2.1	Resuelve de manera compartida situaciones producidas en los diferentes tipos de juegos (tradicionales, autóctonos, etc.) y adecúa las reglas para la inclusión de sus pares y el entorno, con el fin de lograr un desarrollo eficaz de la actividad.

VII. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS.

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	TÉCNICAS	INS TRUMENTOS
▪ Aprendizaje basado en el juego ▪ Método de instrucción directa adaptada ▪ Método de descubrimiento guiado ▪ Aprendizaje cooperativo. ▪ Método de libre exploración supervisada ▪ Aprendizaje basado en proyectos	▪ Técnica de comandos verbales breves y claros. ▪ Técnica del modelado. ▪ Técnica de juego guiado ▪ Técnica de preguntas estratégicas ▪ Técnica de refuerzo positivo ▪ Técnica de enseñanza recíproca ▪ Técnica de observación y retroalimentación inmediata ▪ Técnica del uso de objetos concretos ▪ Técnica del trabajo en grupos cooperativos	▪ Registro auxiliar de asistencia ▪ Lista de cotejo ▪ Rúbricas. ▪ Escala valorativa

VIII. EVALUACIÓN.

Evaluación diagnóstica	Evaluación formativa	Evaluación sumativa
La evaluación diagnóstica se lleva a cabo con el objetivo de identificar los propósitos de aprendizaje basados en las necesidades detectadas. Al concluir cada experiencia educativa, se realiza una reflexión sobre los avances y las dificultades encontradas durante el proceso. Esta reflexión tiene como finalidad permitir los ajustes necesarios para optimizar las futuras experiencias de aprendizaje.	La evaluación para el aprendizaje se centra en el desarrollo del estudiante, proporcionando retroalimentación oportuna a lo largo de todo el proceso de enseñanza-aprendizaje. Este enfoque genera oportunidades continuas que facilitan el logro de los aprendizajes por parte de los estudiantes.	Al concluir cada experiencia educativa, se lleva a cabo una evaluación sumativa que nos permite valorar las evidencias y productos de aprendizaje. Este proceso no solo es fundamental para reconocer los logros alcanzados, sino que también se convierte en una valiosa herramienta de comunicación con los padres de familia, estudiantes y docentes. A través de esta evaluación, informamos sobre el progreso en el desarrollo de las competencias, generando un sentido de comunidad y



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL
(Práctica en el Nivel Primaria)



	colaboración en el camino hacia el éxito educativo

IX. MEDIOS Y MATERIALES

Materiales No fungibles	Materiales fungibles
Pelotas grandes, cochonetas, aros de hula, bancos o plataformas, equipos de juego, cajas de almacenamiento, silbato y pizarra.	Pelotas pequeñas, conos de señalización, cinta adhesiva, banda elástica, tizas, botellas de agua, papel o tarjetas, tallas desechables y cuerdas

X. BIBLIOGRAFÍA

Para el docente	Para el alumno
- Chaves, P. A. A., Burgos, H. Y. C. & Guerrero, S. I. (2023). Volumen 2 Número 5 2023. Revista de Investigación Educativa y Deportiva, 2(e), 281-299. - Gómez, J. A. O. (2017). La coordinación dinámica general y la general y la educación física rural un reto para el siglo XXI. En Universitas Nasimura PGRI Kediri (Vol. 01). Universidad Cakoleka de Matizales. - González, R. A. M. (2022). El registro auxiliar del deporte, la actividad física y la educación física en el estado zulia. GRADE, 2. - Heinsen, M. & Maratos, S. (2019). Guía de planificación y evaluación Docente. En Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI) R.D. - MINEDU. (2016). Programa Curricular de Primaria. https://datos.bancomundial.org/indicadores/SDG-Mainstreaming/content/uploads/2016/12/649_2016-MINEDU-PART1-1-17-12-2016-01_1_4_34-RM-Nº-649-2016-MINEDU-quece-1.pdf - Peralta, A. W. (2019). Coordinación motora en los niños de 0 a 12 años de edad. En Universidad Nacional de Tumbes - Universidad Nacional de Tumbes. - Pérez, A. (2008). Esquema Corporal. Universidad de Murcia, 4(2), 11. - Rodríguez, M. / J. (2020). La evaluación formativa, una práctica eficaz en el desempeño docente. Revista Científica, 5(16), 179-193. https://doi.org/https://doi.org/10.29191/Scientific.v5n16-2087.2020.5.16.9.179-193 - Salas, J. (2022). Coordinación visuomotriz en educación primaria. - Tafur, F. P. & Arriola, S. B. R. (2019). Diferencias en el equilibrio estático-dinámico en preescolares de instituciones educativas del estado en una zona rural de Junín y urban de Lima. - Villalbo, S. C., Rivera, S. J. M., Ramos, J. A., Cervantes, B. M. S., Lopez, A. S. J. & Hernandez, F. R. P. (2019). Métodos de evaluación del equilibrio estático y dinámico en niños de 8 a 12 años. Retos, 40(91), 793-801. https://doi.org/10.47197/RETOS.V37I91.67809	- Instituto Peruano del Deporte (2022). Libro de los Deportes - IPD (Primera ed.). https://doi.org/https://campus.ipd.gob.pe/_img/ole.php/3731243mod_resource-convertir/11libro%20de%20deportes%202019.pdf - Libro, A. L. A. (2017). La magia de moverse al aire libre. En Larousse (Ed.). La magia de moverse https://doi.org/https://www.larousse.es/pe-mir/capitulo-sc-a-jugar.pdf - Redondo, C., (Shadowbelle), C. G. de L., Fabrega, E. & Soy, R. M. (2019). Cuentos para educar, dirigido a niños y niñas de entre 6 y 12 años para promover los valores en el deporte. En Sustainability (Switzerland) (Primera ed. Vol. 11, Número 1), https://doi.org/https://doi.org/10.3390/su11010171

Puno, 8 de mayo del 2025

 Erick Josue Combari Inque E.E.T. DE EDUCACIÓN PROFESIONAL EEP - UNAP Estudiante de Práctica Preprofesional	 Ma. Crístina A. Gutiérrez Dora DOCENTE EPL Docente de Práctica UNA - PUNO	 Lic. Valentín Aguilar Puma I.E.P. N° 10623 - "SANTA ROSA" Profesor de la E. E.

UNIDADES DIDÁCTICAS



UNIDAD DE APRENDISAJE N° 4

"¿Que viva el Perú!: celebramos con juegos tradicionales"

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa Primaria	70623 santa Rosa					Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado	Ito	Sección	"A" y "C"	Duración	Del 23 de junio al 25 de julio
Profesor titular	Valentin Aguilar Poma			Profesor de practica		Cesar Armando Gutierrez Díaz	
Profesor practicante	Dieck Josue Condori Luque						

II. PLANTEAMIENTO DE LA SITUACIÓN SIGNIFICATIVA

En el aula de primer grado de la I.E. 70623 Santa Rosa, la emoción crece con la llegada de julio y las fiestas patrias. Las aulas se llenan de colores y entusiasmo. Durante una conversación inicial, Luisu comparte con alegría que espera ir al circo con su papá, mientras Maria sueña con reunirse con toda su familia para celebrar con danzas y comida típica. El ambiente festivo se contagia rápidamente entre los estudiantes.

Al iniciar la clase de Educación Física, el profesor plantea una pregunta que despierta la creatividad de los niños: "¿Cómo podemos rendir homenaje a nuestra patria mediante actividades físicas en equipo?" Las respuestas no se hacen esperar: cantar el Himno Nacional, bailar una danza regional, destilar con entusiasmo, o jugar como lo hacían sus abuelos.

Aprovechando el interés genuino del grupo, el docente propone una unidad que rescate los juegos tradicionales del Perú como una forma divertida y significativa de celebrar a la patria. Estos juegos —como la saga, la rayuela, el kiwi o la sortija— no solo fortalecen el cuerpo, sino que también enseñan a los estudiantes, fomentan el respeto, la cooperación y el orgullo por la nación.

A lo largo de las sesiones, los niños aprenderán a jugar en equipo, a reconocer el valor de sus tradiciones y a expresar su amor por el Perú a través del movimiento. Cada actividad será una oportunidad para desarrollar la motricidad, la identidad cultural y las habilidades sociales, construyendo un espacio donde celebrar la patria también significa compartir, respetar y crecer juntos.

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

Competencias	Capacidades	Desempeños
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalmente	1.2.2 Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos.
Asume una vida saludable	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana, que le permitan la participación en el juego sin afectar su desempeño.
Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos, acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.



Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Define metas de aprendizaje	Determina metas de aprendizaje viables, asociadas a sus necesidades, prioridades de aprendizaje y recursos disponibles, que le permitan lograr la tarea.
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC.	Personaliza entornos virtuales.	Modifica un entorno virtual personalizado cuando clasifica aplicaciones y herramientas de navegación, para utilizarlo según las necesidades, el contexto y las actividades en las que participa.



Enfoques Transversales	Acciones y/o actitudes observables
Enfoque Intercultural	VALORES: Respeto a la identidad cultural, justicia y diálogo intercultural ACTITUDES: Reconocimiento al valor de las diversas identidades culturales y relaciones de pertenencia de los estudiantes. Disposición a actuar de manera justa, respetando el derecho de todos, exigiendo sus propios derechos y reconociendo derechos a quienes les corresponden. Fomento de una interacción equitativa entre diversas culturas, mediante el diálogo y el respeto mutuo.

IV. PRODUCTO DE EXPERIENCIA APRENDIZAJE

Productos:	Los estudiantes participarán en la organización de un Mini Festival del Juego Tradicional Peruano, donde demostrarán cómo se juegan juegos como la soga, el kiwi, la rayuela o la sortija, explicarán las reglas de manera sencilla y realizarán frases sobre el juego que más les gustó. Este producto permitirá que los niños usen el movimiento para expresarse con alegría, mientras descubren y valoran los juegos tradicionales que practicaron sus padres o abuelos. Además, aprenderán a esperar su turno, colaborar y respetar las reglas, fortaleciendo su convivencia y desarrollando un profundo orgullo por su cultura.
Estándar:	Los estudiantes se desenvuelven con autonomía en actividades motrices al participar en juegos tradicionales peruanos, expresando ideas y emociones mediante el movimiento. Adoptan posturas adecuadas y prácticas de cuidado durante el juego, interactúan de forma respetuosa en pequeños grupos y reconocen la diversidad cultural como parte de su identidad. Gestionan su aprendizaje estableciendo metas viables, y utilizan herramientas virtuales básicas para organizar o comunicar sus actividades.

V. MATRIZ DE EVALUACIÓN

Competencia Capacidad	Criterios de evaluación	Actividades de aprendizaje sugerida	Evidencia de aprendizaje	Instrumentos
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Se expresa corporalmente Asume una vida saludable Incorpora prácticas que mejoren su calidad de vida Interactúa a través de sus habilidades socio motrices Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	- Utiliza su cuerpo para representar emociones y acciones durante los juegos tradicionales (saltos, posturas, gestos, movimientos rítmicos). - Respeto las reglas del juego, espera su turno y sigue instrucciones durante la participación en actividades en pareja o grupo. - Reconoce el nombre, origen o formas de jugar a través un juego tradicional peruano y expresa su opinión sobre por qué le gusta. - Trabaja en equipo durante el festival del juego, colaborando con sus compañeros para preparar materiales (carteles, dibujos) y organizar su participación. - Mantiene una postura corporal adecuada y demuestra cuidado por su cuerpo (no empuja, no se araña, bruscamente, mantiene el equilibrio durante los juegos).	Los estudiantes se expresan libremente con su cuerpo al ritmo de canciones tradicionales del Perú (Jueyco, maraca, festejo), realizando movimientos como saltos, giros, palmos y gestos, desarrollando coordinación y expresión corporal. Se enseñan las reglas básicas de dos juegos tradicionales (la rayuela y el kiwi). Los estudiantes practican por turnos, respetando las normas y colaborando con sus compañeros para entender y disfrutar la dinámica del juego. Conversatorio en ronda donde los niños comparten totalmente o con apoyo de sus padres, qué juegos practicaban sus familiares en su infancia. Luego dibujar uno de esos juegos y lo presentan al grupo. Por equipos, los estudiantes preparan carteles, eligen un juego tradicional para representar y ensayan su presentación. Se asignan roles sencillos: explicar, invitar a jugar, marcar el área de juego o dar el ejemplo. Se realiza el Mini Festival del Juego Tradicional Peruano. Cada equipo muestra su juego, lo explica y lo juega con otros grupos. Al final, se realiza una breve reflexión en grupo sobre lo aprendido, lo que más les gustó y cómo se sintieron.	Los estudiantes participan activamente en el Festival del Juego Tradicional Peruano, donde expresan con su cuerpo los movimientos del juego, eligiendo, respetando reglas, colaborando con sus compañeros y cuidan su cuerpo al jugar. Explican oralmente o con carteles el nombre y forma de jugar del juego tradicional, mostrando respeto y orgullo por su cultura. La evidencia se recoge mediante observación directa, registros anecdóticos y productos gráficos en equipo.	Registro anecdótico. Lista de cotejo.



VI. MATRIZ DE ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

Semana	Título de actividad	Com. Cap.	Desempeño <u>precisado</u>	Criterios de evaluación
Semana 1:	Jugamos con el cuerpo y la música del Perú	1.2.2 2.2.1	1.2.2 Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.	- Realiza movimientos corporales (saltos, giros, desplazamientos) al ritmo de música tradicional peruana, expresando emociones con entusiasmo. - Representa gestos y posturas que comunican alegría, orgullo o entusiasmo al participar en juegos lúdicos con acompañamiento musical. - Adopta posturas adecuadas durante la actividad (es mantiene equilibrio, evita caídas o movimientos bruscos). - Demuestra prácticas básicas de cuidado personal antes y después de la actividad (lavado de manos, uso adecuado del vestuario deportivo).
Evidencia de aprendizaje: Los estudiantes realizan movimientos como saltos, giros y desplazamientos al ritmo de música tradicional peruana, expresando emociones con entusiasmo. Representan gestos y posturas corporales que comunican alegría, orgullo o entusiasmo, adoptando posturas adecuadas para mantener el equilibrio e evitar caídas. Además, demuestran prácticas básicas de cuidado personal, como el lavado de manos y el uso correcto de su vestimenta, antes y después de la actividad física.				
Semana 2:	"Juegos de rol tierra"	2.2.1 3.1.1	2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a acuerdos sobre la manera de jugar.	- Adopta posturas corporales seguras y adecuadas durante la realización de juegos tradicionales, evitando acciones que puedan afectar su desempeño o causar accidentes. - Demuestra prácticas de cuidado personal al asearse y vestirse adecuadamente antes y después de participar en los juegos. - Participa activamente en juegos cooperativos en parejas o grupos pequeños, cumpliendo con las reglas establecidas. - Acepta a sus compañeros como parte del juego, respeta turnos y colabora para llegar a acuerdos sobre la forma de jugar.
Evidencia de aprendizaje: Los estudiantes participan activamente en juegos tradicionales en parejas o grupos pequeños, respetando las reglas, turnos y acuerdos del grupo. Adoptan posturas corporales seguras y adecuadas que les permiten jugar sin riesgos, y demuestran cuidado personal al presentarse aseados y correctamente vestidos antes y después de la actividad. Además, aceptan a sus compañeros como parte del juego, mostrando actitudes de respeto, colaboración y disposición al trabajo en equipo.				
Semana 3:	¿Qué jugaban nuestros abuelos?	1.2.2 2.2.1 3.1.1	1.2.2 Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la	Utiliza su cuerpo para representar mediante gestos y movimientos, cómo se jugaban los juegos tradicionales mencionados por sus familiares. Adopta posturas adecuadas durante la ejecución de juegos tradicionales, demostrando cuidado de su cuerpo y evitando acciones riesgosas. Muestra prácticas de cuidado personal antes y después del juego, como lavarse las manos y usar correctamente su vestuario.



			participación en el juego sin afectar su desempeño. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	Participa en juegos en pequeños grupos, respetando a sus compañeros, colaborando con ellos y llegando a acuerdos sobre cómo jugar. (3.1.1)
Evidencia de aprendizaje: Los estudiantes utilizan su cuerpo para representar con gestos y movimientos cómo se jugaban los juegos tradicionales que mencionaron sus familiares, expresando ideas de forma creativa. Adoptan posturas corporales adecuadas y seguras durante la ejecución de los juegos, evitando acciones que pongan en riesgo su bienestar. Asimismo, demuestran prácticas de cuidado personal como lavarse las manos y usar correctamente su vestimenta. Participan en pequeños grupos respetando a sus compañeros, colaborando en el desarrollo del juego y llegando a acuerdos sobre cómo jugar.				
Semana 4:	Organizamos nuestro mini festival de juegos tradicionales	1.2.1 2.2.1 3.1.1	2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	Adopta posturas corporales adecuadas al practicar los juegos tradicionales, mostrando control y evitando acciones que puedan afectar su seguridad o desempeño. Demuestra hábitos de cuidado personal (aseo, uso correcto del uniforme o ropa deportiva) durante la preparación de los juegos. Colabora activamente con su equipo para organizar un juego tradicional, respetando los roles asignados y mostrando disposición al trabajo en grupo. Participa en acuerdos con sus compañeros sobre las reglas del juego, respetando ideas diferentes y manteniendo un trato cordial.
Evidencia de aprendizaje: Los estudiantes colaboran activamente con su equipo para organizar un juego tradicional, respetando los roles asignados y mostrando disposición al trabajo en grupo. Participan en acuerdos sobre las reglas del juego, escuchando ideas diferentes y manteniendo un trato cordial. Además, demuestran hábitos de cuidado personal como el aseo y el uso adecuado del uniforme, y adoptan posturas corporales seguras y controladas que les permiten jugar sin riesgos.				
Semana 5	¡Ohh que Festival del Juego Tradicional Peruano!	1.2.2 2.2.1 3.1.1	1.2.2 Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	Utiliza su cuerpo con soltura para representar emociones y acciones propias del juego tradicional, mediante movimientos expresivos y coordinados. Adopta posturas corporales adecuadas durante su participación en el festival, mostrando control y cuidado personal mientras juega. Demuestra hábitos de cuidado personal (aseo, presentación, uso correcto del vestuario) al participar en las actividades del festival. Participa con respeto y entusiasmo en los juegos en equipo, aceptando a todos sus compañeros y colaborando en el desarrollo del juego.
Evidencia de aprendizaje: Los estudiantes utilizan su cuerpo con soltura para representar emociones y acciones propias de los juegos tradicionales, mediante movimientos expresivos y coordinados. Adoptan posturas corporales adecuadas que demuestran control y cuidado personal durante su participación. Asimismo, muestran hábitos de higiene y presentación, como el aseo y el uso correcto del vestuario. Participan con respeto y entusiasmo en los juegos en equipo, aceptando a todos sus compañeros, colaborando y fortaleciendo la convivencia.				



VII. MATERIALES BÁSICOS Y RECURSOS A UTILIZAR

- Orientaciones para la evaluación diagnóstica y planificación curricular
- Guía docente para la planificación curricular
- Centro de recursos pedagógicos para los docentes.
- Experiencias de aprendizaje de EF
- Herramientas y recursos digitales
- Experiencias de aprendizaje de EF
- Herramientas y recursos digitales

VII. REFLEXIÓN SOBRE EL APRENDIZAJE (PARA LA SIGUIENTE EXPERIENCIA)

¿Qué estrategias utilicé para conectar el contenido de la sesión con la realidad cultural y emocional de mis estudiantes?

¿Cómo respondieron los estudiantes ante las propuestas motrices y musicales?

¿Logré despertar su interés y participación activa?

¿Qué aspectos de mi comunicación (verbal y corporal) facilitaron u obstaculizaron el desarrollo de la sesión?

¿Fui lo suficientemente claro y coherente al dar las instrucciones? ¿Los estudiantes entendieron lo que debían hacer sin dificultad?

¿Cómo promoví el respeto, la colaboración y el cuidado del cuerpo durante las actividades? ¿Qué actitudes observé en los niños?

¿Qué ajustes debería considerar en futuras sesiones para atender mejor la diversidad de ritmos de aprendizaje y habilidades motoras?

¿Qué aprendizajes significativos logré evidenciar en los estudiantes? ¿Cómo puedo profundizarlos o ampliarlos en las siguientes sesiones?

VIII. BIBLIOGRAFÍA

Chaves, P. A. A., Burgos, H. Y. C. & Guerrero, S. L. (2023). Volumen 2 Número 5 2023. Revista de Investigación Educativa y Deportiva, 2(1), 281-299.

Herrera, M. & Marzoto, S. (2019). Guía de planificación y evaluación Docente. En Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI) R.D.

MINEDU. (2016). Programa Curricular de Primaria. http://www.ojs.cchirichina.pe/bitstream/content/uploads/2016/12/649-2016-MIN-310-PARTE-1-17-12-2016-01_14_24-RM-N-649-2016-MINEDU%20parte%201.pdf

Peralta, A. W. (2019). Coordinación motora en los niños de 0 a 12 años de edad. En Universidad Nacional de Tumbes. Universidad Nacional de Tumbes.

Pérez, A. (2018). Esquema Corporal. Universidad de Murcia. 4(1), 11.

Rodríguez, V. Z. J. (2020). La evaluación formativa: una práctica eficaz en el desempeño docente. Revista Científica, 5(16), 179-193. <https://doi.org/10.26394/Scientificissn.2542-2987.2020.5.16.9.179-193>

Salas, J. (2022). Coordinación visomotriz en educación primaria.

Tañer, F. P. & Arriola, S. B. R. (2019). Diferencias en el equilibrio estático-dinámico en preescolares de instituciones educativas del estado en una zona rural de Jinjón y urbana de Lince.

Villalbas, S. C., Rivera, S. J. M., Ramos, J. A., Cervantes, R. M. N., López, A. S. J. & Hernández, I. R. P. (2019). Métodos de evaluación del equilibrio estático y dinámico en niños de 8 a 12 años. Retos, 42(9), 793-801. <https://doi.org/10.47791/RETOS.V3I3.793-800>





UNIDAD DE APRENDISAJE N° 4

"¿Que vivo el Perú!: celebramos con juegos tradicionales"

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa Primaria	70623 Santa Rosa					Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado	2do	Sección	"A"	Duración	Del 23 de junio al 25 de julio
Profesor titular	Valentín Aguilar Puma			Profesor de práctica		Cesar Amansio Gutierrez Diaz	
Profesor practicante	Erick Jesus Condeni Luque						

II. PLANTEAMIENTO DE LA SITUACIÓN SIGNIFICATIVA

En el aula de segundo grado de la I.E. 70623 Santa Rosa, la enseñanza crece con la llegada de julio y las fiestas patrias. Las aulas se llenan de colores y entusiasmo. Durante una conversación inicial, Luisa comparte con alegría que espera ir al circo con su papá, mientras María sueña con reunirse con toda su familia para celebrar con danzas y comida típica. El ambiente festivo se contagia rápidamente entre los estudiantes.

Al iniciar la clase de Educación Física, el profesor plantea una pregunta que despierta la creatividad de los niños: "¿Cómo podemos rendir homenaje a nuestra patria mediante actividades físicas en equipo?" Las respuestas no se hacen esperar: cantar el Himno Nacional, bailar una danza regional, destilar con entusiasmo, o jugar como lo hacían sus abuelos.

Aprovechando el interés genuino del grupo, el docente propone una unidad que rescate los juegos tradicionales del Perú como una forma divertida y significativa de celebrar a la patria. Estos juegos como la saga, la rayuela, el kiwi o la sortija no solo fortalecen el cuerpo, sino que también enseñ a los estudiantes, fomentan el respeto, la cooperación y el orgullo por lo nuestro.

A lo largo de las sesiones, los niños aprenderán a jugar en equipo, a reconocer el valor de sus tradiciones y a expresar su amor por el Perú a través del movimiento. Cada actividad será una oportunidad para desarrollar la motricidad, la identidad cultural y las habilidades sociales, construyendo un espacio donde celebrar la patria también significa compartir, respetar y crecer juntos.

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

Competencias	Capacidades	Desempeños
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalmente	1.2.2 Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos
Asume una vida saludable	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse, adota posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.
Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar



Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Define metas de aprendizaje.	Determina metas de aprendizaje viables, asociadas a sus necesidades, prioridades de aprendizaje y recursos disponibles, que le permitan lograr la tarea.
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC.	Personaliza entornos virtuales.	Modifica un entorno virtual personalizado cuando clasifica aplicaciones y herramientas de navegación, para utilizarlo según las necesidades, el contexto y las actividades en las que participa.



Enfoques Transversales	Acciones y/o actitudes observables
Enfoque Intercultural	VALORES: Respeto a la identidad cultural, justicia y diálogo intercultural ACTITUDES: Reconocimiento al valor de las diversas identidades culturales y relaciones de pertenencia de los estudiantes Disposición a actuar de manera justa, respetando el derecho de todos, exigiendo sus propios derechos y reconociendo derechos a quienes los corresponde. Fomento de una interacción equitativa entre diversas culturas, mediante el diálogo y el respeto mutuo

IV. PRODUCTO DE EXPERIENCIA APRENDIZAJE

Producto:	Los estudiantes participarán en la organización de un Mini Festival del Juego Tradicional Peruano, donde demostrarán cómo se juegan juegos como la soga, el kiwi, la rayuela o la sortija, explicarán las reglas de manera sencilla y utilizarán frases sobre el juego que más les gustó. Este producto permitirá que los niños usen el movimiento para expresarse con alegría, mientras descubren y valoran los juegos tradicionales que practicaron sus padres o abuelos. Además, aprenderán a esperar su turno, colaborar y respetar las reglas, fortaleciendo su convivencia y desarrollando un profundo orgullo por su cultura.
Estándar:	Los estudiantes se desenvuelven con autonomía en actividades motrices al participar en juegos tradicionales peruanos, expresando ideas y emociones mediante el movimiento. Adoptan posturas adecuadas y prácticas de cuidado durante el juego, interactúan de forma respetuosa en pequeños grupos y reconocen la diversidad cultural como parte de su identidad. Gestionan su aprendizaje estableciendo metas viables, y utilizan herramientas virtuales básicas para organizar o comunicar sus actividades.

V. MATRIZ DE EVALUACIÓN

Competencia Capacidad	Criterios de evaluación	Actividades de aprendizaje sugerido	Evidencia de aprendizaje	Instrumentos
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Se expresa corporalmente Asume una vida saludable Incorpora prácticas que mejoren su calidad de vida Interactúa a través de sus habilidades motrices Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	- Utiliza su cuerpo para representar emociones y acciones durante los juegos tradicionales (saltos, posturas, gestos, movimientos rítmicos) - Respetar las reglas del juego, espera su turno y sigue instrucciones durante la participación en actividades en pareja o grupo. - Reconoce el nombre, origen o forma de jugar al menos un juego tradicional peruano y expresa su opinión sobre por qué le gusta - Trabaja en equipo durante el festival del juego, colaborando con sus compañeros para preparar materiales (carteles, dibujos) y organizar su participación. - Mantiene una postura corporal adecuada y demuestra cuidado por su cuerpo (no empuja, no se lanza bruscamente, mantiene el equilibrio) durante los juegos.	Los estudiantes se expresan libremente con su cuerpo al ritmo de canciones tradicionales del Perú (huayra, marinera, festejo), realizando movimientos como saltos, giros, palmos y gestos, desarrollando coordinación y expresión corporal. Se enseñan las reglas básicas de dos juegos tradicionales (la rayuela y el kiwi). Los estudiantes practicar por turnos, respetando las normas y colaborando con sus compañeros para entender y disfrutar la dinámica del juego. Conservar en ronda donde los niños comparten oralmente o con apoyo de sus padres qué juegos practicaban sus familiares en su niñez. Luego dibujar uno de esos juegos y lo presentan al grupo Por equipos, los estudiantes preparan carteles, eligen un juego tradicional, para representar y ensayan su presentación. Se asignan roles sencillos: explicar, invitar a jugar, marcar el área de juego o dar el ejemplo. Se realiza el Mini Festival del Juego Tradicional Peruano. Cada equipo muestra su juego, lo explica y lo juega con otros grupos. Al final, se realiza una breve reflexión en grupo sobre lo aprendido, lo que más les gustó y cómo se sintieron.	Los estudiantes participan activamente en el Festival del Juego Tradicional Peruano, donde expresan con su cuerpo los movimientos del juego elegido, respetan reglas, colaboran con sus compañeros y cuidan su cuerpo al jugar. Explicar oralmente o con carteles el nombre y forma de jugar del juego tradicional, mostrando respeto y orgullo por su cultura. La evidencia se recoge mediante observación directa, registros anecdóticos y productos gráficos en equipo.	Registro audio. Ficha de registro



VI. MATRIZ DE ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE:

Semana	Título de actividad	Comp. Cap.	Desempeño precisado	Criterios de evaluación
Semana 1:	Jugamos con el cuerpo y la música del Perú	1.2.2 2.2.1	1.2.2 Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.	- Realiza movimientos corporales (saltos, giros, desplazamientos) al ritmo de música tradicional peruana, expresando emociones con entusiasmo. - Representa gestos y posturas que comunican alegría, orgullo e entusiasmo al participar en juegos lúdicos con acompañamiento musical. - Adopta posturas adecuadas durante la actividad física (mantiene equilibrio, evita caídas o movimientos bruscos). - Demuestra prácticas básicas de cuidado personal antes y después de la actividad (llevado de manos, uso adecuado del vestuario deportivo).
Evidencia de aprendizaje: Los estudiantes realizan movimientos como saltos, giros y desplazamientos al ritmo de música tradicional peruana, expresando emociones con entusiasmo. Representan gestos y posturas corporales que comunican alegría, orgullo o entusiasmo, adoptando posturas adecuadas para mantener el equilibrio y evitar caídas. Además, demuestran prácticas básicas de cuidado personal, como el lavado de manos y el uso correcto de su vestimenta deportiva antes y después de la actividad física.				
Semana 2:	"Juegos de mi tierra"	2.2.1 3.1.1	2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; acepta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	- Adopta posturas corporales seguras y adecuadas durante la realización de juegos tradicionales, evitando acciones que puedan afectar su desempeño o causar accidentes. - Demuestra prácticas de cuidado personal al asearse y vestirse adecuadamente antes y después de participar en los juegos. - Participa activamente en juegos cooperativos en parejas o grupos pequeños, cumpliendo con las reglas establecidas. - Acepta a sus compañeros como parte del juego, respeta turnos y colabora para llegar a acuerdos sobre la forma de jugar.
Evidencia de aprendizaje: Los estudiantes participan activamente en juegos tradicionales en parejas o grupos pequeños, respetando las reglas, turnos y acuerdos del grupo. Adoptan posturas corporales seguras y adecuadas que les permiten jugar sin riesgos, y demuestran cuidado personal al presentarse aseados y correctamente vestidos antes y después de la actividad. Además, aceptan a sus compañeros como parte del juego, muestran actitudes de respeto, colaboración y disposición al trabajo en equipo.				
Semana 3	¿Qué jugaban nuestros abuelos?	1.2.2 2.2.1 3.1.1	1.2.2 Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la	Utiliza su cuerpo para representar, mediante gestos y movimientos, cómo se jugaban los juegos tradicionales mencionados por sus familiares. Adopta posturas adecuadas durante la ejecución de juegos tradicionales, demostrando cuidado de su cuerpo y evitando acciones riesgosas. Muestra prácticas de cuidado personal antes y después de juego, como lavarse las manos y usar correctamente su vestuario.



			participación en el juego sin afectar su desempeño. 1.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	Participa en juegos en pequeños grupos respetando a sus compañeros, colaborando con ellos y llegando a acuerdos sobre cómo jugar. (3.1.1)
Evidencia de aprendizaje: Los estudiantes utilizan su cuerpo para representar con gestos y movimientos cómo se jugaban los juegos tradicionales que mencionaron sus familiares, expresando ideas de forma creativa. Adoptan posturas corporales adecuadas y seguras durante la ejecución de los juegos, evitando acciones que pongan en riesgo su bienestar. Asimismo, demuestran prácticas de cuidado personal como lavarse las manos y usar correctamente su vestimenta. Participan en pequeños grupos respetando a sus compañeros, colaborando en el desarrollo del juego y llegando a acuerdos sobre cómo jugar.				
Semana 4:	Organizamos nuestro mini festival de juegos tradicionales	2.2.1 3.1.1	2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	Adopta posturas corporales adecuadas al practicar los juegos tradicionales, mostrando control y evitando acciones que puedan afectar su seguridad o desempeño. Demuestra hábitos de cuidado personal (aseo, uso correcto del uniforme o ropa deportiva) durante la preparación de los juegos. Colabora activamente con su equipo para organizar el juego tradicional, respetando los roles asignados y mostrando disposición al trabajo en grupo. Participa en acuerdos con sus compañeros sobre las reglas del juego respetando ideas diferentes y manteniendo un trato cordial.
Evidencia de aprendizaje: Los estudiantes colaboran activamente con su equipo para organizar un juego tradicional, respetando los roles asignados y mostrando disposición al trabajo en grupo. Participan en acuerdos sobre las reglas del juego, escuchando ideas diferentes y manteniendo un trato cordial. Además, demuestran hábitos de cuidado personal como el aseo y el uso adecuado del uniforme, y adoptan posturas corporales seguras y controladas que les permiten jugar sin riesgos.				
Semana 5	¡Ohh que Festival del Juego Tradicional Peruano!	1.2.2 2.2.1 3.1.1	1.2.2 Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	Utiliza su cuerpo con soltura para representar emociones y acciones propias del juego tradicional, mediante movimientos expresivos y coordinados. Adopta posturas corporales adecuadas durante su participación en el festival, mostrando control y cuidado personal mientras juega. Demuestra hábitos de cuidado personal (aseo, presentación, uso correcto del vestuario) al participar en las actividades del festival. Participa con respeto y entusiasmo en los juegos en equipo, aceptando a todos sus compañeros y colaborando en el desarrollo del juego.
Evidencia de aprendizaje: Los estudiantes utilizan su cuerpo con soltura para representar emociones y acciones propias de los juegos tradicionales, mediante movimientos expresivos y coordinados. Adoptan posturas corporales adecuadas que demuestran control y cuidado personal durante su participación. Asimismo, muestran hábitos de higiene y presentación, como el aseo y el uso correcto del vestuario. Participan con respeto y entusiasmo en los juegos en equipo, aceptando a todos sus compañeros, colaborando y fortaleciendo la convivencia.				



VII. MATERIALES BÁSICOS Y RECURSOS A UTILIZAR

- Orientaciones para la evaluación diagnóstica y planificación curricular
- Guía docente para la planificación curricular
- Centro de recursos pedagógicos para los docentes
- Experiencias de aprendizaje de EF
- Herramientas y recursos digitales
- Experiencias de aprendizaje de EF
- Herramientas y recursos digitales

VII. REFLEXIÓN SOBRE EL APRENDIZAJE (PARA LA SIGUIENTE EXPERIENCIA)

¿Qué estrategias utilicé para conectar el contenido de la sesión con la realidad cultural y emocional de mis estudiantes?

¿Cómo respondieron los estudiantes ante las propuestas motrices y musicales? ¿Logré despertar su interés y participación activa?

¿Qué aspectos de mi comunicación (verbal y corporal) facilitaron u obstaculizaron el desarrollo de la sesión?

¿Fui lo suficientemente claro y coherente al dar las instrucciones? ¿Los estudiantes entendieron lo que debían hacer sin dificultad?

¿Cómo promovi el respeto, la colaboración y el cuidado del cuerpo durante las actividades? ¿Qué actitudes observé en los niños?

¿Qué ajustes debería considerar en futuras sesiones para atender mejor la diversidad de ritmos de aprendizaje y habilidades motoras?

¿Qué aprendizajes significativos logré evidenciar en los estudiantes? ¿Cómo puedo profundizarlos o ampliarlos en las siguientes sesiones?

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Claves, P. A. A., Burgos, H. Y. C. & Guerrero, S. I. (2023). Volumen 2 Número 5 2023. Revista de Investigación Educativa y Deportiva, 2(1), 281-299.
- Heinsen, M. & Martins, S. (2019). Guía de planificación y evaluación Docente. En Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI) R.D.
- MINEDU. (2016). Programa Curricular de Primaria. <https://www.ogcch.bicnha.gob.pe/wp-content/uploads/2016/12/649-2016-MINEDU-PARTE-1-17-12-2016-01-14-54-RM-N-049-2016-MIN-DI-Parte-1.pdf>
- Peralta, A. W. (2019). Coordinación motora en los niños de 0 a 12 años de edad. En Universidad Nacional de Tumbes, Universidad Nacional de Tumbes.
- Pérez, A. (2008). Esquema Corporal. Universidad de Murcia, 1(2), 11.
- Rodríguez, M. Z. J. (2020). La evaluación formativa: una práctica eficaz en el desempeño docente. Revista Científica, 5(16), 179-191. <https://doi.org/10.29394/RevistaCientifica.2740-2987.2020.5.16.179-191>
- Salas, J. (2022). Coordinación visuomotriz en educación primaria.
- Tafur, E. P. & Arrieta, S. B. R. (2019). Diferencias en el equilibrio estático-dinámico en preescolares de instituciones educativas del estado en una zona rural de Lima y urbana de Lima.
- Villalbas, S. G., Rivera, S. J. M., Ramos, J. A., Cervantes, B. M. S., Lopez, A. S. J. & Hernandez, L. R. P. (2019). Metodos de evaluación de equilibrio estático y dinámico en niños de 8 a 12 años. Retos, 40(19), 793-801. <https://doi.org/10.17140/RETOS.V17I37.67809>

 Estudiante de Práctica Preprofesional	 Docente de Práctica UNA - PUNO	 Director de la I. E.	 Profesor de la I. E.



UNIDAD DE APRENDISAJE N° 4

"Coordinamos nuestro cuerpo al ritmo del Perú con desafíos motrices"

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	70623 Santa Rosa					Área	Educación Física
Himestre	II	Grado	6to	Sección	"C"	Duración	Del 23 de junio al 25 de julio.
Profesor titular	Valentin Aguilar Puma			Profesor de practica		Cesar Armando Gutierrez Diaz	
Profesor practicante	Erick Josue Cordero Luyque						

II. PLANTEAMIENTO DE LA SITUACIÓN SIGNIFICATIVA

En la I.E. N° 70623 Santa Rosa, los estudiantes del sexto grado se preparan con entusiasmo para participar en una muestra artística por el mes de la cultura viva del Perú. El docente de Educación Física propone integrar ritmos peruanos como el huayno, la saya y el festejo a través de secuencias de movimiento que combinen expresión corporal, ritmo y coordinación en equipo. Algunos estudiantes, como Mateo, disfrutan la música, pero se sienten inseguros al moverse frente a otros, como Camila, suelen ignorar el cuidado postural al ensayar, lo que puede afectar su salud.

Durante las sesiones, los estudiantes enfrentarán diversos desafíos motrices rítmicos y cooperativos, donde deberán crear y ejecutar secuencias coreográficas programadas, considerando posturas adecuadas, evitando movimientos riesgosos y reflexionando sobre la importancia del autocuidado, incluyendo prácticas como la vacunación para proteger su salud y la de los demás. A su vez, deberán tomar decisiones colectivas, respetando ideas distintas y priorizando el bienestar del grupo, incluso si esto implica ceder en sus preferencias individuales.

De esta manera, el área de Educación Física se convierte en un espacio donde los estudiantes no solo mejoran su coordinación y creatividad, sino también desarrollan su conciencia corporal, su responsabilidad por la salud y su capacidad de cooperación con sentido solidario e identidad cultural.

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

Competencias	Capacidades	Desempeños
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalmente	1.2.2 Crea con sus pares una secuencia de movimientos corporales, expresivos y/o rítmicos, de manera programada y estructurada; así, se expresa de diferentes formas y con diversos recursos, a través del cuerpo y el movimiento, para comunicar ideas y emociones.
Asume una vida saludable	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	2.2.1 Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud. Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud.
Interactúa a través de sus habilidades socio-motrices	Se relaciona utilizando sus habilidades socio-motrices	3.1.1 Participa en actividades físicas en la naturaleza, eventos deportivos, juegos populares, entre otros, y toma decisiones en favor del grupo, aunque vaya en contra de sus intereses personales, con un sentido solidario y de cooperación.
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje.	Explica el proceso, los procedimientos, los recursos movilizados, las dificultades, los ajustes y cambios que realizó y los resultados obtenidos para llegar a la meta.
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC.	Interactúa en entornos virtuales.	Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo: El estudiante hace uso de un presentador visual.



Enfoques Transversales	Acciones y/o actitudes observables
Enfoque Intercultural	VALORES: Respeto a la identidad cultural, justicia y diálogo intercultural
	ACTITUDES: Reconocimiento al valor de las diversas identidades culturales y relaciones de pertenencia de los estudiantes Disposición a actuar de manera justa, respetando el derecho de todos, exigiendo sus propios derechos y renunciando derechos a quienes les corresponde Fomento de una interacción equitativa entre diversas culturas, mediante el diálogo y el respeto mutuo

IV. PRODUCTO DE EXPERIENCIA APRENDIZAJE

Producto:	Los estudiantes crearán y presentarán, en pequeños grupos, una secuencia de movimientos rítmicos y expresivos inspirados en ritmos tradicionales del Perú, la cual incluirá posturas corporales seguras, gestos creativos y desplazamientos multidireccionales.
Estándar:	El estudiante crea y presenta, en grupo, una secuencia de movimientos corporales con ritmo y expresión, inspirada en manifestaciones culturales del Perú. Durante la práctica, adopta posturas corporales adecuadas, evita movimientos que puedan dañar su salud y promueve prácticas saludables como la actividad física y la vacunación. Participa activamente en el trabajo cooperativo, respetando a sus compañeros y tomando decisiones en favor del grupo, con actitud solidaria y responsable.

V. MATRIZ DE EVALUACIÓN

Competencias Capacidades	Criterios de evaluación	Actividades de aprendizaje sugerido	Evidencia de aprendizaje	Instrumentos
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Se expresa corporalmente Asume una vida saludable Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida Interactúa a través de sus habilidades socio motrices Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	Diseña y ejecuta una secuencia de movimientos con ritmo y expresión corporal, mostrando coordinación, creatividad y conexión con danzas y músicas tradicionales del Perú. Adopta posturas corporales adecuadas durante los ensayos y la presentación, evitando acciones que puedan afectar su salud. Explica de manera clara la importancia del autocuidado y prácticas saludables como la actividad física regular y la vacunación. Participa en la creación y ejecución de la secuencia de manera colaborativa, respetando los acuerdos y aportando al trabajo del grupo. Toma decisiones que favorecen al grupo, demostrando empatía y disposición para ceder ante ideas diferentes por el bienestar común.	Los estudiantes observan y analizan videos breves de danzas tradicionales peruanas (huayno, festejo, saya). Luego, identifican sus principales movimientos, ritmos y gestos, comentando cómo expresan emociones o historias. Mediante juegos rítmicos con palmas, desplazamientos y percusión corporal, los estudiantes desarrollan coordinación y sentido del ritmo. Se les propone imitar patrones simples y luego crear variaciones en grupos pequeños. En grupos, diseñan una secuencia de movimientos rítmicos inspirada en un ritmo tradicional peruano, incorporando desplazamientos, gestos expresivos y posturas. Practican con música de fondo y preparan su presentación. Se organiza un circuito motoriz con estaciones: una con saltos al ritmo de huayno, otra con equilibrio al compás de la saya, y una con desplazamientos laterales tipo festejo.	Los estudiantes diseñan y presentan, en grupos, una secuencia de movimientos corporales rítmicos y expresivos inspirada en una danza tradicional del Perú. Durante la práctica, demuestran coordinación, creatividad y uso adecuado del cuerpo, adoptando posturas seguras y evitando movimientos que puedan afectar su salud. Además, explican la importancia del autocuidado, el autocuidado personal y la vacunación como prácticas para mantener una vida saludable. Todo esto lo realizan colaborativamente, respetando roles, turnos y acuerdos grupales, en un ambiente de solidaridad y valoración por la diversidad cultural.	Registro auxiliar. Lista de cotejo. Rubrica sumativa



VI. MATRIZ DE ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

Semana	Título de actividad	Com. Cap.	Desempeño precisado	Criterios de evaluación
Semana 1:	"Exploramos ritmos del Perú y cuidamos nuestro cuerpo al movernos"	1.2.2 2.2.1	1.2.2 Crea con sus pares una secuencia de movimientos corporales, expresivos y/o rítmicos, de manera programada y estructurada; así, se expresa de diferentes formas y con diversos recursos, a través del cuerpo y el movimiento, para comunicar ideas y emociones. 2.2.1 Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud. Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud.	Crea secuencias de movimientos rítmicos con coordinación, fluidez y creatividad, inspiradas en ritmos tradicionales del Perú. Se expresa corporalmente al realizar movimientos que comunican emociones o ideas relacionadas con la identidad cultural peruana. Adopta posturas corporales adecuadas durante la actividad física, evitando movimientos que puedan dañar su salud. Explica la importancia de cuidar su cuerpo al moverse y reconoce la vacunación como práctica que protege la salud.
Evidencia de aprendizaje: Los estudiantes reconocen e integran movimientos rítmicos y expresivos propios de danzas tradicionales del Perú (como el huayno, la saya o el festejo) al participar en actividades lúdicas y desafíos motores. Durante su práctica, adoptan posturas corporales adecuadas que protegen su salud y, de manera oral o gráfica, explican la importancia del autocuidado físico, incluyendo la vacunación como parte de sus hábitos saludables.				
Semana 2:	"Creamos secuencias rítmicas y colaboramos con nuestros compañeros en desafíos motores"	1.2.2 3.1.1	1.2.2 Crea con sus pares una secuencia de movimientos corporales, expresivos y/o rítmicos, de manera programada y estructurada; así, se expresa de diferentes formas y con diversos recursos, a través del cuerpo y el movimiento, para comunicar ideas y emociones. 3.1.1 Participa en actividades físicas en la naturaleza, eventos predeportivos, juegos populares, entre otros, y toma decisiones en favor del grupo, aunque vaya en contra de sus intereses personales, con un sentido solidario y de cooperación.	Diseña con sus compañeros una secuencia motriz rítmica y estructurada, inspirada en expresiones culturales del Perú. Utiliza el cuerpo para comunicar ideas o emociones a través de movimientos expresivos y coordinados. Participa activamente en juegos o desafíos motores en grupo, mostrando disposición para colaborar y cumplir acuerdos. Toma decisiones que beneficien al grupo, aunque implique ceder su idea u opinión, demostrando empatía y actitud cooperativa.
Evidencia de aprendizaje: Los estudiantes diseñan, en grupos, una secuencia rítmica estructurada con movimientos corporales inspirados en expresiones culturales del Perú. Durante su ejecución, utilizan el cuerpo para comunicar ideas o emociones con coordinación, fluidez y creatividad. Asimismo, participan activamente en desafíos motores grupales, donde colaboran con sus compañeros, respetan acuerdos, y toman decisiones en beneficio del grupo, demostrando empatía y actitud cooperativa.				
Semana 3:	"Perfeccionamos nuestros movimientos con ritmo y cuidamos nuestra salud"	1.2.2 2.2.1	1.2.2 Crea con sus pares una secuencia de movimientos corporales, expresivos y/o rítmicos, de manera programada y estructurada; así, se expresa de diferentes formas y con diversos recursos, a través del cuerpo y el movimiento, para comunicar ideas y emociones. 2.2.1 Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud. Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud.	Elabora con su grupo una secuencia de movimientos corporales con ritmo, expresivos, expresivos y/o rítmicos, fluidez y expresividad, utilizando gestos de manera programada que comunican ideas o emociones. Demuestra coordinación y control corporal durante la ejecución de la secuencia, utilizando el espacio y el ritmo de forma adecuada. Adopta posturas seguras durante la actividad física, evitando ejercicios o movimientos que puedan perjudicar su salud. Explica con claridad la importancia del autocuidado y la vacunación, como prácticas que favorecen su bienestar y el de su comunidad.
Evidencia de aprendizaje: Los estudiantes mejoran, en equipos, una secuencia rítmica de movimientos corporales inspirada en danzas del Perú, demostrando coordinación, expresividad y uso adecuado del espacio. Durante la actividad, mantienen posturas				



seguras, eviten movimientos que pongan en riesgo su bienestar y expliquen, de manera oral, por qué el autocuidado y la vacunación son importantes para su salud y la de los demás.

Semana 4: <i>"Nos cuidamos y cooperamos en desafíos motrices con identidad peruana"</i>	2.2.1 3.1.1	2.2.1 Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud. Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud. 3.1.1 Participa en actividades físicas en la naturaleza, eventos deportivos, juegos populares, entre otros, y toma decisiones en favor del grupo, aunque vaya en contra de sus intereses personales, con un sentido solidario y de cooperación.	Realiza actividades físicas respetando su cuerpo, adoptando posturas adecuadas y evitando movimientos que puedan poner en riesgo su salud. Explica con claridad por qué la vacunación es importante para proteger su salud y la de sus compañeros. Participa activamente en desafíos motrices grupales, mostrando disposición para colaborar y respetar las reglas y acuerdos establecidos. Toma decisiones en beneficio del grupo durante la actividad física, aunque implique ceder su opinión o adaptarse a otras ideas.
Evidencia de aprendizaje: Los estudiantes participan en desafíos motrices grupales inspirados en juegos tradicionales peruanos, donde demuestran el cuidado de su cuerpo adoptando posturas seguras y evitando acciones que puedan perjudicar su salud. Además, explica de forma oral o gráfica la importancia de la vacunación como una medida preventiva. Durante las actividades, colaboran con sus compañeros, respetan los acuerdos y toman decisiones en favor del grupo, mostrando empatía y sentido de solidaridad.			

VII. MATERIALES BÁSICOS Y RECURSOS A UTILIZAR

- Orientaciones para la evaluación diagnóstica y planificación curricular
- Guía docente para la planificación curricular
- Centro de recursos pedagógicos para los docentes.
- Experiencias de aprendizaje de EF
- Herramientas y recursos digitales
- Experiencias de aprendizaje de EF
- Herramientas y recursos digitales

VII. REFLEXIÓN SOBRE EL APRENDIZAJE (PARA LA SIGUIENTE EXPERIENCIA)

- ¿Qué momentos o actividades motrices permitieron a mis estudiantes expresar con mayor claridad sus emociones, identidad cultural y creatividad corporal?
- ¿Qué habilidades sociales o motrices emergieron de manera inesperada en algunos estudiantes durante los desafíos en grupo, y cómo puedo desarrollarlas más adelante?
- ¿Qué actividad relacionada con los ritmos del Perú logró mayor conexión emocional o cultural con los estudiantes, y cómo podría integrarla mejor en experiencias futuras?
- ¿Qué estrategias ayudaron a que mis estudiantes comprendieran la importancia del autocuidado y la salud (como la vacunación) de forma significativa y práctica?
- ¿Qué juegos o secuencias motrices facilitaron el desarrollo de la cooperación y la toma de decisiones solidarias, y cómo puedo replicarlas en otros contextos?
- ¿Qué materiales o recursos (música, videos, instrumentos, elementos del entorno) resultaron más efectivos para motivar y enriquecer el aprendizaje motor y expresivo?
- ¿Qué aprendizajes sobre el cuerpo, el movimiento y la identidad cultural me gustaría que mis estudiantes aplicaran en su vida diaria y en su comunidad rural?

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Canaves, P. A. A., Burgos, H. Y. C. & Guerrero, S. I. (2023). Volumen 2 Número 5 2023. Revista de Investigación Educativa y Deportiva, 2(e), 287-299.
- Reisen, M. de Maestas, S. (2019). Guía de planificación y evaluación Docente. En Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI) (R.D).
- MINEDU (2016). Programa Curricular de Primaria. <http://www.ojs.dhni.edu.pe/bitstream/handle/documentos/23116/1/2016-MINEDU-PARTE-I-1-1-1-2016-01-14-54-RM-Nº-649-2016-MINEDU--parte-I.pdf>
- Perilla, A. W. (2019). Coordinación motora en los niños de 9 a 12 años de edad. En Universidad Nacional de Tumbes. Universidad Nacional de Tumbes.
- Pérez, A. (2008). Esquema Corporal. Universidad de Murcia, 4421-11.
- Rodríguez, M. Z. J. (2020). La evaluación formativa: una práctica eficaz en el desempeño docente. Revista Científica, 3(36), 179-193. <https://doi.org/10.20394/Scientificista.2542-2987.2020.3.16.179-193>
- Salas, J. (2022). Coordinación visuomotriz en educación primaria.
- Falán, F. P. & Arriola, S. B. R. (2019). Diferencias en el equilibrio estático dinámico en preescolares de instituciones educativas del espía en una zona rural de Junín y urbana de Lima



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL

(Práctica en el Nivel Primaria)



Villalbos, S. C., Rivera, S. J. M., Ramos, J. A., Cervantes, H. M. S., Lopez, A. S. J. & Hernandez, T. R. P. (2019). Métodos de evaluación del equilibrio estático y dinámico en niños de 8 a 12 años. *Revista*, 49(19), 797-801. <https://doi.org/10.17105/REVISTA.49.19.797801>


Erick Justo Caceres Lopez
Estudiante de Práctica
Preprofesional


César A. Gutiérrez Díaz
DOCENTE CPEP
UNA - PUNO
Docente de Práctica
UNA - PUNO


DIRECTORA
DIRECTORA DE LA I. E.
DIRECTORA


Lic. Valentín Aguilar Puma
I.E. N° 70623 "SANTA ROSA"
Profesor de la I. E.



UNIDAD DE APRENDISAJE N° 3

"Nos expresamos a través de la gimnasia aceptando las diferencias"

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	70623 Santa Rosa					Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado	6to	Sección	"C"	Duración	Del 26 de mayo al 20 de junio del 2023.
Profesor titular	Valentin Aguilar Puma			Profesor de practica		Cesar Armando Gutierrez Diaz.	
Profesor practicante	Erick Josue Condoni Luque						

II. PLANTEAMIENTO DE LA SITUACIÓN SIGNIFICATIVA

Leonardo, un estudiante de sexto grado, es callado y reservado. Últimamente ha dejado de participar activamente en clase porque algunos compañeros se burlan de su aspecto físico. Esto no solo afecta su autoestima, sino también la dinámica de trabajo en equipo. En paralelo, varios estudiantes tienen el hábito de consumir refrescos con colorantes en lugar de agua, lo que afecta su salud y rendimiento físico. Ante esta realidad, el docente Milton decide intervenir promoviendo actividades gimnásticas y lúdicas que integren a todos, fortalezcan la confianza en uno mismo y fomenten el respeto por las diferencias individuales. Además, aprovecha para enseñar la importancia de una hidratación saludable.

Preguntas para generar reflexión en la unidad:

¿Cómo te sentirías si tus compañeros se burlaran de ti mientras tratas de participar?

¿Por qué crees que es importante respetar a los demás, aunque sean diferentes a nosotros?

¿Qué podríamos hacer para ayudar a Leonardo a sentirse parte del grupo?

¿Sabías que tomar mucha gaseosa o refrescos con colorantes puede afectar tu salud y tu energía al hacer ejercicio?

¿Qué podrías cambiar en tu día a día para sentirte más fuerte y saludable?

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

Competencias	Capacidades	Desempeños
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalmente	1.2.1 Expresa su forma particular de moverse al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal.
Asume una vida saludable	Incorpora prácticas que mejoren su calidad de vida	2.2.1 Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud. Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud.
Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	3.1.1 Participa en actividades físicas en la naturaleza, eventos predeportivos, juegos populares, entre otros, y toma decisiones en favor del grupo, aunque vaya en contra de sus intereses personales, con un sentido solidario y de empatización.
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza acciones estratégicas para alcanzar metas.	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta.
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC.	Interactúa en entornos virtuales.	Accede a entornos virtuales establecidos, mediante credenciales de identificación digital y considerando procedimientos seguros, éticos y responsables; por ejemplo, para ingresar a una red social.



Enfoques Transversales	Acciones y/o actitudes observables
Enfoque Inclusivo o de Atención a la diversidad	VALORES: Respeto por las diferencias, equidad en la enseñanza y confianza en la persona
	ACTITUDES: - Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia. - Disposición a enseñar otorgando a los estudiantes las condiciones y oportunidades que cada uno necesita para lograr los mismos resultados - Disposición a depositar expectativas en una persona, creyendo sinceramente en su capacidad de superación y crecimiento por sobre cualquier circunstancia.

IV. PRODUCTO DE EXPERIENCIA APRENDIZAJE

Producto:	Los estudiantes organizan y presentan una estación lúdica grupal que integre expresión corporal (baile, dramatización, juegos rítmicos), hábitos saludables (hidratación, alimentación, vacunación, higiene postural) y prácticas inclusivas (adaptación de juegos para todos). Cada grupo elige una temática y la desarrolla mediante juegos creativos, presentaciones corporales, y una breve explicación oral.
Estándar:	El estudiante organiza y presenta, de forma colaborativa, una estación lúdica que integra la expresión corporal mediante dramatizaciones, bailes o juegos rítmicos; promueve hábitos saludables como la hidratación adecuada, alimentación balanceada, vacunación e higiene postural; y demuestra prácticas inclusivas al adaptar los juegos para todos sus compañeros, comunicando sus ideas de manera clara y respetuosa frente a la comunidad educativa.

V. MATRIZ DE EVALUACIÓN

Competencia	Criterios de evaluación	Actividades de aprendizaje sugeridas	Evidencia de aprendizaje	Instrumentos
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Se expresa corporalmente Assume una vida saludable Integra prácticas que mejoran su calidad de vida Interactúa a través de sus habilidades socio motrices Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	1. Manifiesta autonomía en sus movimientos al participar activamente en juegos, actividades físicas o presentaciones, mostrando iniciativa y seguridad al asumir roles diversos mediante su lenguaje corporal 2. Utiliza su expresión corporal de forma creativa para comunicar ideas, emociones o situaciones, a través de bailes, dramatizaciones o juegos rítmicos, respetando su estilo personal de movimiento. 3. Aplica prácticas que favorecen su bienestar físico, como mantener una buena hidratación, evitar posturas incorrectas y participar regularmente en actividades físicas, demostrando conciencia sobre su salud. 4. Participa en juegos y actividades grupales respetando las reglas, tomando decisiones solidarias y promoviendo la inclusión de todos sus compañeros, sin imponer sus habilidades o características.	Organizan equipos para realizar circuitos gimnásticos, practicando movimientos básicos como giros, equilibrios y desplazamientos, respetando turnos, normas de seguridad y animando a sus compañeros durante la actividad. Ejecutan secuencias de movimientos gimnásticos, combinando saltos, posturas y desplazamientos con fluidez y control corporal, fortaleciendo la expresión motriz y la coordinación. Practican rutinas de estiramiento y relajación, enfocándose en la conciencia corporal, la respiración y la corrección postural, valorando la importancia del cuidado	Los estudiantes organizan y participan activamente en circuitos y secuencias gimnásticas, demostrando control corporal en movimientos como giros, saltos, posturas y desplazamientos. Respetan turnos, normas de seguridad y muestran iniciativa, colaboración e inclusión al animar a sus compañeros. Practican estiramientos y relajación con conciencia postural y respiratoria, valorando el cuidado del cuerpo antes y después de la	Registro auxiliar. Lista de cotejo.



	5. Demuestra actitudes saludables en la convivencia, como el respeto, la empatía y la cooperación, evitando burlas, apodos o exclusiones, y contribuyendo a un ambiente armonioso durante la actividad física.	del cuerpo antes y después de cada sesión. Participan en presentaciones gimnásticas escolares, demostrando habilidades motrices adquiridas, respeto por las reglas de participación y una actitud colaborativa que promueve la inclusión y el esfuerzo colectivo.	actividad. Finalmente, presentan sus rutinas en una muestra escolar, evidenciando las habilidades motrices adquiridas y una actitud respetuosa, empática y responsable.	



VI. MATRIZ DE ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

Semana	Título de actividad	Com. Cap.	Desempeño precisado	Criterios de evaluación
Semana 1:	<i>Movimiento con confianza y autonomía</i>	1.2.1 2.2.1	1.2.1 Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal. 2.2.1 Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud. Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud.	Manifiesta con claridad y creatividad su estilo propio de movimiento al asumir distintos roles en actividades físicas, demostrando seguridad y coherencia en su lenguaje corporal. Participa activamente en actividades físicas, identificando y evitando posturas o ejercicios que puedan afectar negativamente su salud, demostrando conciencia corporal y autocuidado. Explica con comprensión sencilla la importancia de la vacunación y sus beneficios para la prevención de enfermedades y el cuidado de su bienestar general.
Evidencia de aprendizaje: Los estudiantes participan activamente en dinámicas de exploración motriz y juegos de calentamiento relacionados con la gimnasia, donde asumen diferentes roles (como líder, guía e imitador) y expresan su estilo personal de movimiento con seguridad. Durante las actividades, identifican posturas aleccionables y evitan aquellas que puedan afectar su salud, demostrando conciencia corporal. Además, explican en grupo, mediante dibujos o frases, por qué la vacunación es importante para mantenerse sanos y participar con energía en las clases.				
Semana 2:	<i>Expresando emociones con el cuerpo</i>	1.2.1 3.1.1	1.2.1 Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal. 3.1.1 Participa en actividades físicas en la naturaleza, eventos predeportivos, juegos populares, entre otros, y toma decisiones en favor del grupo, aunque vaya en contra de sus intereses personales, con un sentido solidario y de cooperación.	Expresa con claridad y originalidad su forma personal de moverse al asumir diversos roles en actividades físicas, aplicando su lenguaje corporal de manera adecuada y segura. Participa activamente en actividades físicas al aire libre, eventos y juegos populares, mostrando disposición para colaborar y tomar decisiones que beneficien al grupo, aun cuando implique renunciar a sus propios intereses. Demuestra actitudes solidarias y cooperativas durante las actividades grupales, fomentando un ambiente de respeto, inclusión y trabajo en equipo.
Evidencia de aprendizaje: Los estudiantes participan activamente en ejercicios gimnásticos básicos, como desplazamientos, equilibrios y posturas, expresando su estilo personal de movimiento con seguridad al asumir diferentes roles (líder, ejecutante o apoyo) durante la actividad. Además, colaboran con sus compañeros en la organización de secuencias grupales, tomando decisiones que priorizan el bienestar colectivo y demostrando actitudes solidarias, inclusivas y de respeto mutuo.				
Semana 3:	<i>Cuidando mi cuerpo, fortaleciendo mi salud</i>	2.2.1 3.1.1	2.2.1 Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud. Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud. 3.1.1 Participa en actividades físicas en la naturaleza, eventos predeportivos, juegos populares, entre otros, y toma decisiones en favor del grupo, aunque vaya en contra de sus intereses personales, con un sentido solidario y de cooperación.	Realiza actividades físicas aplicando posturas correctas y evitando movimientos que puedan causar daño, demostrando cuidado y responsabilidad con su salud corporal. Explica con sus propias palabras por qué la vacunación es importante para prevenir enfermedades y cómo contribuye al bienestar personal y colectivo. Participa activamente en juegos y actividades al aire libre, mostrando solidaridad y tomando decisiones que favorecen al grupo, incluso cuando eso implica sacrificar sus intereses personales.
Evidencia de aprendizaje: Participa activamente en actividades físicas al aire libre y juegos colaborativos, aplicando posturas correctas y evitando ejercicios que puedan afectar su salud, demostrando conciencia corporal y autocuidado. Explica con claridad y en sus propias palabras la importancia de la vacunación para prevenir enfermedades, valorando su rol en el cuidado de su salud.				



y la de sus compañeros. Toma decisiones solidarias durante las actividades, procurando el bienestar del grupo y promoviendo un ambiente de respeto e inclusión.

Semana 4:	<i>Juntos respetamos, incluimos y crecemos</i>	1.2.1 2.2.1 3.1.1	1.2.1 Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal. 2.2.1 Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudiquen su salud. Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud. 3.1.1 Participa en actividades físicas en la naturaleza, eventos deportivos, juegos populares, entre otros, y toma decisiones en favor del grupo, aunque vaya en contra de sus intereses personales, con un sentido solidario y de cooperación.	Expresa con confianza y creatividad su manera particular de moverse, asumiendo diferentes roles en actividades físicas y usando su lenguaje corporal para comunicarse. Realiza actividad física de forma segura, evitando posturas y movimientos que puedan afectar su salud, y explica la importancia de la vacunación para prevenir enfermedades. Participa en actividades grupales al aire libre, mostrando solidaridad y tomando decisiones que benefician al grupo, incluso si eso implica ceder sus propios intereses.

Evidencia de aprendizaje: Expresa con confianza y creatividad su estilo personal de movimiento al participar en actividades físicas, asumiendo diferentes roles y utilizando su lenguaje corporal para comunicarse con claridad. Realiza ejercicios físicos de manera segura, evitando posturas inadecuadas y demostrando responsabilidad en el cuidado de su cuerpo. Explica con seguridad la importancia de la vacunación como medida de prevención para cuidar su salud y la de los demás. Participa activamente en juegos grupales al aire libre, tomando decisiones solidarias y favoreciendo el bienestar colectivo, incluso por encima de sus propios intereses.

VII. MATERIALES BÁSICOS Y RECURSOS A UTILIZAR

- Orientaciones para la evaluación diagnóstica y planificación curricular
- Guía docente para la planificación curricular
- Centro de recursos pedagógicos para los docentes
- Experiencias de aprendizaje de EF
- Herramientas y recursos digitales
- Experiencias de aprendizaje de EF
- Herramientas y recursos digitales

VII. REFLEXIÓN SOBRE EL APRENDIZAJE (PARA LA SIGUIENTE EXPERIENCIA)

- ¿Cuáles fueron los hitos más destacados en el aprendizaje de mis estudiantes y qué impacto tuvieron en su desarrollo?
- ¿Hubo alguna habilidad o conocimiento que mis estudiantes demostraron de manera inesperada? ¿Cómo podría incorporarlos en futuras lecciones?
- ¿Qué actividad permitió que mis estudiantes se sintieran más en sintonía con su entorno, y cómo podría potenciar esa experiencia?
- ¿Qué métodos y materiales resultaron ser especialmente útiles en su aprendizaje y cómo podría adaptarlos en el futuro?
- ¿Qué aprendizajes desearía que mis estudiantes aplicaran en su vida diaria y en su comunidad rural?

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Chaves, P. A. A., Vargas, H. V. C. & Guerrero, S. L. (2023). Volumen 2 Número 5 2023. Revista de Investigación Educativa y Deportiva, 2(1), 281-299.
- Hernández, M. & Maratón, S. (2019). Guía de planificación y evaluación Docente. En Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI) R.D.
- MINEDU. (2016). Programa Curricular de Primaria. http://www.minedu.gob.pe/wp-content/uploads/2016/06/2016-MINEDU-PARJE-1-17-12-2016-01_14_5-ERM_Nº-648-2016-MINEDU_parje_.pdf
- Peralta, A. W. (2019). Coordinación motora en los niños de 0 a 12 años de edad. En Universidad Nacional de Tumbes. Universidad Nacional de Tumbes.
- Pérez, A. (2008). Esquema Corporal. Universidad de Murcia, 4(2), 11.
- Rodríguez, M. Z. J. (2020). La evaluación formativa, una práctica eficaz en el desempeño docente. Revista Científica, 5(16), 179-193. <https://doi.org/10.29194/Scientificisan.2542-2987.2020.5.16.9.179-193>
- Salas, J. (2022). Coordinación y movimiento en educación primaria.
- Tafur, E. P. & Arriaga, S. B. R. (2019). Diferencias en el equilibrio estático-dinámico en preescolares de instituciones educativas del estado en una zona rural de Junín y urbana de Lima.



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL

(Práctica en el Nivel Primaria)



Villalbas, S. C., Rivera, S. J. M., Ramos, J. A., Cervantes, B. M. S., Lopez, A. S. J. & Hernandez, T. R. P. (2019). Metodos de evaluación del equilibrio estático y dinámico en niños de 8 a 12 años. *Retos*, 40(9), 792-801. <https://doi.org/10.47197/RETOS.V20I9.767809>


Erick Jaime Condori Lantue
EST. DE PRÁCTICA PROFESIONAL
EPPE - LANA
Estructura de Práctica
Preprofesional


Mg. César A. Condori Lantue
DOCENTE EN LA
Docente de Práctica
LNA - PUNO


Escuela Profesional de Educación Física
de Santa Rosa de Lima
Lina Pharis
Diana Vilasaca Martínez Pineda Sandoval
DIRECTORA
Directora de la I. E.


Lic. Valentín Aguilar Puma
I.E.P. N° 70671 "SANTA ROSA"
Profesor de la I. E.



UNIDAD DE APRENDISAJE N° 3

"Trabajamos en equipo explorando los movimientos gimnásticos"

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa Primaria	70623 Santa Rosa					Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado	2do	Sección	"A"	Duración	Del 26 de mayo al 20 de junio.
Profesor titular	Valentin Aguilar Puma			Profesor de practica		Cesar Armando Gutierrez Diaz	
Profesor practicante	Erick Josue Condori Loque						

II. PLANTEAMIENTO DE LA SITUACIÓN SIGNIFICATIVA

En la Institución Educativa Primaria 70623 Santa Rosa, durante las sesiones de Educación Física, los estudiantes del segundo grado comienzan a participar en una nueva unidad centrada en actividades gimnásticas básicas. En este grupo destaca Leonardo, un niño muy activo que muestra una marcada hiperactividad que le dificulta trabajar en equipo y seguir instrucciones durante actividades grupales.

Ante esta situación, el profesor Milton decide aprovechar esta oportunidad pedagógica para fortalecer en sus estudiantes el respeto, la tolerancia y la colaboración, a través de actividades que integran movimientos gimnásticos como ruidadas, saltos y posturas corporales. Estas se organizan en parejas y pequeños grupos, promoviendo la expresión creativa, el reconocimiento de las diferencias individuales y la valoración de las habilidades de cada compañero.

A lo largo de las sesiones, los estudiantes no solo mejoran su coordinación y control corporal, sino que también aprenden a convivir, a escuchar y a participar activamente con respeto, entendiendo que cada uno tiene un ritmo diferente y que la educación física también es un espacio para crecer como personas. Leonado, con el acompañamiento del docente y sus compañeros, logra canalizar su energía de manera positiva, integrándose mejor en el grupo y descubriendo nuevas formas de expresarse a través del movimiento.

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

Competencias	Capacidades	Desempeños
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	1.2. Se expresa corporalmente	1.2.1 Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro, que lo ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado.
Asume una vida saludable	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.
Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.



Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta.
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC.	Crea objetos virtuales en diversos formatos	Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo: El estudiante hace uso de un presentador visual.



Enfoques Transversales	Acciones y/o actitudes observables
Enfoque de derechos	VALORES: Conciencia de derechos, libertad, responsabilidad, diálogo y concertación ACTITUDES: Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito público y privado. Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad. Disposición a conversar con otras personas, intercambiando ideas o afectos de modo alternativo para construir juntos una postura común.

IV. PRODUCTO DE EXPERIENCIA APRENDIZAJE

Producto:	Al finalizar la unidad, los estudiantes presentarán en grupos una secuencia de movimientos gimnásticos básicos titulada "Mi cuerpo se expresa con respeto y movimiento", donde demostrarán coordinación, control corporal y trabajo cooperativo a través de posturas, rodadas y desplazamientos, acompañados de gestos, sonidos y expresiones que comuniquen emociones positivas como el compañerismo y la empatía.
Estándar:	Se desenvuelve de manera segura y respetuosa en actividades lúdicas y gimnásticas básicas en pareja o grupo, utilizando su lenguaje corporal, verbal y sonoro para expresar emociones y comunicarse con los demás. Participa activamente en juegos cooperativos, demuestra actitudes de cuidado personal y convivencia, y organiza estrategias sencillas para alcanzar metas comunes, integrando recursos visuales o digitales que respalden sus ideas."

V. MATRIZ DE EVALUACIÓN

Competencia	Criterios de evaluación	Actividades de aprendizaje sugerido	Evidencia de aprendizaje	Instrumentos
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Se expresa corporalmente Assume una vida saludable Incorpora prácticas que mejoren su calidad de vida Interactúa a través de sus habilidades socio motrices Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	- Utiliza su lenguaje corporal (gestos, posturas, mirada, sonidos) para comunicar emociones y mensajes durante actividades gimnásticas básicas, demostrando seguridad y confianza en sí mismo. - Participa activamente en juegos y secuencias motrices en pareja o grupo, respetando el espacio personal de los demás y promoviendo la convivencia y la empatía. - Adopta posturas corporales adecuadas durante las actividades físicas, cuidando su cuerpo y el de sus compañeros para evitar accidentes y lesiones. - Acepta a sus compañeros y oponentes como parte del juego, coopera, respeta, acoge y participa en la toma de decisiones del grupo. - Elabora, en grupo, un cartel o presentador visual sencillo que explique los aprendizajes logrados, utilizando dibujos, fotos o recursos digitales con orientación del docente.	Los estudiantes expresan emociones mediante gestos, posturas y sonidos, a través de juegos de mímica y dinámicas frente al espejo. Así, reconocen su lenguaje corporal y fortalecen su conciencia para comunicarse. Participar en juegos cooperativos como "La araña humana" y "Caminar con cuidado", donde practican el trabajo en equipo, respetan reglas y reflexionan sobre la importancia de convivir con armonía. Realizan secuencias gimnásticas básicas adoptando posturas seguras y cuidando su cuerpo. También representan acciones de higiene y autocuidado antes y después de la actividad física. En grupo, preparan una breve presentación con movimientos gimnásticos y gestos expresivos.	Participa en un circuito motor, reconocenarse a sí mismo al demostrar el dominio de sus posibilidades motrices (saltar, lanzar, correr) y utilizando nociones espaciales para superar desafíos en colaboración con sus compañeros; expresando sus emociones a través de gestos y movimientos durante el juego.	Registro auxiliar Lista de coteo.



VI. MATRIZ DE ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

Semana	Título de actividad	Com. Cap.	Desempeño precisado	Criterios de evaluación
Semana 1:	"Con mi cuerpo digo lo que siento"	1.2.1 2.2.1	1.2.1 Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonora, que lo ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.	Expresa emociones y mensajes mediante gestos, posturas, contacto visual y sonidos, mostrando seguridad y confianza en sus movimientos. Utiliza adecuadamente su lenguaje corporal y verbal para comunicarse y sentirse aceptado durante las actividades motrices. Adopta posturas corporales correctas que favorecen su participación activa y segura en juegos y ejercicios. Aplica prácticas básicas de cuidado personal (aseo y vestimenta adecuada) antes y durante las actividades físicas, asegurando un desempeño óptimo.
Evidencia de aprendizaje: Resuelve situaciones motrices utilizando su lenguaje corporal (gestos, contacto visual, actitud y apariencia), así como su comunicación verbal y sonora, para expresar emociones y mensajes con seguridad y confianza. Además, adopta posturas corporales adecuadas durante las actividades lúdicas y en su vida diaria, que le permiten participar activamente sin afectar su desempeño. También incorpora prácticas básicas de cuidado personal, como el aseo y la vestimenta adecuada, que contribuyen a su bienestar y rendimiento durante el juego y la actividad física.				
Semana 2:	"Juguemos juntos, ganamos todos"	2.2.1 3.1.1	2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	- Adopta posturas corporales adecuadas que favorecen su participación activa y segura en actividades lúdicas. - Incorpora prácticas de cuidado personal, como aseo y vestimenta correcta, durante el desarrollo de las actividades físicas. - Participa respetuosamente en juegos cooperativos y de oposición, mostrando disposición para trabajar en parejas y grupos pequeños. - Acepta al oponente como compañero de juego y colabora en la construcción de consensos sobre las reglas y formas de juego.
Evidencia de aprendizaje: El estudiante adopta posturas corporales adecuadas y prácticas de cuidado personal, como el aseo y la vestimenta correcta, que le permiten participar activamente y con seguridad en las actividades lúdicas. Además, participa respetuosamente en juegos cooperativos y de oposición en parejas y grupos pequeños, aceptando a sus compañeros y oponentes, y colaborando para establecer consensos sobre las reglas del juego.				
Semana 3	"Me muevo con cuidado y me cuida al moverme"	1.2.1 3.1.1	1.2.1 Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro, que lo ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	Utiliza su lenguaje corporal (gestos, postura, contacto visual) para comunicarse con seguridad y confianza. Expresa emociones y mensajes a través de movimientos corporales en actividades físicas. Participa activamente en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos. Acepta y respeta a sus compañeros y oponentes, colaborando para llegar a acuerdos durante el juego.
Evidencia de aprendizaje: Utiliza su lenguaje corporal con gestos, posturas y contacto visual para comunicarse con seguridad y confianza durante las actividades físicas. Expresa emociones mediante movimientos corporales y participa activamente en juegos				



cooperativos y de oposición, respetando a sus compañeros y colaborando para establecer acuerdos que favorecen la convivencia y el juego armonioso.				
Semana 4:	"Lo que aprendí... (también lo puedo mostrar)"	1.2.1 2.2.1 3.1.1	1.2.1 Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonora, que lo ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado. 2.2.1 Incorpora prioridades de cuidado al escarse y vestirse, adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	Utiliza su lenguaje corporal, verbal y sonoro para expresar ideas y emociones con seguridad y confianza. Aplica prácticas de cuidado personal, como aseo y vestimenta adecuada, que facilitan su participación efectiva en las actividades. Adopta posturas corporales correctas que favorecen su desempeño en actividades lúdicas y cotidianas. Participa activamente en juegos cooperativos y de oposición, respetando a sus compañeros y alcanzando acuerdos sobre las reglas de juego.
Evidencia de aprendizaje: Se comunica eficientemente usando su lenguaje corporal, verbal y sonoro para expresar sus ideas y emociones con seguridad y confianza. Asimismo, demuestra el cuidado personal, al mantener prácticas adecuadas de aseo y vestimenta, lo cual contribuye a su participación efectiva y armónica en las actividades físicas. Además, adopta posturas corporales correctas que favorecen su desempeño tanto en los juegos como en situaciones cotidianas. Finalmente, participa activamente en juegos cooperativos y de oposición, mostrando respeto hacia sus compañeros y colaborando para llegar a consensos sobre las reglas que regulan el juego.				

VII. MATERIALES BÁSICOS Y RECURSOS A UTILIZAR

- Orientaciones para la evaluación diagnóstica y planificación curricular
- Guía docente para la planificación curricular
- Centro de recursos pedagógicos para los docentes.
- Experiencias de aprendizaje de EF
- Herramientas y recursos digitales
- Experiencias de aprendizaje de EF
- Herramientas y recursos digitales

VII. REFLEXIÓN SOBRE EL APRENDIZAJE (PARA LA SIGUIENTE EXPERIENCIA)

- ¿Cómo utilizaste tu cuerpo para expresar lo que sentías durante las actividades?
- ¿Qué prácticas de cuidado personal te ayudaron a participar mejor en los juegos?
- ¿De qué manera colaborar con tus compañeros te ayudó a disfrutar más las actividades?
- ¿Qué aprendiste sobre la importancia de respetar y aceptar a los demás durante los juegos?
- ¿Cómo crees que mejorar tu postura y cuidado personal puede influir en tu desempeño físico y en tu vida diaria?
- ¿Qué estrategias te ayudaron a comunicarte mejor con tus compañeros durante los juegos?
- ¿Qué te gustaría mejorar para la próxima vez que realices actividades en grupo?
-

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Chaves, P. A. A., Buzgos, H. Y. C. & Guerrero, S. I. (2023). Volumen 3 Número 3 2023. Revista de Investigación Educativa y Deportiva, 26(3), 281-290.
- Heinsun, M. & Marzoto, S. (2019). Guía de planificación y evaluación Docente. En Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI) R.D.
- MINEDU. (2016). Programa Curricular de Primaria. <http://www.ojscholaria.gob.pe/wp-content/uploads/2016/12/6-9-2016-MINEDU-PARTE-1-15-12-2016-14-52-RM-R-649-2016-MINEDU-parte-1.pdf>
- Peralta, A. W. (2019). Coordinación motora en los niños de 6 a 12 años de edad. En Universidad Nacional de Tumbes. Universidad Nacional de Tumbes.
- Pérez, A. (2008). Esquema Corporal. Universidad de Murcia, 1(2), 11.
- Rodríguez, M. Z. J. (2020). La evaluación formativa, una práctica eficaz en el desempeño docente. Revista Científica, 3(16), 174-193. <https://doi.org/10.29384/RevistaCien.2612-2961.2021.3.16.9.174-193>
- Salas, J. (2022). Coordinación visomotriz en educación primaria.
- Tafur, P. P. & Arriola, S. B. R. (2019). Diferencias en el equilibrio estático-dinámico en preescolares de instituciones educativas del estado en una zona rural de Junín y urbana de Lima.



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

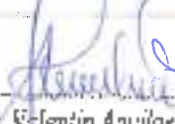
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL

(Práctica en el Nivel Primario)



Villalbas, S. C., Rivera, S. I. M., Ruelas, I. A., Cervantes, H. M. S., Lopez, A. S. J. & Hernandez, T. R. P. (2019). Métodos de evaluación del equilibrio estático y dinámico en niños de 8 a 12 años. *Revista 40*(91), 791-801. <https://doi.org/10.47197/9783-1-08-V03137-67809>

  Estudiante: <u>Estudiante</u> Escuela Profesional de Educación Física Preprofesional	 Mo. <u>Mo. Víctor M. Gutiérrez Díaz</u> Docente de Práctica UNA - PUNO	  Lcda. <u>Lcda. Rosa Rueda</u> Directora de la I. E.	 Lc. <u>Lc. Valentín Aguilar Puma</u> I. E. N° 70623 - "SANTA ROSA" Profesor de la I. E.

**UNIDAD DE APRENDISAJE N° 3***"Trabajamos en equipo explorando los movimientos gimnásticos"***I. DATOS INFORMATIVOS**

Institución Educativa Primaria	70623 Santa Rosa					Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado	1ro	Sección	"A" y "C"	Duración	Del 25 de mayo al 26 de junio.
Profesor titular	Valentin Aguilar Puma			Profesor de practica		Cesar Armando Gutierrez Diaz	
Profesor practicante	Frick Josue Cordero Luque						

II. PLANTEAMIENTO DE LA SITUACIÓN SIGNIFICATIVA

En la Institución Educativa Primaria 70623 Santa Rosa, durante las sesiones de Educación Física, los estudiantes del segundo grado comienzan a participar en una nueva unidad centrada en actividades gimnásticas básicas. En este grupo destaca Leonardo, un niño muy activo que muestra una marcada hiperactividad que le dificulta trabajar en equipo y seguir instrucciones durante actividades grupales.

Ante esta situación, el profesor Milton decide aprovechar esta oportunidad pedagógica para fortalecer en sus estudiantes el respeto, la tolerancia y la colaboración, a través de actividades que integran movimientos gimnásticos como rodadas, saltos y posturas corporales. Estas se organizan en parejas y pequeños grupos, promoviendo la expresión creativa, el reconocimiento de las diferencias individuales y la valoración de las habilidades de cada compañero.

A lo largo de las sesiones, los estudiantes no solo mejoran su coordinación y control corporal, sino que también aprenden a convivir, a escuchar y a participar activamente con respeto, entendiendo que cada uno tiene un ritmo diferente y que la educación física también es un espacio para crecer como personas. Leonardo, con el acompañamiento del docente y sus compañeros, logra canalizar su energía de manera positiva, integrándose mejor en el grupo y descubriendo nuevas formas de expresarse a través del movimiento.

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

Competencias	Capacidades	Desempeños
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	1.2. Se expresa corporalmente	1.2.1 Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro, que lo ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado.
Asume una vida saludable	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.
Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.



Gestiona el aprendizaje de manera autónoma	Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta.
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC.	Crea objetos virtuales en diversos formatos	Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo: El estudiante hace uso de un presentador visual.



Enfoques Transversales	Acciones y/o actitudes observables
Enfoque de derechos	VALORES: Conciencia de derechos, libertad, responsabilidad, diálogo y conciliación ACTITUDES: Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito público y privado. Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad. Disposición a conversar con otras personas, intercambiando ideas o afectos de modo alternativo para construir juntos una postura común.

IV. PRODUCTO DE EXPERIENCIA APRENDIZAJE

Producto:	Al finalizar la unidad, los estudiantes presentarán en grupos una secuencia de movimientos gimnásticos básicos titulada "Mi cuerpo se expresa con respeto y movimiento", donde demostrarán coordinación, control corporal y trabajo cooperativo a través de posturas, rodadas y desplazamientos, acompañados de gestos, sonidos y expresiones que comuniquen emociones positivas como el compañerismo y la empatía.
Estándar:	Se desenvuelve de manera segura y respetuosa en actividades lúdicas y gimnásticas básicas en pareja o grupo, utilizando su lenguaje corporal, verbal y sonoro para expresar emociones y comunicarse con los demás. Participa activamente en juegos cooperativos, demuestra actitudes de cuidado personal y convivencia, y organiza estrategias sencillas para alcanzar metas comunes, integrando recursos visuales o digitales que respalden sus ideas."

V. MATRIZ DE EVALUACIÓN

Competencia	Criterios de evaluación	Actividades de aprendizaje sugerido	Evidencia de aprendizaje	Instrumentos
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Se expresa corporalmente Asume una vida saludable Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida Interactúa a través de sus habilidades socio motrices Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	- Utiliza su lenguaje corporal (gestos, posturas, miradas, sonidos) para comunicar emociones y mensajes durante actividades gimnásticas básicas, demostrando seguridad y confianza en sí mismo - Participa activamente en juegos y secuencias motrices en pareja o grupo, respetando el espacio personal de los demás y promoviendo la convivencia y la empatía. - Adopta posturas corporales adecuadas durante las actividades físicas, cuidando su cuerpo y el de sus compañeros para evitar accidentes y facilitar la participación. - Acepta a sus compañeros y oponentes como parte del juego, coopera, respeta, acepta y participa en la toma de decisiones del grupo. - Elabora en grupo un cartel o presentador visual sencillo que explique los aprendizajes logrados, utilizando dibujos, fotos o recursos digitales con orientación del docente	Los estudiantes expresan emociones mediante gestos, posturas y sonidos, a través de juegos de mímica y dinámicas frente al espejo. Así, reconocen su lenguaje corporal y fortalecen su confianza para comunicarse. Participan en juegos cooperativos como "La oruga humana" y "Caminar con cuerda", donde practican el trabajo en equipo, respetan reglas y reflexionan sobre la importancia de convivir en armonía. Realizan secuencias gimnásticas básicas adoptando posturas seguras y cuidando su cuerpo. También representan acciones de higiene y autocuidado antes y después de la actividad física. En grupo, preparan una breve presentación con movimientos gimnásticos y gestos expresivos.	Participa en un circuito motriz, reconociéndose a sí mismo al demostrar el dominio de sus posibilidades motrices (saltar, lanzar, correr) y utilizando nociones espaciales para superar desafíos en colaboración con sus compañeros, expresando sus emociones a través de gestos y movimientos durante el juego	Registro audiovisual. Lista de cotejo.



VI. MATRIZ DE ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

Semana	Título de actividad	Cont. Cap.	Desempeño previsto	Criterios de evaluación
Semana 1:	"Con mi cuerpo digo lo que siento"	1.2.1 2.2.1	1.2.1 Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro, que le ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse, adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.	Expresa emociones y mensajes mediante gestos, posturas, contacto visual y sonrisas, mostrando seguridad y confianza en sus movimientos. Utiliza adecuadamente su lenguaje corporal y verbal para comunicarse y sentirse aceptado durante las actividades lúdicas. Adepta posturas corporales correctas que favorecen su participación activa y segura en juegos y ejercicios. Aplica prácticas básicas de cuidado personal (aseo y vestimenta adecuada) antes y durante las actividades físicas, asegurando un desempeño óptimo.
Evidencia de aprendizaje: Resuelve situaciones motrices utilizando su lenguaje corporal (gestos, contacto visual, actitud y apariencia), así como su comunicación verbal y sonora, para expresar emociones y mensajes con seguridad y confianza. Además, adopta posturas corporales adecuadas durante las actividades lúdicas y en su vida diaria, que le permiten participar activamente sin afectar su desempeño. También incorpora prácticas básicas de cuidado personal, como el aseo y la vestimenta adecuada, que contribuyen a su bienestar y rendimiento durante el juego y la actividad física.				
Semana 2:	"Jugamos juntos, ganamos todos"	2.2.1 3.1.1	2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse, adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	- Adapta posturas corporales adecuadas que favorecen su participación activa y segura en actividades lúdicas. - Incorpora prácticas de cuidado personal, como aseo y vestimenta correcta, durante el desarrollo de las actividades físicas. - Participa respetuosamente en juegos cooperativos y de oposición, mostrando disposición para trabajar en parejas y grupos pequeños. - Acepta al oponente como compañero de juego y colabora en la construcción de consensos sobre las reglas y formas de juego.
Evidencia de aprendizaje: El estudiante adopta posturas corporales adecuadas y prácticas de cuidado personal, como el aseo y la vestimenta correcta, que le permiten participar activamente y con seguridad en las actividades lúdicas. Además, participa respetuosamente en juegos cooperativos y de oposición en parejas y grupos pequeños, aceptando a sus compañeros y oponentes, y colaborando para establecer consensos sobre las reglas del juego.				
Semana 3	"Me muevo con cuidado y me cuido al moverme"	1.2.1 3.1.1	1.2.1 Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro, que le ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	Utiliza su lenguaje corporal (gestos, postura, contacto visual) para comunicarse con seguridad y confianza. Expresa emociones y mensajes a través de movimientos corporales en actividades físicas. Participa activamente en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos. Acepta y respeta a sus compañeros y oponentes, colaborando para llegar a acuerdos durante el juego.
Evidencia de aprendizaje: Utiliza su lenguaje corporal con gestos, posturas y contacto visual para comunicarse con seguridad y confianza durante las actividades físicas. Expresa emociones mediante movimientos corporales y participa activamente en juegos				



cooperativos y de oposición, respetando a sus compañeros y colaborando para establecer acuerdos que favorezcan la convivencia y el juego armónico.			
Semana 4:	"Lo que aprendí... ¿también lo puedo mostrar?"	1.2.1 2.2.1 3.1.1	1.2.1 Resuelve situaciones distintas al utilizar su lenguaje corporal, gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc., verbal y sonoro, que lo ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permitan la participación en el juego sin afectar su desempeño. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.
Utiliza su lenguaje corporal, verbal y sonoro para expresar ideas y emociones con seguridad y confianza. Aplica prácticas de cuidado personal, como aseo y vestimenta adecuada, que facilitan su participación efectiva en las actividades. Adopta posturas corporales correctas que favorecen su desempeño en actividades lúdicas y cotidianas. Participa activamente en juegos cooperativos y de oposición, respetando a sus compañeros y alcanzando acuerdos sobre las reglas de juego.			
Evidencia de aprendizaje: Se comunica eficazmente usando su lenguaje corporal, verbal y sonoro para expresar sus ideas y emociones con seguridad y confianza. Asimismo, demuestra el cuidado personal al mantener prácticas adecuadas de aseo y vestimenta, lo cual contribuye a su participación efectiva y cómoda en las actividades físicas. Además, adopta posturas corporales correctas que favorecen su desempeño tanto en los juegos como en situaciones cotidianas. Finalmente, participa activamente en juegos cooperativos y de oposición, mostrando respeto hacia sus compañeros y colaborando para llegar a consensos sobre las reglas que regulan el juego.			

VII. MATERIALES BÁSICOS Y RECURSOS A UTILIZAR

- Orientaciones para la evaluación diagnóstica y planificación curricular
- Guía docente para la planificación curricular
- Centro de recursos pedagógicos para los docentes.
- Experiencias de aprendizaje de EF
- Herramientas y recursos digitales
- Experiencias de aprendizaje de EF
- Herramientas y recursos digitales

VII. REFLEXIÓN SOBRE EL APRENDIZAJE (PARA LA SIGUIENTE EXPERIENCIA)

- ¿Cómo utilizaste tu cuerpo para expresar lo que sentías durante las actividades?
- ¿Qué prácticas de cuidado personal te ayudaron a participar mejor en los juegos?
- ¿De qué manera colaborar con tus compañeros te ayudó a disfrutar más las actividades?
- ¿Qué aprendiste sobre la importancia de respetar y aceptar a los demás durante los juegos?
- ¿Cómo crees que mejorar tu postura y cuidado personal puede influir en tu desempeño físico y en tu vida diaria?
- ¿Qué estrategias te ayudaron a comunicarte mejor con tus compañeros durante los juegos?
- ¿Qué te gustaría mejorar para la próxima vez que realices actividades en grupos?
-

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Chaves, P. A. A., Burgos, H. Y. C. & Guerrero, S. I. (2023). Volumen 2 Número 5 2023. Revista de Investigación Educativa y Deportiva. 2(c), 181-199.
- Hernández, M. & Maratos, S. (2019). Guía de planificación y evaluación Docente. En Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI) R.D.
- MINEDU. (2016). Programa Curricular de Primaria. <http://www.ojs.cinec.org.pe/wp-content/uploads/2016/12/19-23-16-MINEDU-PAR11e1-17-17-2016-0-14-34-RSE-N-689-2016-MINEDU-parce1.pdf>
- Peralta, A. W. (2019). Coordinación motora en los niños de 0 a 12 años de edad. En Universidad Nacional de Tumbes. Universidad Nacional de Tumbes.
- Pérez, A. (2008). Esquema Corporal. Universidad de Murcia. 4(2), 11.
- Rodríguez, M. Z. J. (2020). La evaluación formativa: una práctica eficaz en el desempeño docente. Revista Científica. 5(16), 179-193. <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2020.5.16.9.179-193>
- Salas, J. (2022). Coordinación Visomotriz en educación primaria.
- Taluz, E. P. & Aranda, S. B. R. (2019). Diferencias en el equilibrio estático-dinámico en preescolares de instituciones educativas del estrato en una zona rural de Lima y urbana de Lima.



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - Acreditada

PRÁCTICA PREPROFESIONAL

(Prácticas en el Nivel Primaria)



Villalbas, S. C., Rivera, S. J. M., Ramos, J. A., Cervantes, B. M. S., Lopez, A. S. J. & Hernandez, T. R. (2019). Métodos de evaluación del equilibrio estático y dinámico en niños de 8 a 13 años. *Relos*, 40(6), 793-801. <https://doi.org/10.4219/7821058.137.067809>



Enrique Sandoval
EST. DE PRÁCTICA PREPROFESIONAL
E.F.E. LNA

Estudiante de Práctica
Preprofesional

Miguel Ángel Sandoval Díaz
DOCENTE F. LPEF
LNA - PUNO

Docente de Práctica
LNA - PUNO



DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE PROMOCIÓN Y CALIDAD
D.E. LNA - PUNO

Sebastián Sandoval
DIRECCIÓN DE PRÁCTICAS PREPROFESIONALES

Director de la F. E.

Lic. Valentín Aguilar Puma
L.E.P. Nº 70671 "SANTA ROSA"

Profesor de la F. E.



UNIDAD DE APRENDISAJE N° 2

"Promovemos la importancia de la educación física"

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	70623 Santa Rosa					Área	Educación Física
Bimestre	I	Grado	6to	Sección	"C"	Duración	Del 21 de abril al 16 de mayo
Profesor titular	Valentin Aguilar Puma			Profesor de practica		Cesar Armando Gutierrez Diaz	
Profesor practicante	Erick Josue Condoni Luque						

II. PLANTEAMIENTO DE LA SITUACIÓN SIGNIFICATIVA

En la Institución Educativa, se ha iniciado la etapa interna de los Juegos Deportivos Escolares, y los estudiantes del ciclo V están emocionados por representar a su sección en el Campeonato Intersecciones por grado. Sin embargo, durante las practicas previas se han observado algunas dificultades; muchos estudiantes aún no se organizan adecuadamente al formar equipos, a veces no respetan las reglas ni las decisiones del grupo, y en algunos casos se generan discusiones por la falta de colaboración. También se evidencia que algunos estudiantes no han desarrollado con claridad ciertas habilidades técnicas básicas que les permitan desenvolverse mejor en deportes colectivos como el fútbol, el vóley o el minibásquetbol.

Ante esta situación, el área de Educación Física propone una experiencia de aprendizaje en la que los estudiantes fortalezcan sus habilidades deportivas colectivas a través de actividades dinámicas, juegos y mini torneos, donde además de practicar técnicas básicas, aprenderán a respetar a sus compañeros, organizarse en equipos y asumir una actitud de entusiasmo y respeto, en el marco de los valores promovidos por los Juegos Deportivos Escolares.

Frente a esto se plantea el siguiente reto para esta unidad:

¿Cómo podemos fortalecer nuestras habilidades deportivas colectivas, organizarnos mejor como equipo y participar con entusiasmo y respeto en los Juegos Deportivos Escolares de nuestra institución?

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

Competencias	Capacidades	Desempeños
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalmente	1.2.1 Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal.
Assume una vida saludable	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud	2.1.2 Explica la relación entre los cambios físicos propios de la edad y la repercusión en la higiene, en la práctica de actividad física y en actividades de la vida cotidiana; practica actividad física y explica la importancia que tiene en su vida cotidiana
Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	3.2.1 Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.



Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas.	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC.	Gestiona información del entorno virtual.	Programa secuencias lógicas cuando simula procesos o comportamientos de acuerdo a la construcción de un diseño elaborado para presentar soluciones; por ejemplo, para mostrar una historia interactiva



Enfoques Transversales	Acciones y/o actitudes observables
Enfoque de derecho	VALORES: Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y concertación
	ACTITUDES: - Participa activamente en los juegos deportivos respetando las reglas y turnos. - Asume roles dentro del equipo con responsabilidad y empatía. - Escucha a sus compañeros y propone acuerdos para una mejor convivencia en los juegos.

IV. PRODUCTO DE EXPERIENCIA APRENDIZAJE

Producto:	Los estudiantes participan activamente en el Campeonato de los Juegos Deportivos Escolares Intersecciones, demostrando respeto por las reglas, aceptación de sus compañeros y autocontrol en cada encuentro. Aplican habilidades motrices básicas y estrategias aprendidas en clase, valorando la actividad física como medio para fortalecer su salud, convivencia y trabajo en equipo.
Estándar:	- El estudiante reflexiona sobre la importancia de la educación física para su bienestar físico y mental, desarrollando habilidades socio-afectivas, control emocional y actitudes para una convivencia saludable. - Participa activamente en actividades deportivas y lúdicas, demostrando respeto por las normas, cooperación con sus compañeros y autocontrol, aplicando habilidades motrices y estrategias que contribuyen a su bienestar físico, emocional y social.

V. MATRIZ DE EVALUACIÓN

Competencia	Criterios de evaluación	Actividades de aprendizaje sugerido	Evidencia de aprendizaje	Instrumentos
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. Se expresa corporalmente. Asume una vida saludable. Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud. Interactúa a través de sus habilidades socio-motrices. Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida.	- Regula y coordina sus desplazamientos en actividades físicas, demostrando control al correr, frenar, cambiar de dirección y entregar o recibir objetos. - Aplica habilidades motrices específicas con seguridad y precisión en juegos predeportivos y deportivos colectivos. - Ejecuta gestos técnicos con coordinación y control, adaptando su cuerpo a las exigencias del juego. - Participa activamente en juegos respetando reglas, turnos y roles, mostrando respeto y colaboración con sus compañeros. - Propone y adapta estrategias de juego colectivo para lograr una participación organizada y equitativa. - Comprende la relación entre actividad física, salud y bienestar, aplicando hábitos de cuidado personal y postural.	Organizan equipos para jugar fútbol, practicando habilidades básicas, respetando reglas y turnos, y preparándose con responsabilidad para los Juegos Escolares. Ejecutan pases y saques en voleibol, mejorando el control del balón, fortaleciendo la comunicación entre compañeros y desarrollando coordinación en equipo. Practican relevos en posta, enfocándose en la velocidad, coordinación y la correcta entrega y recepción del test-monio, respetando turnos y fomentando el trabajo en equipo. Participan en encuentros deportivos escolares, demostrando habilidades en fútbol, voleibol y posta, priorizando el respeto a las reglas, la responsabilidad y la colaboración en equipo más allá del resultado.	Participa activamente en juegos deportivos como fútbol, voleibol y posta, aplicando habilidades específicas con control y coordinación; respeta las reglas, asume roles diversos y colabora con sus compañeros, demostrando responsabilidad y trabajo en equipo. Además, realiza ejercicios de activación y recuperación con entusiasmo, cuidando su bienestar físico.	Registro auxiliar. Lista de cotejo.



VI. MATRIZ DE ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

Semana	Título de actividad	Unim. Cap.	Desempeño precisado	Criterios de evaluación
Semana 1:	<i>Nos organizamos para jugar al fútbol con responsabilidad</i>	2.1.2 3.2.1	2.1.2 Explica la relación entre los cambios físicos propios de la edad y la repercusión en la higiene, en la práctica de actividad física y en actividades de la vida cotidiana. 3.2.1 Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.	Explica con claridad cómo los cambios físicos propios de su edad influyen en su higiene, en la práctica de actividad física y en sus actividades cotidianas. Participa activamente en actividades físicas, valorando su importancia para el bienestar personal y adaptando prácticas que favorecen su salud. Propone y adapta juegos o actividades deportivas considerando las capacidades de sus compañeros y manteniendo la lógica del juego.
Evidencia de aprendizaje: Participan activamente en la práctica deportiva, organizándose con responsabilidad y respetando las reglas. Explican cómo los cambios físicos de su edad afectan la actividad física, la higiene y su salud. Además, adaptan juegos y estrategias según las capacidades del grupo, manteniendo la lógica del juego.				
Semana 2:	<i>Mejoramos nuestros pases y saques para jugar al voleibol</i>	1.2.1 3.2.1	1.2.1 Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal. 3.2.1 Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.	Expresa su identidad corporal al asumir diferentes roles durante la actividad física, utilizando gestos y movimientos con intención. Adapta su lenguaje corporal según el rol asumido, demostrando creatividad y conciencia de su cuerpo. Modifica juegos y actividades considerando las necesidades del grupo y conservando la lógica del juego.
Evidencia de aprendizaje: Mejoran sus pases y saques en voleibol, expresando su identidad corporal al asumir diferentes roles durante el juego. Utilizan gestos y movimientos con intención, adaptando su lenguaje corporal de acuerdo con el rol asignado. Además, modifican juegos y actividades para ajustarlos a las necesidades del grupo, manteniendo la lógica del deporte.				
Semana 3:	<i>Nos preparamos con emoción para correr la posta en equipo</i>	3.2.1 2.1.2	3.2.1 Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo. 2.1.2 Explica la relación entre los cambios físicos propios de la edad y la repercusión en la higiene, en la práctica de actividad física y en actividades de la vida cotidiana, aplicando la importancia que tiene en su vida cotidiana.	Demuestra entusiasmo y preparación adecuada para participar en la actividad de posta, respetando los turnos y colaborando con el equipo. Modifica juegos y actividades adaptándolos a las necesidades del grupo, manteniendo la lógica del juego deportivo asegurando la participación equitativa de todos. Explica cómo los cambios físicos propios de su edad afectan la higiene, la actividad física y la vida cotidiana, y aplica prácticas de cuidado personal relacionándolas con la actividad física.
Evidencia de aprendizaje: Los estudiantes se preparan con entusiasmo y responsabilidad para participar en la actividad de posta, respetando los turnos y colaborando con su equipo. Modifican juegos y actividades según las necesidades del grupo, manteniendo la lógica deportiva y asegurando la participación equitativa de todos. Además, explican cómo los cambios físicos propios de su edad impactan en la higiene, la actividad física y la vida cotidiana, aplicando prácticas de cuidado personal que favorecen su bienestar.				



Semana 4:	<i>Participamos con entusiasmo y respeto en los Juegos Escolares.</i>	2.2.2 3.2.1	2.1.2 explica la relación entre los cambios físicos propios de la edad y la repercusión en la higiene, en la práctica de actividad física y en actividades de la vida cotidiana; practica actividad física y explica la importancia que tiene en su vida cotidiana. 3.2.1 Modifica juegos y actividades para que se adecuen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.	Participa con entusiasmo y respeto en los Juegos Escolares, demostrando compromiso, trabajo en equipo y siguiendo las normas establecidas. Explica la relación entre los cambios físicos propios de la edad y su impacto en la higiene, la actividad física y las actividades diarias, promoviendo hábitos saludables y comprendiendo su importancia. Modifica juegos y actividades deportivas para ajustarlos a las necesidades y capacidades del grupo, asegurando la lógica y el flujo adecuado del juego.
Evidencia de aprendizaje: Los estudiantes participan con entusiasmo en los Juegos Escolares, respetando las normas y mostrando trabajo en equipo. Explican cómo los cambios físicos impactan en su higiene y actividad física, aplicando hábitos saludables. Modifican juegos para ajustarlos a las necesidades del grupo.				

VII. MATERIALES BÁSICOS Y RECURSOS A UTILIZAR

- Orientaciones para la evaluación diagnóstica y planificación curricular
- Guía docente para la planificación curricular
- Centro de recursos pedagógicos para los docentes.
- Experiencias de aprendizaje de EF
- Herramientas y recursos digitales
- Experiencias de aprendizaje de EF
- Herramientas y recursos digitales

VII. REFLEXIÓN SOBRE EL APRENDIZAJE (PARA LA SIGUIENTE EXPERIENCIA)

- ¿Cuáles fueron los hitos más destacados en el aprendizaje de mis estudiantes y qué impacto tuvieron en su desarrollo?
- ¿Hubo alguna habilidad o conocimiento que mis estudiantes demostraron de manera inesperada? ¿Cómo podría incorporarlos en futuras lecciones?
- ¿Qué actividad permitió que mis estudiantes se sintieran más en sintonía con su entorno, y cómo podría potenciar esa experiencia?
- ¿Qué métodos y materiales resultaron ser especialmente útiles en su aprendizaje y cómo podría adaptarlos en el futuro?
- ¿Qué aprendizajes desearía que mis estudiantes aplicaran en su vida diaria y en su comunidad rural?

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Chaves, P. A., A., Burgos, H. Y. C. & Guerrero, S. I. (2023). Volumen 2 Número 3 2023. Revista de Investigación Educativa y Deportiva. 2(c). 281-299.
- Heinsen, M. & Macías, S. (2013). Guía de planificación y evaluación docente. En Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI) R.D
- MINEDU. (2016). Programa Curricular de Primaria. http://www.minedu.gob.pe/wp-content/uploads/2016/06/2649-3116-MINEDU-PARTE-1-1-1-2016-01_14_54-RM-Nº-619-2016-MINEDU-parce-1.pdf
- Peraña, A. W. (2019). Coordinación motora en los niños de 0 a 12 años de edad. En Universidad Nacional de Tumbes. Universidad Nacional de Tumbes.
- Pérez, A. (2018). Esquema Corporal. Universidad de Murcia. 4(2), 11.
- Rodríguez, M. Z. J. (2020). La evaluación formativa, una práctica eficaz en el desempeño docente. Revista Científica. 5(16), 179-193. <https://doi.org/10.26394/Scientificissn.2542-2987.2020.5.16.9.179-193>
- Salas, J. (2022). Coordinación visomotriz en educación primaria.
- Tafur, E. P. & Arriola, S. B. R. (2019). Diferencias en el equilibrio estático-dinámico en preescolares de instituciones educativas del estado en una zona rural de Tamaulipas de México.
- Villalba, S. C., Rivera, S. I. M., Ramos, J. A., Cervantes, B. M. S., López, A. S. J. & Hernández, T. R. P. (2019). Métodos de evaluación del equilibrio estático y dinámico en niños de 8 a 12 años. Retos. 40(9), 793-801. <https://doi.org/10.47197/RETOS.V3.I9.157809>

 Erick José Cordero Luque EST. DE PRÁCTICA PROFESIONAL Estudiante de Práctica Preprofesional	 César A. Gutiérrez Díaz Docente de Práctica UNA - PUNO	 Víctor J. Sánchez Director de Práctica	 Lic. Valentin Aguilar Puma I.E.P. Nº 20623 - "SANTA ROSA" Profesor de la I. E.



UNIDAD DE APRENDISAJE N° 2

"Nos orientamos en el tiempo y espacio valorando a nuestros padres"

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa Primaria	70623 Santa Rosa					Área	Educación Física
Bimestre	I	Grado	2do	Sección	"A"	Duración	Del 21 de abril al 16 de mayo
Profesor titular	Valentin Aguilar Puma			Profesor de practica		Cesar Armando Gutierrez Diaz	
Profesor practicante	Dieck Jhuan Cordón Luque						

II. PLANTEAMIENTO DE LA SITUACIÓN SIGNIFICATIVA

En la actualidad, se observa con preocupación que muchos niños y niñas llevan una vida sedentaria, influenciada por el uso excesivo de aparatos electrónicos. Esta situación afecta su salud física y emocional, limitando su desarrollo integral. En la I.E. N° 70623 Santa Rosa, una encuesta evidenció que solo el 10% de los estudiantes realiza actividad física de forma habitual, mientras que el 80% lo hace únicamente durante las clases de Educación Física, y el 90% prefiere usar dispositivos tecnológicos en lugar de jugar o hacer ejercicio. Ante este panorama, se hace necesario fomentar hábitos saludables desde la escuela.

Durante el mes de mayo, con motivo del Día de la Madre, la institución buscó resaltar la importancia de las familias y promover en los estudiantes acciones que reflejen cariño y gratitud hacia sus madres. En el aula de segundo grado, los estudiantes expresan cómo se sienten protegidos en casa y reconocen el esfuerzo de sus madres. El docente Milton aprovecha esta fecha para motivarlos a rendir homenaje a sus madres mediante la práctica de actividad física, como símbolo de salud, alegría y respeto, inspirándose además en el ejemplo de la Virgen María como figura materna.

Sin embargo, se ha identificado que varios estudiantes de este grado presentan dificultades motrices: algunos pierden el equilibrio al saltar, otros no identifican direcciones como "arriba" u "abajo", y muchos muestran inseguridad al moverse. Estas limitaciones afectan su participación en juegos y actividades escolares, así como su preparación para los campeonatos internos.

Frente a ello, desde el área de Educación Física se propone una experiencia de aprendizaje basada en el juego y la exploración corporal. A través de dinámicas grupales, los estudiantes desarrollarán habilidades como la coordinación, la orientación espacial y el control de su cuerpo. Esta experiencia busca no solo fortalecer su desarrollo físico, sino también prepararlos para participar activamente en los campeonatos internos de la institución, fomentando una vida saludable y permitiéndoles expresar, desde el movimiento, su aprecio hacia sus madres en esta fecha especial.

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

Competencias	Capacidades	Desempeños
Se demuestra de manera autónoma a través de su motricidad	Comprende su cuerpo	1.1.2 Se orienta en el espacio y tiempo con relación a sí mismo y a otros puntos de referencia; reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas.
Assume una vida saludable	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño



Interactúa a través de sus habilidades socio-motrices	Se relaciona utilizando sus habilidades socio-motrices	3.1.2 Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas y evita juegos bruscos, amenazas o apodos; acepta la participación de todos sus compañeros.
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta.
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC.	Crea objetos virtuales en diversos formatos	Participa en actividades comunicativas con entornos virtuales compartidos, mediante el uso de diversas herramientas y medios digitales; por ejemplo, en la participación en videoconferencias



Enfoques Transversales	Acciones y/o actitudes observables
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Respeto por las diferencias, equidad en la enseñanza y confianza en la persona. ACTITUDES: Los estudiantes practican la empatía al apoyar a sus compañeros durante los juegos y actividades, mostrando comprensión y solidaridad ante sus dificultades. Además, asumen con responsabilidad el cumplimiento de las reglas propuestas y el cuidado de su bienestar, promoviendo hábitos saludables en su vida diaria. A su vez, animan a sus compañeros a superar desafíos en las actividades físicas, brindando palabras de aliento y reconociendo el esfuerzo de los demás, lo que fortalece el trabajo en equipo y la sana convivencia.

IV. PRODUCTO DE EXPERIENCIA APRENDIZAJE

Producto:	Desarrollan conciencia corporal y habilidades motrices al participar y crear circuitos físicos, usando su cuerpo de forma intencionada (ej. "uso mis brazos para lanzar") e integrando orientaciones espaciales como arriba-abajo o dentro-fuera. Así, fortalecen coordinación, creatividad y autonomía en el movimiento.
Estándar:	- Llevar a cabo desplazamientos, equilibrios y lanzamientos coordinados durante circuitos motrices de exploración corporal, demostrando autocontrol y seguridad en cada estación. - Proponer variaciones de carreras de relevos y juegos de puntería, participando con intensidad progresiva y ajustando sus estrategias, reconociendo las habilidades y ritmos individuales de sus compañeros.

V. MATRIZ DE EVALUACIÓN

Competencia	Criterios de evaluación	Actividades de aprendizaje sugerido	Evidencia de aprendizaje	Instrumentos
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Comprende su cuerpo Asume una vida saludable Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida Interactúa a través de sus habilidades socio motrices Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	- Se desplaza en diferentes direcciones (adelante, atrás, a los lados) con seguridad y control en juegos lúdicos. - Se orienta en el espacio y tiempo, manteniendo el equilibrio con diferentes bases de sustentación. - Adapta sus movimientos y mantiene posturas estables al explorar nuevas acciones motrices. - Identifica y utiliza su lado derecho e izquierdo en desplazamientos y giros en el espacio. - Coordina sus movimientos, adaptando control y precisión al realizar las actividades. - Coordina su equilibrio y precisión al superar desafíos motrices, ajustando su esfuerzo según sus capacidades. - Desarrolla hábitos de exploración y movimiento que favorecen su bienestar físico. - Coordina sus acciones con las de otros para superar retos motrices colaborativos. - Ajusta sus desplazamientos y giros valorando sus propios ritmos y los de sus compañeros.	1. Reconocen y nombran las partes principales de su cuerpo, utilizándolas conscientemente en movimientos básicos (por ejemplo, "uso mis brazos para lanzar" o "uso mis piernas para saltar"). 2. Experimentan diferentes posibilidades de movimiento, desarrollando habilidades como saltar, girar y lanzar, mientras exploran su lateralidad y coordinación derecha-izquierda. 3. Organizan y participan en un circuito motriz grupal, aplicando sus habilidades motrices y nociones espaciales en un contexto lúdico, colaborando con sus compañeros y respetando reglas consensuadas.	Participa en un circuito motriz, reconociéndose a sí mismo al demostrar el dominio de sus posibilidades motrices (saltar, lanzar, correr) y utilizando nociones espaciales para superar desafíos en colaboración con sus compañeros, expresando sus emociones a través de gestos y movimientos durante el juego.	Registro anecdótico Lista de cotejo



VI. MATRIZ DE ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

Semana	Título de actividad	Com. Cap.	Desempeño precisado	Criterios de evaluación
Semana 1:	"Reconocemos las partes de nuestro cuerpo"	11.2	1.1.2 Se orienta en el espacio y tiempo con relación a sí mismo y a otros puntos de referencia; reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas.	- Se desplaza en diferentes direcciones (adelante, atrás, a los lados) con seguridad y control en juegos lúdicos. - Se orienta en el espacio y tiempo manteniendo el equilibrio con diferentes bases de sustentación - Adapta sus movimientos y mantiene posturas estables al explorar nuevas acciones lúdicas.
Evidencia de aprendizaje: Participa en juegos motores y desplazamientos dirigidos, reconociéndose a sí mismo al demostrar control y seguridad al moverse en diferentes direcciones (adelante, atrás, a los lados), manteniendo el equilibrio con diversas bases de sustentación y adaptando sus movimientos al explorar nuevas posturas, expresando confianza y disfrute mediante gestos y actitudes durante la actividad.				
Semana 2:	"Descubrimos cómo se mueve nuestro cuerpo y lo que podemos hacer con él"	1.1.2 2.2.1	1.1.2 Se orienta en el espacio y tiempo con relación a sí mismo y a otros puntos de referencia; reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al moverse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.	- Se orienta en el espacio y tiempo al desplazarse en diferentes direcciones con seguridad y control durante actividades lúdicas. - Mantiene el equilibrio corporal usando diversas bases de sustentación al realizar movimientos y posturas en el juego. - Adopta posturas adecuadas y prácticas de cuidado personal (como el aseo y el uso correcto de la vestimenta) que favorecen su participación activa y segura en las actividades físicas.
Evidencia de aprendizaje: Participa en juegos lúdicos desplazándose con control en distintas direcciones manteniendo el equilibrio y adoptando posturas adecuadas, demostrando cuidado personal que favorece su participación segura y activa.				
Semana 3	"Aprendemos a movernos en el espacio con diferentes direcciones"	1.2.2 2.1.1	1.2.2 Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos. 2.1.1 Explica la importancia de la activación personal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica, e identifica los signos y síntomas relacionados con el ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración, que aparecen en el organismo al practicar actividades lúdicas.	- Expresa ideas y emociones mediante movimientos corporales en actividades lúdicas con música y ritmo, utilizando diferentes elementos creativos y fluidos. - Reconoce y explica la importancia del calentamiento físico y mental antes de realizar juegos, identificando cómo influyen en su desempeño corporal y emocional. - Observa y describe cambios en su cuerpo durante la actividad física (como sudoración, respiración y ritmo cardíaco), relacionándolos con el esfuerzo realizado.
Evidencia de aprendizaje: Participa en una secuencia de juegos rítmicos expresando ideas y emociones con movimientos corporales variados, utilizando materiales como cintas o pañuelos antes de iniciar, realiza ejercicios de calentamiento y explica su importancia, identificando los cambios físicos que experimenta durante la actividad.				



Semana 4:	"Nos movemos y enfrentamos desafíos con desplazamientos variados"	2.1.1 2.1.2	2.1.1 Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (alegría, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica. e identifica los signos y síntomas relacionados con el ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración que aparecen en el organismo al practicar actividades lúdicas. 3.1.2 Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas y evita juegos bruscos, amenazas o golpes; acepta la participación de todos sus compañeros.	Reconoce y explica la importancia del calentamiento físico y mental antes de participar en juegos lúdicos. Identifica signos físicos como sudoración, respiración agitada y ritmo cardíaco acelerado durante la actividad física. Participa en juegos lúdicos mostrando respeto por sus compañeros, evitando juegos bruscos y aceptando la diversidad del grupo

Evidencia de aprendizaje: Participa activamente en juegos lúdicos, realizando previamente ejercicios de calentamiento físico e mental. Identificando los cambios que experimenta su cuerpo durante la actividad (como sudoración, respiración agitada y ritmo cardíaco acelerado) y mostrando respeto y cuidado hacia sus compañeros.

VII. MATERIALES BÁSICOS Y RECURSOS A UTILIZAR

- Orientaciones para la evaluación diagnóstica y planificación curricular
- Guía docente para la planificación curricular
- Centro de recursos pedagógicos para los docentes.
- Experiencias de aprendizaje de EE
- Herramientas y recursos digitales
- Experiencias de aprendizaje de EF
- Herramientas y recursos digitales

VII. REFLEXIÓN SOBRE EL APRENDIZAJE (PARA LA SIGUIENTE EXPERIENCIA)

- ¿Cuáles fueron los hitos más destacados en el aprendizaje de mis estudiantes y qué impacto tuvieron en su desarrollo?
- ¿Hubo alguna habilidad o conocimiento que mis estudiantes demostraron de manera inesperada? ¿Cómo podría incorporarlos en futuras lecciones?
- ¿Qué actividad permitió que mis estudiantes se sintieran más en sintonía con su entorno, y cómo podría potenciar esa experiencia?
- ¿Qué métodos y materiales resultarían ser especialmente útiles en su aprendizaje y cómo podría adaptar los en el futuro?
- ¿Que aprendizajes desearía que mis estudiantes aplicaran en su vida diaria y en su comunidad rural?

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Claves, P. A. A., Burgos, H. Y. C. & Guerrero, S. L. (2023). Volumen 2 Número 5 2023. Revista de Investigación Educativa y Deportiva. 2(c) 281-299.
- Hernández, M. & Mesa, S. (2019). Guía de planificación y evaluación Docente. La Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI) R.D.
- MINEDU. (2016). Programa Curricular de Primaria. https://www.gob.pe/gobierno/secretaria-educacion/2016/22849-2016-MINEDU-PCP-1-1-12-12-2016-01_14_54-RM-000049-2016-MINEDU-pag=1.pdf
- Peralta, A. W. (2019). Coordinación motora en los niños de 6 a 12 años de edad. En Universidad Nacional de Tumbes. Universidad Nacional de Tumbes.
- Pérez, A. (2008). Esquema Corporal. Universidad de Murcia. 4(2). 11.
- Rodríguez, M. Z. J. (2020). La evaluación formativa: una práctica eficaz en el desempeño docente. Revista Científica. 5(16) 179-. 91 <https://doi.org/10.20394/Scientific.issn.2542-2987.2020.5.16.179-191>
- Salas, J. (2022). Coordinación visomotriz en educación primaria.
- Tafar, T. P. & Arriola, S. B. R. (2019). Diferencias en el equilibrio estático-dinámico en preescolares de instituciones educativas de estado en una zona rural de Andes y urbana de Lima.
- Villalbas, S. C., Rivera, S. J. M., Ramos, J. A., Cervantes, B. M. S., López, A. S. J. & Hernandez, T. R. P. (2019). Métodos de evaluación del equilibrio estático y dinámico en niños de 8 a 12 años. Revs. 40(9) 791-801. <https://doi.org/10.47197/REPOS.V3I3I3.6786>

 Erick Jara Concha Luque EST. DE PRÁCTICA PROFESIONAL ESTUDIANTE DE PRÁCTICA Preprofesional	 Mg. Erick A. Gutiérrez Díaz COCENILE 1277 Docente de Práctica UNA - PUNO	  Director de E.F.E.	 Lic. Valentin Aguilar Puma I.E.P. N° 70623 - "SANTA ROSA" Profesor de la I. E.

**UNIDAD DE APRENDISAJE N° 2**

"Nos orientamos en el tiempo y espacio valorando a nuestros padres"

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa Primaria	70623 Santa Rosa					Área	Educación Física
Bimestre	I	Grado	1º	Sección	"A" y "C"	Duración	Del 21 de abril al 14 de mayo
Profesor titular	Valentin Aguilar Puma.		Profesor de practica			Cesar Anuando Gutierrez Diaz	
Profesor practicante	Erick Jesus Condoci Luque						

II. PLANTEAMIENTO DE LA SITUACIÓN SIGNIFICATIVA

En la actualidad, se observa con preocupación que muchos niños y niñas llevan una vida sedentaria, influenciada por el uso excesivo de aparatos electrónicos. Esta situación afecta su salud física y emocional, limitando su desarrollo integral. En la I.E. N° 70623 Santa Rosa, una encuesta evidenció que solo el 10% de los estudiantes realiza actividad física de forma habitual, mientras que el 86% lo hace únicamente durante las clases de Educación Física, y el 90% prefiere usar dispositivos tecnológicos en lugar de jugar o hacer ejercicio. Ante este panorama, se hace necesario fomentar hábitos saludables desde la escuela.

Durante el mes de mayo, con motivo del Día de la Madre, la institución busca resaltar la importancia de las familias y promover en los estudiantes acciones que reflejen cariño y gratitud hacia sus madres. En el aula de segundo grado, los estudiantes expresan cómo se sienten protegidos en casa y reconocen el esfuerzo de sus madres. El docente Milton aprovecha esta fecha para motivarlos a rendir homenaje a sus madres mediante la práctica de actividad física, como símbolo de salud, alegría y respeto, inspirándose además en el ejemplo de la Virgen María como figura materna.

Sin embargo, se ha identificado que varios estudiantes de este grado presentan dificultades motrices: algunos pierden el equilibrio al saltar, otros no identifican direcciones como "arriba" o "abajo", y muchos muestran inseguridad al moverse. Estas limitaciones afectan su participación en juegos y actividades escolares, así como su preparación para los campeonatos internos.

Frente a ello, desde el área de Educación Física se propone una experiencia de aprendizaje basada en el juego y la exploración corporal. A través de dinámicas grupales, los estudiantes desarrollarán habilidades como la coordinación, la orientación espacial y el control de su cuerpo. Esta experiencia busca no solo fortalecer su desarrollo físico, sino también prepararlos para participar activamente en los campeonatos internos de la institución, fomentando una vida saludable y permitiéndoles expresar, desde el movimiento, su aprecio hacia sus madres en esta fecha especial.

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE

Competencias	Capacidades	Desempeños
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Comprende su cuerpo	1.1.2 Se orienta en el espacio y tiempo con relación a sí mismo y a otros puntos de referencia; reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas.
Asume una vida saludable	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse, adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.



Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	3.1.2 Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas y evita juegos bruscos, amenazas o apodosos; acepta la participación de todos sus compañeros.
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta.
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC.	Crea objetos virtuales en diversos formatos	Participa en actividades comunicativas con entornos virtuales compartidos, mediante el uso de diversas herramientas y medios digitales; por ejemplo, en la participación en videoconferencias.



Enfoques Transversales	Acciones y/o actitudes observables
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Respeto por las diferencias, equidad en la enseñanza y confianza en la persona. ACTITUDES: Los estudiantes practican la empatía al apoyar a sus compañeros durante los juegos y actividades, mostrando comprensión y solidaridad ante sus dificultades. Además, asumen con responsabilidad el cumplimiento de las reglas propuestas y el cuidado de su bienestar, promoviendo hábitos saludables en su vida diaria. A su vez, animan a sus compañeros a superar desafíos en las actividades físicas, brindando palabras de aliento y reconociendo el esfuerzo de los demás, lo que fortalece el trabajo en equipo y la sana convivencia.

IV. PRODUCTO DE EXPERIENCIA APRENDIZAJE

Producto:	Desarrollan conciencia corporal y habilidades motrices al participar y crear circuitos físicos, usando su cuerpo de forma intencionada (ej. "uso mis brazos para lanzar") e integrando orientaciones espaciales como arriba-abajo o dentro-fuera. Así, fortalecen coordinación, creatividad y autonomía en el movimiento.
Estándar:	- Llevar a cabo desplazamientos, equilibrios y lanzamientos coordinados durante circuitos motrices de exploración corporal, demostrando autocontrol y seguridad en cada estación. - Proponer variaciones de carreras de relevos y juegos de puntería, participando con intensidad progresiva y ajustando sus estrategias, reconociendo las habilidades y ritmos individuales de sus compañeros.

V. MATRIZ DE EVALUACIÓN

Competencia	Criterios de evaluación	Actividades de aprendizaje sugerido	Evidencia de aprendizaje	Instrumentos
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Comprende su cuerpo Asume una vida saludable Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida Interacción a través de sus habilidades socio-motrices Se relaciona utilizando sus habilidades socio-motrices	- Se desplaza en diferentes direcciones (adelante, atrás, a los lados) con seguridad y control en juegos lúdicos. - Se orienta en el espacio y tiempo, manteniendo el equilibrio con diferentes bases de sustentación. - Adapta sus movimientos y mantiene posturas estables al explorar nuevas acciones motrices. - Identifica y utiliza su lado derecho e izquierdo en desplazamientos y giros en el espacio. - Coordina sus movimientos, adaptando control y precisión al realizar las actividades. - Coordina su equilibrio y precisión al superar desafíos motrices, ajustando su esfuerzo según sus capacidades. - Desarrolla hábitos de exploración y movimiento que favorecen su bienestar físico. - Coordina sus acciones con las de otros para superar retos motrices colaborativos. - Ajusta sus desplazamientos y giros valorando sus propios ritmos y los de sus compañeros.	- Reconocen y nombran las partes principales de su cuerpo, utilizándolas conscientemente en movimientos básicos (por ejemplo, "uso mis brazos para lanzar" o "uso mis piernas para saltar"). - Experimentan diferentes posibilidades de movimiento, desarrollando habilidades como saltar, girar y lanzar, mientras exploran su lateralidad y coordinación derecha-izquierda. - Organizan y participan en un circuito motriz grupal, aplicando sus habilidades motrices y nociones espaciales en un contexto lúdico, colaborando con sus compañeros y respetando reglas consensuadas.	Participa en un circuito motriz, reconociéndose a sí mismo al demostrar el dominio de sus posibilidades motrices (saltar, lanzar, correr) y utilizando nociones espaciales para superar desafíos en colaboración con sus compañeros, expresando sus emociones a través de gestos y movimientos durante el juego.	Registro auxiliar. Lista de cotejo.



VI. MATRIZ DE ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

Semana	Título de actividad	Com. Cap.	Desempeño precisado	Criterios de evaluación
Semana 1:	"Reconocemos las partes de nuestro cuerpo"	11.2	1.1.2 Se orienta en el espacio y tiempo con relación a sí mismo y a otros puntos de referencia; reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas.	Se desplaza en diferentes direcciones (adelante, atrás, a los lados) con seguridad y control en juegos lúdicos. Se orienta en el espacio y tiempo, manteniendo el equilibrio con diferentes bases de sustentación. - Adapta sus movimientos y mantiene posturas estables al explorar nuevas acciones motoras.
Evidencia de aprendizaje: Participa en juegos motores y desplazamientos dirigidos, recordándose a sí mismo al demostrar control y seguridad al moverse en diferentes direcciones (adelante, atrás, a los lados), manteniendo el equilibrio con diversas bases de sustentación y adaptando sus movimientos al explorar nuevas posturas; expresando confianza y disfrute mediante gestos y actitudes durante la actividad.				
Semana 2:	"Descubrimos cómo se mueve nuestro cuerpo y lo que podemos hacer con él"	1.1.2 2.2.1	2.1.2 Se orienta en el espacio y tiempo con relación a sí mismo y a otros puntos de referencia; reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al lavarse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permitan la participación en el juego sin afectar su desempeño.	-Se orienta en el espacio y tiempo al desplazarse en diferentes direcciones con seguridad y control durante actividades lúdicas. -Mantiene el equilibrio corporal usando diversas bases de sustentación al realiza movimientos y posturas en el juego -Adopta posturas adecuadas y prácticas de cuidado personal (como el aseo y el uso correcto de la vestimenta) que favorecen su participación activa y segura en las actividades físicas.
Evidencia de aprendizaje: Participa en juegos lúdicos desplazándose con control en distintas direcciones, manteniendo el equilibrio y adoptando posturas adecuadas, demostrando cuidado personal que favorece su participación segura y activa.				
Semana 3	"Aprendemos a movernos en el espacio con diferentes direcciones"	1.2.2 2.1.1	1.2.2 Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos. 2.1.1 Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica, e identifica los signos y síntomas relacionados con el ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración, que aparecen en el organismo al practicar actividades lúdicas.	Expresa ideas y emociones mediante movimientos corporales en actividades lúdicas con música y ritmo, utilizando diferentes elementos con creatividad y fluidez. Reconoce y explica la importancia del calentamiento físico y mental antes de realizar juegos, identificando cómo influyen en su desempeño corporal y emocional. Observa y describe cambios en su cuerpo durante la actividad física (como sudoración, respiración y ritmo cardíaco), relacionándolos con el esfuerzo realizado.
Evidencia de aprendizaje: Participa en una secuencia de juegos rítmicos expresando ideas y emociones con movimientos corporales variados, utilizando materiales como cintas o pañuelos; antes de iniciar, realiza ejercicios de calentamiento y explica su importancia, identificando los cambios físicos que experimenta durante la actividad.				



Semana 4:	"Nos movemos y enfrentamos desafíos con desplazamientos variados"	2.1.1 2.1.2	2.1.1 Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica, e identifica los signos y síntomas relacionales con el ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración, que aparecen en el organismo al practicar actividades lúdicas. 2.1.2 Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas y evita juegos bruscos, amenazas o acodos; acepta la participación de todos sus compañeros.	Reconoce y explica la importancia del calentamiento físico y mental antes de participar en juegos lúdicos. Identifica algunos signos como sudoración, respiración agitada y ritmo cardíaco acelerado durante la actividad física. Participa en juegos lúdicos mostrando respeto por sus compañeros, evita juegos bruscos y aceptando la diversidad del grupo.
Evidencia de aprendizaje: Participa activamente en juegos lúdicos, realizando previamente ejercicios de calentamiento físico y mental, identificando los cambios que experimenta su cuerpo durante la actividad (como sudoración, respiración agitada y ritmo cardíaco acelerado) y mostrando respeto y cuidado hacia sus compañeros.				

VII. MATERIALES BÁSICOS Y RECURSOS A UTILIZAR

- Orientaciones para la evaluación diagnóstica y planificación curricular
- Guía docente para la planificación curricular
- Centro de recursos pedagógicos para los docentes
- Experiencias de aprendizaje de EF
- Herramientas y recursos digitales
- Experiencias de aprendizaje de EF
- Herramientas y recursos digitales

VII. REFLEXIÓN SOBRE EL APRENDIZAJE (PARA LA SIGUIENTE EXPERIENCIA)

- ¿Cuáles fueron los hitos más destacados en el aprendizaje de mis estudiantes y qué impacto tuvieron en su desarrollo?
- ¿Hubo alguna habilidad o conocimiento que mis estudiantes demostraron de manera inesperada? ¿Cómo podría incorporarlos en futuras lecciones?
- ¿Qué actividad permitió que mis estudiantes se sintieran más en sintonía con su entorno, y cómo podría potenciar esa experiencia?
- ¿Qué métodos y materiales resultaron ser especialmente útiles en su aprendizaje y cómo podría adaptarlos en el futuro?
- ¿Qué aprendizajes desearía que mis estudiantes aplicaran en su vida diaria y en su comunidad rural?

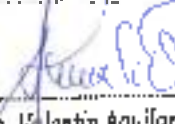
VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Chaves, P. A. A., Vargas, H. Y. C. & Guerrero, S. J. (2023). Volumen 2 Número 5 2023. Revista de Investigación Educativa y Deportiva, 2(2), 281-299.
- Elmieri, M. & Méndez, S. (2019). Guía de planificación y evaluación Docente. En Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI) R.D.
- MINEDU. (2016). Programa Curricular de Primaria. http://www.apechilache.net/wp-content/uploads/2020/12/649-2020-MINEDU-PAR-PE-1-17-12-2016-01_L4_30-IRM-NT-649-2016-MINEDU-parc-1.pdf
- Peralta, A. W. (2019). Coordinación motora en los niños de 0 a 12 años de edad. La Universidad Nacional de Tumbes, Universidad Nacional de Tumbes
- Pérez, A. (2008). Esquema Corporal. Universidad de Murcia, 4(2), 11.
- Rodríguez, M. Z. J. (2020). La evaluación formativa, una práctica eficaz en el desempeño docente. Revista Científica, 5(16), 179-193. <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2020.5.16.9.179-193>
- Salas, J. (2022). Coordinación visomotriz en educación primaria.
- Tafur, P. P. & Arriola, S. B. R. (2019). Diferencias en el equilibrio estático-dinámico en preescolares de instituciones educativas del estado en una zona rural de Juchitán y urbana de Loma.
- Villalobos, S. C., Rivera, S. J. M., Ramos, J. A., Cervantes, B. M. S., López, A. S. J. & Hernández, T. R. P. (2019). Métricas de evaluación del equilibrio estático y dinámico en niños de 8 a 12 años. Retos, 40(9), 791-801. <https://doi.org/10.47197/RETOS.V57I97.67809>


Erick José Contreras
Escuela Profesional de Educación Física
Preprofesional


Mónica A. Gutiérrez Díaz
Docente de Práctica
LNA - PUNO


Valeria Pineda
Directora


Lic. Valentin Aguilar Puma
Profesor de la I. E.



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 17

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	6to / C	Fecha	30/06/2025
Número de horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Poma.		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Pundari Llanque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Creamos secuencias rítmicas y colaboramos con nuestros compañeros en desafíos motrices"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se expresa corporalmente Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	1.2.2 Crea con sus pares una secuencia de movimientos corporales, expresivos y/o rítmicos, de manera programada y estructurada; así, se expresa de diferentes formas y con diversos recursos, a través del cuerpo y el movimiento, para comunicar ideas y emociones 3.1.1 Participa en actividades físicas en la naturaleza, eventos deportivos, juegos populares, entre otros, y toma decisiones en favor del grupo, aunque vaya en contra de sus intereses personales, con un sentido solidario y de cooperación	Se desplazan por el espacio adaptando sus movimientos a diferentes ritmos musicales peruanos, respondiendo con creatividad y coordinación a las consignas del docente durante el juego rítmico. Participan activamente en la creación de secuencias rítmicas en grupo, mostrando disposición para proponer, escuchar y ceder ideas para lograr acuerdos comunes. Insisten con seguridad la secuencia de movimientos creada por su grupo a toda la clase, utilizando el cuerpo para expresar emociones y comunicar ideas relacionadas con el ritmo elegido. Demuestran respeto y actitud cooperativa al bailar los ritmos propuestos por sus compañeros y al participar en los desafíos motrices, manteniendo un ambiente de colaboración y alegría.	Realiza desplazamientos y movimientos corporales siguiendo distintos ritmos musicales peruanos, mostrando seguridad, creatividad y autonomía durante las actividades. Colabora en la creación de secuencias rítmicas en grupo, proponiendo ideas y respetando las decisiones colectivas, y participa con disposición en las dinámicas rítmicas grupales. Utiliza el cuerpo y el movimiento para expresar emociones, ideas o representar sonidos y ritmos peruanos, adaptando gestos y desplazamientos de manera programada y estructurada. Participa activamente en juegos y desafíos motrices grupales, tomando decisiones que beneficien al grupo, aunque implique ceder sus opiniones, y demuestra respeto, empatía y orgullo por la cultura peruana.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			



Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje	Explica el proceso, los procedimientos, los recursos movilizados, las dificultades, los ajustes y cambios que realiza y los resultados obtenidos para llegar a la meta.
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Interactúa en entornos virtuales.	Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo. El estudiante hace uso de un presentador visual.
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables	
Enfoque Intercultural	VALORES. Respeto a la identidad cultural, justicia y diálogo intercultural. ACTITUDES. Reconocimiento al valor de las diversas identidades culturales y relaciones de pertenencia de los estudiantes. Disposición a actuar de manera justa, respetando el derecho de todos, exigiendo sus propios derechos y reconociendo derechos a quienes les corresponde. Fomento de una interacción equitativa entre diversas culturas, mediante el diálogo y el respeto mutuo.	

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

El docente revisa el equipo de sonido, delimita el espacio libre de obstáculos, organiza los materiales (instrumentos étnicos, conos, pelotas, pañuelos) y repasa indicaciones para guiar las actividades, priorizando el trabajo cooperativo y la expresión corporal.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

Los estudiantes crean secuencias rítmicas estructuradas junto a sus compañeros, inspiradas en expresiones culturales del Perú, utilizando el cuerpo para expresar emociones e ideas, y participa en desafíos matrices cooperativos, demostrando solidaridad, respeto y actitud colaborativa.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación: El docente saluda al grupo y explica que en esta sesión trabajarán: "Creamos secuencias rítmicas y colaboramos con nuestros compañeros en desafíos matrices" , combinando música, cultura peruana y juegos en equipo. Recomendaciones generales: Recuerda mantener el orden, cuidar el cuerpo, respetar turnos y estar atentos a las instrucciones. Presentación del propósito: Explica que aprenderán a diseñar secuencias de movimientos rítmicos en grupo y a participar en desafíos matrices donde el trabajo en equipo y el respeto serán fundamentales. Preguntas motivadoras: ¿Han creado alguna vez un baile o una serie de movimientos con sus amigos? ¿Qué música peruana conocen que inspire a moverse? ¿Qué significa para ustedes trabajar en equipo y tener ideas cuando es necesario?	se ubican en semicírculo o media luna frente al docente.	Registro auxiliar Silbato	17'



Desarrollo	Activación corporal rítmica: "Ritmos de mi tierra" Los estudiantes, guiados por el docente, realizan movimientos corporales al ritmo de una música tradicional (ej. huayno o festejo instrumental). La secuencia incluye: • Balanceo lateral con brazos sueltos. • Giros suaves en el lugar. • Palmadas y pasos coordinados al compás. • Saltos pequeños siguiendo la intensidad del ritmo Propósito: Preparar el cuerpo y despertar el sentido rítmico, la coordinación y la expresión. Juego rítmico con desplazamientos y reacción: El docente coloca una melodía alegre y rítmica (puede ser huayno, tinku o tobas). Mientras suena, los estudiantes se desplazan libremente por el espacio, adaptando sus pasos al ritmo de la música. Pueden caminar, trotar suave, saltar o realizar movimientos creativos. • En cualquier momento, el docente hace sonar un silbato. • Al escuchar el silbato, todos los estudiantes deben tenderse en el suelo, inmóviles y en silencio, simulando estar dormidos. • La música se reinicia y vuelven a desplazarse, repitiendo varias veces para reforzar atención, ritmo y reacción rápida. Agrupación y elección de ritmos: Tras varias repeticiones, el docente detiene la música de manera inesperada. Indica que los estudiantes formen grupos de cinco rápidamente. Una vez formados, el docente se acerca a un grupo y les pregunta: "¿Qué ritmo peruano desean bailar ahora para desplazarse?" El grupo elegido propone un ritmo (por ejemplo, huayno, tinku, marinera, tobas). El docente coloca música acorde al ritmo elegido, y todos los estudiantes se desplazan por el espacio imitando pasos o movimientos asociados a ese ritmo. Se repite el proceso varias veces, dando oportunidad a distintos grupos de escoger el ritmo musical. Creación y enseñanza de ritmos en grupo: A continuación, el docente organiza nuevamente a los estudiantes en grupos. Cada grupo elige un ritmo musical peruano y, en conjunto, crea una pequeña secuencia de movimientos (de unos 20-30 segundos) representando ese ritmo.	Se distribuyen en espacio libre y amplio Los estudiantes se mueven por todo el espacio disponible, desplazándose libremente en distintas direcciones. Se agrupan en pequeños círculos de cinco integrantes en distintos puntos del espacio	Equipo de sonido (parlante, grabadora, celular, etc.) Melodías tradicionales peruanas (huayno, festejo, tinku, marinera, tobas) Silbato Espacio amplio y libre de obstáculos (aunque no es material físico, es requisito ambiental indispensable)	50'



	Deben acordar entre todos qué pasos realizar, demostrando disposición para escuchar ideas, ceder opiniones si es necesario y colaborar. Luego, cada grupo enseña su secuencia rítmica al resto de la clase. Toda la clase baila y practica los pasos enseñados, generando un ambiente festivo y colaborativo. El docente refuerza la importancia de expresarse a través del movimiento, trabajar en equipo y respetar las ideas de los demás.			
6'ierre	Relajación y estiramientos: El docente reúne a los estudiantes en un círculo y enciende una melodía peruana suave y lenta. Invita a realizar respiraciones profundas y movimientos suaves, como balanceos de brazos, estiramientos laterales y flexiones hacia adelante, para relajar los músculos tras la actividad intensa. Retrosalimentación colectiva: La docente conversa con el grupo y realiza preguntas para reflexionar sobre lo aprendido: • ¿Qué ritmo les gustó más bailar o enseñar? • ¿Cómo se sintieron al crear movimientos en grupo? • ¿Qué aprendieron sobre trabajar juntos y escuchar las ideas de sus compañeros? Refuerzo de valores: Destaca la importancia de la cooperación, la empatía y el respeto durante la creación y enseñanza de las secuencias rítmicas. Felicita a los estudiantes por su disposición para compartir, ceder ideas y disfrutar juntos. Extensión y cuidado personal: Anima a los estudiantes a practicar en casa los ritmos aprendidos y a compartirlos con sus familias, recordando siempre cuidar su cuerpo, moverse con seguridad y mantener una vida activa y saludable.	Se ubican en media luna	Agua y jabón	18'

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
• Se desplaza y ejecuta movimientos corporales siguiendo distintos ritmos musicales peruanos, con seguridad, creatividad y autonomía. • Colabora en la creación de secuencias rítmicas en grupo, aporta ideas, respeta las decisiones colectivas y participa activamente en las dinámicas grupales. • Emplea el cuerpo y el movimiento para expresar emociones, ideas o representar sonidos y ritmos peruanos, con gestos y desplazamientos programados y estructurados. • Participa en juegos y desafíos motrices grupales, toma decisiones que favorecen al grupo aunque implique ceder opiniones, y manifiesta respeto, empatía y orgullo por la cultura peruana.	- Observación directa.	Lista de cotejo.



VIII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev latinoam cienc soc. niños juv*, 9(2), 739-760.

<http://www.unamurza.es.edu/go-publicaciones-campos/index.html>

AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.

Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=M8DCH1-BhiQ>

Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984. 1-10.

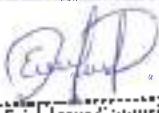
<https://archivos.esif.es/archivos/andaluca/ensenanza/revistas/esiesit/revista.pdf> Numeros 37 MIGUEL_ANGEL PRIETO BASCON 07.pdf

Botancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gilbert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87- 97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i166.2321>

Mendez, G. A., & Mendez, G. C. (2007). *Los juegos en el currículum de E.F (1000 juegos para el desarrollo motor)* (1st ed., Vol. 1). PAIDOTRIBO.
https://www.libriadeportiva.com/libro-los-juegos-en-el-curriculum-de-e-f-1000-juegos-para-desarrollo-motor_7066


Lic. Valentín Aguilar Puma
Profesor de la E.F.


Lic. César A. Gutiérrez Díaz
Docente de E.F.
UNA PUNO


Erick Jose Gutierrez Lopez
EST DE PRÁCTICA PREPROFESIONAL
Estudiante de Práctica Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 16

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	6to / C	Fecha	27/06/2025
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentín Aguilar Puma.		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Enrick Josué Cepalori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Nos movemos con ritmo y cuidamos nuestro cuerpo al son del Perú"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desensueña de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable	Se expresa corporalmente Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	1.2.2 Crea con sus pares una secuencia de movimientos corporales, expresivos y/o rítmicos, de manera programada y estructurada; así, se expresa de diferentes formas y con diversos recursos, a través del cuerpo y el movimiento, para comunicar ideas y emociones. 2.2.1 Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud. Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud.	Elaboran en grupos una secuencia rítmica inspirada en una danza peruana, mostrando coordinación, creatividad y fluidez en los movimientos, como expresión de emociones e identidad cultural. Demuestran posturas corporales correctas durante la actividad física, evitando gestos o posiciones que pongan en riesgo su bienestar físico y favoreciendo movimientos seguros y conscientes. Explican con claridad la importancia del autocuidado en la práctica física, mencionando acciones como el aseo personal, el uso adecuado del vestuario y el valor de la vacunación para prevenir enfermedades. Participan activamente en el trabajo grupal con respeto y responsabilidad, cumpliendo los acuerdos establecidos, reconociendo las ideas de sus compañeros y valorando las expresiones culturales del país como parte de su identidad	Crea secuencias de movimientos rítmicos con coordinación, fluidez y creatividad, inspiradas en ritmos tradicionales del Perú. Se expresa corporalmente al realizar movimientos que comunican emociones o ideas relacionadas con la identidad cultural peruana. Adopta posturas corporales adecuadas durante la actividad física, evitando movimientos que puedan dañar su salud. Explica la importancia de cuidar su cuerpo al moverse y reconoce la vacunación como práctica que protege la salud.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje.	Explica el proceso, los procedimientos, los recursos movilizados, las dificultades, los ajustes y cambios que realizó y los resultados obtenidos para llegar a la meta.		



Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Interacción en entornos virtuales.	Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo: El estudiante hace uso de un presentador visual.
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables	
Enfoque Intercultural	VALORES: Respeto a la identidad cultural, justicia y diálogo intercultural. ACTITUDES: Reconocimiento al valor de las diversas identidades culturales y relaciones de pertenencia de los estudiantes. Disposición a actuar de manera justa, respetando el derecho de todos, exigiendo sus propios derechos y reconociendo derechos a quienes les corresponde. Fomento de una interacción equitativa entre diversas culturas, mediante el diálogo y el respeto mutuo.	

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

Revisar que el espacio esté limpio, libre de obstáculos y con buena ventilación para garantizar la seguridad del desplazamiento. Asegurar que los estudiantes lleven ropa deportiva cómoda, hayan tomado agua previamente y estén en condiciones adecuadas de salud. Preparar el audio con las melodías seleccionadas (como Tobas, Tinkus o Diablada) y verificar su funcionamiento. Finalmente, explicar brevemente a los estudiantes el propósito de la clase y motivarlos a participar con entusiasmo, responsabilidad y respeto por las expresiones culturales que explorarán.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

Los estudiantes crean y ejecutan una secuencia rítmica inspirada en danzas tradicionales del Perú, mostrando coordinación, expresión corporal y cuidado de su salud. Reconocen el valor del autocuidado y participan con respeto y responsabilidad, valorando la diversidad cultural.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación: El docente da la bienvenida con entusiasmo y cercanía, animando a los estudiantes a formar un gran semicírculo. Inicia una ronda de palmas siguiendo un ritmo tradicional peruano (como huayno o saya suave), alternando entre fuerte-suave, rápido-lento, para fomentar la atención al ritmo y la coordinación grupal. A continuación, invita a desplazarse libremente por el espacio al compás de una música instrumental del Perú, explorando con el cuerpo movimientos suaves como giros, balanceos o pasos largos, desarrollando conciencia corporal y respeto por el espacio del otro. Mientras se mueven, se recuerda la importancia del autocuidado en la actividad física: • Evitar empujones o choques. • Mantener distancia adecuada. • Usar ropa cómoda y cordones bien amarrados. • Respetar los turnos y las ideas de los compañeros. Propósito de la sesión: Con lenguaje claro, el docente explica: "Hoy vamos a movernos al ritmo de la música del Perú, creando secuencias que nos permitan expresar emociones, identidad y creatividad con el cuerpo. Además, aprenderemos cómo cuidar	Se organiza al grupo en media luna y semicírculo.	Registro auxiliar Silbato	8'



	nuestra salud al hacer actividad física, usando posturas seguras y recordando la importancia de acciones como el aseo personal y la vacunación." Preguntas motivadoras: El docente fomenta la reflexión e implicación de los estudiantes con preguntas como: • ¿Qué música o danza peruana conoces y te hace mover el cuerpo? • ¿Cómo sientes tu cuerpo cuando escuchas un ritmo alegre? • ¿Qué haces tú para cuidar tu cuerpo cuando corres, saltas o bailas? • ¿Por qué crees que es importante vacunarnos? • ¿Alguna vez te moviste en grupo siguiendo una música típica? (Sugerencia adicional para reforzar el enfoque intercultural): El docente puede cerrar esta parte diciendo: "Nuestro cuerpo también cuenta historias. Hoy, vamos a contar una parte de la historia de nuestra cultura a través del ritmo, el movimiento y el respeto por nuestra salud."			
Desarrollo	Exploración rítmica guiada El docente invita a los estudiantes a moverse libremente siguiendo distintas melodías tradicionales andinas: • Tinkus (ritmo energético y circular): se propone caminar en círculo, incorporando pasos amplios, saltos suaves y giros, acompañando con movimientos de brazos. • Tobas (ritmo más rápido, con pasos ágiles y saltos): se estimula la coordinación y el equilibrio con desplazamientos cortos y ágiles, alternando direcciones. • Diablada (ritmo marcado y ceremonial): se realiza en avance en fila con pasos rítmicos, brazos en alto o al frente, mostrando expresividad facial y corporal. Actividad rítmica: "Saltamos con ritmo y coordinación" Se colocan dos columnas paralelas de aros en el suelo. Cada estudiante se ubica frente a un aro, formando una fila ordenada. Al sonar una melodía tradicional (Tobas, Tinkus o Diablada), todos avanzan simultáneamente, saltando de aro en aro al ritmo de la música, manteniendo coordinación y fluidez. Al llegar al final, giran y regresan por la misma línea. Indicaciones: Mantener el ritmo sin apresurarse. Saltar con ambos pies y controlar el equilibrio. Respetar el espacio del compañero al frente.	Se ubican de forma libre en el espacio disponible. Se agrupan en una columna, en línea con las columnas de aros.	Equipo de sonido Aros de hula	30'



	Propósito: Favorecer la coordinación motriz, la expresión corporal y el trabajo grupal a través del ritmo. Creación de secuencias grupales Se forman grupos de 4 a 5 estudiantes. Cada grupo elige uno de los tres ritmos propuestos (Tobas, Tinkus o Diablada) e inventa una secuencia rítmica de movimientos corporales expresivos (6 a 8 movimientos encadenados), teniendo en cuenta: • Coordinación y fluidez. • Creatividad en el uso del espacio, gestos y niveles (suelo, medio, alto). • Posturas seguras y controladas. • Representación de una emoción o mensaje relacionado con la identidad cultural. El docente facilita esta fase orientando con preguntas como: • ¿Cómo muestran el ritmo del tinku en su secuencia? • ¿Qué emoción quieren expresar con los pasos de la Diablada? Ensayo y ajustes con retroalimentación Cada grupo ensaya su secuencia con música de fondo. El docente observa y brinda retroalimentación formativa centrada en: • Seguridad corporal y corrección postural. • Cohesión grupal y coordinación. • Respeto a las ideas del grupo y roles distribuidos. Presentación de secuencias Cada grupo presenta su secuencia al resto de la clase. Se valora el esfuerzo, la expresividad, la identidad cultural representada y la forma en que cuidaron su cuerpo.	Se ubican en grupos		
Cierre	Relajación y estiramientos: El docente guía una breve rutina de estiramientos suaves con música instrumental andina de fondo. Los estudiantes, en círculo, respiran profundamente y realizan movimientos lentos con cuello, brazos, espalda y piernas. Se acompaña cada estiramiento con frases guiadas como: • "Inhala el ritmo... exhala la energía." • "Mi cuerpo se relaja porque se movió con alegría." • "Estoy orgullosa de lo que puedo hacer con mi cuerpo." Retroalimentación colectiva: Se invita a los estudiantes a compartir brevemente cómo se sintieron durante la actividad rítmica. El docente puede formular preguntas como: • ¿Qué parte del ejercicio rítmico te gustó más? • ¿Pudiste seguir el ritmo de la música?	Se ubican en media luna	Agua y jabón	7'



	• ¿Qué aprendiste hoy sobre moverte con coordinación? Se valora la participación y se destacan actitudes positivas observadas (colaboración, respeto, perseverancia). Refuerzo de valores: El docente destaca el respeto a los turnos, la responsabilidad al cuidar el cuerpo durante el movimiento y la valoración de las expresiones culturales del país. "Hoy nos movimos con fuerza, con ritmo y con respeto. Eso también es amar la tierra que nos vio nacer." Extensión y cuidado personal: Se recuerda a los estudiantes la importancia de: • Beber agua después de la actividad. • Cambiarse o secarse si sudaron. • Realizar estiramientos en casa después de jugar o hacer ejercicio. Finalmente, se cierra con una ronda de palmas, ritmicos y una frase colectiva como: "¡Mi cuerpo se expresa con ritmo porque nace de esta tierra!"			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Diseña y ejecuta una secuencia rítmica inspirada en una danza tradicional del Perú, mostrando coordinación, fluidez y creatividad en sus movimientos - Utiliza el cuerpo como medio de expresión, comunicando emociones o ideas vinculadas con la identidad cultural peruana a través de gestos y desplazamientos. - Mantiene posturas corporales seguras y adecuadas durante la actividad física, demostrando conciencia de su propio cuerpo y evitando movimientos que pongan en riesgo su salud. - Explica con claridad acciones de autocuidado corporal, incluyendo la importancia del aseo, el uso adecuado del vestuario deportivo y la vacunación como medida preventiva para una vida saludable	Observación directa	Lista de coteo.

VIII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv.*, 9(2), 739-760.

<http://www.unamizales.edu.co/publicaciones/amsposc/index.html>

AkrasComunicación. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.

Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8DC1U-BhmQ>

Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.

https://archivos.esit.es/archivos-andalucia/ensenanza-revistas/esisof/revista.pdf?Nombre_37-MEGIL-11_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf

Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gilbert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportex*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/edl.v25i266.2321>

Mendez, G. A., & Mendez, G. C. (2007). *Los juegos en el curriculum de E.F (1000 juegos para el desarrollo motor)* (1st ed., Vol. 1). PAIDOTRIBO



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL**



https://www.libreria deportiva.com/libro/los-juegos-en-el-curriculum-de-e-f-1000-juegos-para-desarrollo-motor_7066

Lic. Valentin Aguilar Puma

D.E.F. N° 10637 "SANTA ROSA"

Profesor de la I.E.

Vta. Cesar A. Gutierrez Diaz

DOCENTE EPEF

Docente de Práctica

UNA - PUNO



Erick Juvane Usatin Lagos

EST DE PRACTICA - MAESTRO

Estudiante de Práctica
Preprofesional



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 15

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa		Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	6to / C	Fecha 29/06/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentín Aguilar Puma	
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Erick José Córdova Luque	

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Nos movemos con ritmo y cuidamos nuestro cuerpo al son del Perú"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. Asume una vida saludable	Se expresa corporalmente. Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	1.2.2 Crea con sus pares una secuencia de movimientos corporales, expresivos y/o rítmicos, de manera programada y estructurada; así, se expresa de diferentes formas y con diversos recursos, a través del cuerpo y el movimiento, para comunicar ideas y emociones. 2.2.1 Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud. Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud.	Elaboran en grupos una secuencia rítmica inspirada en una danza peruana, mostrando coordinación, creatividad y fluidez en los movimientos, como expresión de emociones e identidad cultural. Demuestran posturas corporales correctas durante la actividad física, evitando gestos o posiciones que pongan en riesgo su bienestar físico y favoreciendo movimientos seguros y conscientes. Explican con claridad la importancia del autocuidado en la práctica física, mencionando acciones como el aseo personal, el uso adecuado del vestuario y el valor de la vacunación para prevenir enfermedades. Participan activamente en el trabajo grupal con respeto y responsabilidad, cumpliendo los acuerdos establecidos, reconociendo las ideas de sus compañeros y valorando las expresiones culturales del país como parte de su identidad.	Crea secuencias de movimientos rítmicos con coordinación, fluidez y creatividad, inspiradas en ritmos tradicionales del Perú. Se expresa corporalmente al realizar movimientos que comunican emociones o ideas relacionadas con la identidad cultural peruana. Adopta posturas corporales adecuadas durante la actividad física, evitando movimientos que puedan dañar su salud. Explica la importancia de cuidar su cuerpo al moverse y reconoce la vacunación como práctica que protege la salud.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Monitorea y muestra su desempeño durante el proceso de aprendizaje.	Explica el proceso, los procedimientos, los recursos movilizados, las dificultades, los ajustes y cambios que realizó y los resultados obtenidos para llegar a la meta.		



Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Interactúa en entornos virtuales.	Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo: El estudiante hace uso de un presentador visual.
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables	
Enfoque Intercultural	VALORES: Respeto a la identidad cultural, justicia y diálogo intercultural.	
	ACTITUDES: Reconocimiento al valor de las diversas identidades culturales y relaciones de pertenencia de los estudiantes. Disposición a actuar de manera justa, respetando el derecho de todos, exigiendo sus propios derechos y reconociendo derechos a quienes les corresponde. Fomento de una interacción equitativa entre diversas culturas, mediante el diálogo y el respeto mutuo.	

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

Antes de iniciar la sesión, es importante revisar que el espacio esté limpio, amplio y seguro para el desplazamiento libre de las estudiantes. Se recomienda preparar la música seleccionada (como el "Carnavalito" en versión instrumental), verificar que el reproductor funcione correctamente y establecer con claridad las zonas de juego. Además, el docente debe asegurarse de que los estudiantes lleven ropa cómoda, hayan ingerido agua previamente y se encuentren en buenas condiciones para participar. Finalmente, se recomienda repasar las consignas pedagógicas clave y tener a la mano una versión impresa del cronograma de actividades para facilitar la conducción de la clase.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

Los estudiantes participan en la creación y ejecución de una secuencia de movimientos rítmicos inspirados en una danza del Perú. Lo hacen con entusiasmo, demostrando coordinación básica, posturas seguras y expresividad corporal. Además, explican con sus palabras por qué es importante cuidar su cuerpo al hacer actividad física y mencionan acciones que protegen su salud, como la higiene personal y la vacunación.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación: El docente recibe con entusiasmo a los estudiantes, los invita a formar un círculo amplio. Se da la bienvenida con una breve ronda de palmas siguiendo distintos patrones de ritmo (rápido, lento, fuerte, suave), acompañados de frases motivadoras como: "¡Hoy nos movemos al ritmo de nuestra cultura!" Luego, se reproduce una pista corta de música tradicional del Perú (por ejemplo, huayno, festejo o saya instrumental). Los estudiantes se mueven libremente con el cuerpo, explorando desplazamientos suaves, giros y balanceos que conocen con su sentir personal y cultural. Recomendaciones generales: Se recuerda la importancia de moverse con seguridad: Mantener el espacio personal, evitar empujones, escuchar las instrucciones y cuidar el cuerpo al realizar los movimientos. También se verifica que los estudiantes lleven ropa cómoda, estén hidratados y preparados para disfrutar la sesión. Presentación del propósito de la sesión:	Se organiza al grupo en media luna y semi círculo.	Registro auxiliar Silbato	17'



	Con lenguaje claro y motivador, el docente explica: "Hoy vamos a familiarizarnos con secuencias de movimientos rítmicos inspirados en la música y danzas del Perú. Además, reflexionaremos sobre cómo cuidar nuestro cuerpo al movernos, evitando lesiones y entendiendo la importancia de acciones como el uso personal y la vacunación." Preguntas motivadoras: • ¿Cómo se expresa tu cuerpo cuando escuchas música alegre de nuestra tierra? • ¿Qué danzas o ritmos tradicionales conoces o te gustaría representar? • ¿Por qué crees que es importante movernos con cuidado y conocer cómo cuidamos nuestro cuerpo?			
Desarrollo	Activación corporal rítmica: "Ritmos de mi tierra" Los estudiantes, guiados por el docente, realizan movimientos corporales al ritmo de una música tradicional (ej. huayno o festejo instrumental). La secuencia incluye: • Balanceo lateral con brazos sueltos. • Giros suaves en el lugar. • Palmadas y pasos coordinados al compás. • Saltos pequeños siguiendo la intensidad del ritmo. Propósito: Preparar el cuerpo y despertar el sentido rítmico, la coordinación y la expresión. Actividad: "Movimientos con sentido" El docente muestra brevemente tres secuencias simples inspiradas en danzas tradicionales del Perú. Luego, en parejas, los estudiantes combinan pasos libres, gestos con brazos y desplazamientos, creando secuencias rítmicas. Variaciones creativas: Se integran elementos como ritmo con palmadas, desplazamiento lateral o frontal, y pequeños saltos. 3. Desafío motriz creativo en grupos Actividad: "Mi danza dice quién soy" En grupos de 4 a 6 integrantes, los estudiantes diseñan una secuencia de movimientos rítmicos y expresivos, inspirada en un ritmo o danza tradicional peruana. Deben integrar: • Coordinación de pasos y posturas adecuadas. Durante la práctica: el docente brinda retroalimentación sobre la seguridad corporal, la expresividad y el trabajo colaborativo. Se motiva el uso responsable del espacio y la escucha activa entre compañeros. Juego de Relevos El docente organiza dos columnas paralelas, una con aros y conos, y otra con platillos y aros, dispuestas en extremos opuestos del área de trabajo. En el centro de cada una se coloca un	La ubicación en el espacio es determinada de forma democrática entre los integrantes del grupo, respetando acuerdos y fomentando la participación equitativa. Se agrupan de forma libre por el espacio.	Equipo de sonido Conos Platillos Aros de hula	50'



	como o planillo, según corresponda, en cantidades proporcionales al número de participantes por equipo. Al sonar la señal de inicio, los estudiantes, en forma de relevos, deberán trasladar uno a uno su cano o planillo correspondiente y ubicarlo dentro de los aros del equipo contrario. El objetivo es fomentar la coordinación, la organización grupal y la dinámica cooperativa en un entorno lúdico y estructurado.	Se ubican en equis formando columnas.		
Cierre	Relajación y recuperación: Los estudiantes se ubican en círculo para realizar una secuencia guiada de estiramientos suaves, acompañados de música instrumental tradicional (como un huayno lento o una saya serena). Se promueve la respiración profunda y el control del cuerpo tras la actividad motriz. Mientras se estiran, el docente acompaña con frases motivantes. Reflexión y retroalimentación colectiva: El docente genera un espacio de diálogo breve, preguntando: ¿Cómo se sintieron al moverse con música de nuestra tierra? ¿Qué aprendieron sobre su cuerpo al crear movimientos? ¿Cómo cuidaron su cuerpo durante la clase? Se reconocen públicamente las buenas actitudes observadas: cooperación, respeto a las reglas, expresividad y cuidado corporal. Recordatorio motivacional: El docente recuerda que cuidarse también es parte del movimiento: "Tu cuerpo es valioso. Al moverlo, estírmalo, hidrátalo y protege tu salud con acciones como el aseo personal y la vacunación." Fomento de la autonomía: Se invita a los estudiantes a practicar en casa una pequeña secuencia de movimiento con música que les guste, integrando lo aprendido. Además, se les motiva a tomar decisiones responsables sobre su bienestar, con frases como: "Tú puedes decidir cómo cuidar mejor tu cuerpo cada día." "Moverse con ritmo y con cuidado también es ser autónomo." Despedida con mensaje positivo: Para cerrar, el docente propone una ronda final de palmas rítmicas y expresa con entusiasmo: "¡Mi cuerpo se movió con ritmo, con alegría y con respeto a mi identidad!"	Se ubican en media luna.	Agua y jabón	18'

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Diseña y ejecuta en grupo una secuencia de movimientos rítmicos inspirados en una danza peruana, demostrando coordinación, fluidez y creatividad al expresar emociones e identidad cultural.	- Observación directa.	Lista de cotejo.



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



- Mantiene posturas corporales correctas durante toda la secuencia motriz, evitando gestos maldecimales o acciones que puedan afectar su integridad física.
- Explica con claridad y pertinencia prácticas de autocuidado vinculadas a la actividad física, como la higiene personal, el uso adecuado del vestuario y la importancia de la vacunación en la prevención de enfermedades.
- Participa activamente en el trabajo grupal, respetando los acuerdos, valorando las ideas de sus compañeros y promoviendo la identidad cultural a través del movimiento expresivo.

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lara, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv.* 9(2), 739-760.
<http://www.unarizales.edu.co/publicaciones/cargos/cinde/index.htm>
- AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8IXC1U-BhiQ>
- Prieto Bascon, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas. 1984. 1-10.
<https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicif/revista.pdf> Numero_37/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gilbert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.2321>
- Mendez, G. A., & Mendez, G. C. (2007). *Los juegos en el currículum de E. F (1000 juegos para el desarrollo motor)* (1st ed., Vol. I). PAIDOTRIBO.
https://www.libreriadeporativa.com/libros/los-juegos-en-el-curriculum-de-e-f-1000-juegos-para-desarrollo-motor_7066


Lic. Alejo Aguilar Pumari
16.01.2024

Profesor de la I.C.


My. César A. Gutiérrez Dir.
DOCENTE FPE
16.01.2024
Dirigente de Práctica
UNA - PUNO


16.01.2024
ESTUDIANTE DE PRÁCTICA
UNA - PUNO
Estudiante de Práctica
Preprofesional



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 14

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	6to / C	Fecha	20/06/2025
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma.		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Enck Insuñ Canduri Lujue		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Cierre de unidad: Crecemos juntos con respeto"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se expresa corporalmente Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	1.2.1 Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal. 2.2.1 Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud. Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud. 3.1.1 Participa en actividades físicas en la naturaleza, eventos deportivos, juegos populares, entre otros, y toma decisiones en favor del grupo, aunque vaya en contra de sus intereses personales, con un sentido solidario y de cooperación.	Expresa con confianza y creatividad su estilo personal de movimiento al participar en actividades físicas, asumiendo diferentes roles y utilizando su lenguaje corporal para comunicarse con claridad. Realiza ejercicios físicos de manera segura, evitando posturas inadecuadas y demostrando responsabilidad en el cuidado de su cuerpo. Explica con seguridad la importancia de la vacunación, como medida de prevención para cuidar su salud y la de los demás. Participa activamente en juegos grupales al aire libre, tomando decisiones solidarias y favoreciendo el bienestar colectivo, incluso por encima de sus propios intereses.	Expresa con confianza y creatividad su manera particular de moverse, asumiendo diferentes roles en actividades físicas y usando su lenguaje corporal para comunicarse. Realiza actividad física de forma segura, evitando posturas y movimientos que puedan afectar su salud, y explica la importancia de la vacunación para prevenir enfermedades. Participa en actividades grupales al aire libre, mostrando solidaridad y tomando decisiones que benefician al grupo, incluso si eso implica ceder sus propios intereses,
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta			
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Accede a entornos virtuales establecidos, mediante credenciales de identificación digital y considerando procedimientos seguros, éticos y responsables; por ejemplo, para ingresar a una red social.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			



Enfoque de derecho	VALORES: Respeto por las diferencias
	ACTITUDES: Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia. Disposición a enseñar ofreciendo a los estudiantes las condiciones y oportunidades que cada uno necesita para lograr los mismos resultados. Disposición a depositar expectativas en una persona, creyendo sinceramente en su capacidad de superación y crecimiento por sobre cualquier circunstancia.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El profesor organiza el espacio de manera estratégica y adapta los materiales según las capacidades físicas y condiciones de salud de los estudiantes, apoyándose en información actualizada sobre habilidades motrices propias de la gimnasia educativa, para garantizar que las secuencias se ejecuten con seguridad, control y fluidez.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante participa activamente en la realización de secuencias gimnásticas, aplicando posturas adecuadas y movimientos controlados, demostrando conciencia corporal y autocuidado. Además, respeta las normas de seguridad y utiliza los materiales adaptados a sus capacidades, contribuyendo a una práctica fluida y segura.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación: "¡Buenos días, chicos! Hoy llegamos a nuestra última sesión de la unidad. Vamos a poner en práctica todo lo que hemos aprendido, demostrando nuestras habilidades y fortaleciendo el respeto y la colaboración entre todos." Recomendaciones generales: "Recuerden seguir las instrucciones con atención, cuidar el espacio personal y apoyar a sus compañeros en todo momento. La seguridad, el respeto y el trabajo en equipo serán fundamentales para esta jornada." Presentación del propósito: "En esta sesión final, realizaremos actividades y presentaciones que reflejen nuestro progreso en coordinación, expresión corporal y cooperación grupal, celebrando juntos lo alcanzado." Preguntas motivadoras: "¿Qué habilidades sienten que han mejorado más durante esta unidad?" ¿Por qué es importante apoyarnos y respetar a los demás, especialmente cuando trabajamos en equipo? ¿Cómo se sienten al mostrar todo lo que han aprendido hoy?"	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Calentamiento breve y dinámico: Se inicia con ejercicios suaves de movilidad articular y estiramientos dinámicos para activar el cuerpo y preparar a los estudiantes para la presentación de habilidades. Presentación de habilidades gimnásticas: Los estudiantes, en grupos o individualmente, muestran las secuencias gimnásticas aprendidas durante la unidad, incluyendo posturas, rodamiento y otras habilidades practicadas.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre en relación a los ejercicios a ejecutar.	Colchonetas	50'



	El docente supervisa, brindando apoyo para asegurar que las ejecuciones sean seguras y coordinadas. Juegos colaborativos de cierre: Se propone un juego grupal que integre movimientos y fomente la cooperación, por ejemplo, un circuito gimnástico o un relevo donde cada participante realice un movimiento aprendido antes de pasar al siguiente compañero. La actividad busca reforzar el trabajo en equipo, la solidaridad y el respeto mutuo. Evaluación formativa y retroalimentación: Durante la actividad, el docente observa y ofrece retroalimentación positiva y constructiva a los estudiantes, destacando los progresos y esfuerzos. Se invita a los compañeros a reconocer y valorar el trabajo de sus pares, fomentando un ambiente de apoyo y motivación.	Ubicar a los estudiantes de acuerdo al número de colchonetas.	Sillabón Espacio amplio y despejado	
Cierre	Relajación y recuperación: Se realiza una breve rutina de respiración profunda y estiramientos suaves para relajar el cuerpo tras la actividad física intensa. Reflexión y valoración colectiva: Se invita a los estudiantes a compartir sus sensaciones sobre la sesión, qué les gustó más y qué aprendieron durante toda la unidad. El docente destaca los avances, el esfuerzo y la colaboración observados en cada uno. Reconocimiento de valores y aprendizaje: Se resalta la importancia del respeto, la inclusión y el trabajo en equipo como pilares fundamentales que permitieron el aprendizaje y crecimiento de todos durante la unidad. Mensaje motivador para el futuro: Se motiva a los estudiantes a continuar cuidando su cuerpo y a seguir practicando lo aprendido, recordándoles que la disciplina, el respeto y la cooperación siempre serán claves para alcanzar sus metas. Despedida positiva: "¡Felicitaciones por todo lo que han logrado! Sigamos moviéndonos con alegría, cuidando su salud y apoyándonos unos a otros. ¡Nos vemos en la próxima aventura!"	Se ubican en media luna	Agua y jabón	18'

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
✓ Expresa con confianza y creatividad su estilo personal de movimiento, demostrando dominio al asumir diversos roles en las actividades gimnásticas y comunicándose eficazmente a través del lenguaje corporal. ✓ Ejecuta movimientos y posturas físicas de manera segura, aplicando las correcciones aprendidas para proteger su salud corporal y demostrando comprensión de la importancia de la vacunación como medida preventiva.	Observación directa	Lista de cotejo



- ✓ Participa activamente en actividades grupales al aire libre, mostrando actitudes solidarias y respetuosas, contribuyendo a un ambiente inclusivo y colaborativo.
- ✓ Toma decisiones responsables durante las actividades en grupo, priorizando el bienestar colectivo y demostrando disposición para ceder en beneficio del equipo cuando es necesario.

VIII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. Latinoam. cienc. soc. niñez juv.*, 9(2), 739-760.

<http://www.umamizapico.edu.co/publicaciones/campos/ende/index.html>

Akmsi Comunicación. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.

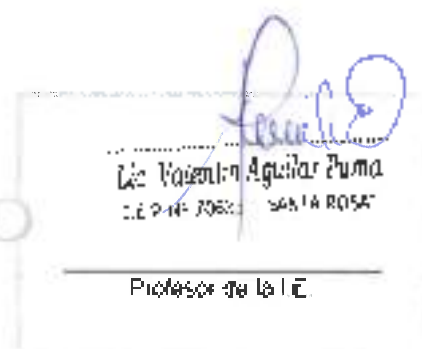
Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=M8DCTU1-1Bh02>

Prieto Buscón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.

<https://archivos.ceiles.archivos.angelucia-ensenanza/revistas/ceiles/revista.pdf> Numero: 37-MIGUEL ANGEL PRIETO BASCON MI.pdf

Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quileca, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.2321>

Mendez, G. A., & Mendez, G. C. (2007). *Los juegos en el currículum de E.F (1000 juegos para el desarrollo motor)* (1st ed., Vol. 1). PAIDOTRIBO. https://www.libreria deportiva.com/libros/los-juegos-en-el-curriculum-de-e-f-1000-juegos-para-desarrollo-motor_7066





UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA – ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 13

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	6to / C	Fecha	16/06/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma.		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Erick Josue Condori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Unidos en respeto y crecimiento"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se expresa corporalmente Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	1.2.1 Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal. 2.2.1 Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud. Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud. 3.1.1 Participa en actividades físicas en la naturaleza, eventos predeportivos, juegos populares, entre otros, y toma decisiones en favor del grupo, aunque vaya en contra de sus intereses personales, con un sentido solidario y de cooperación	Expresa con confianza y creatividad su estilo personal de movimiento al participar en actividades físicas, asumiendo diferentes roles y utilizando su lenguaje corporal para comunicarse con claridad. Realiza ejercicios físicos de manera segura, evitando posturas inadecuadas y demostrando responsabilidad en el cuidado de su cuerpo. Explica con seguridad la importancia de la vacunación como medida de prevención para cuidar su salud y la de los demás. Participa activamente en juegos grupales al aire libre, tomando decisiones solidarias y favoreciendo el bienestar colectivo, incluso por encima de sus propios intereses.	Expresa con confianza y creatividad su manera particular de moverse, asumiendo diferentes roles en actividades físicas y usando su lenguaje corporal para comunicarse. Realiza actividad física de forma segura, evitando posturas y movimientos que puedan afectar su salud, y explica la importancia de la vacunación para prevenir enfermedades. Participa en actividades grupales al aire libre, mostrando solidaridad y tomando decisiones que benefician al grupo, incluso si eso implica ceder sus propios intereses.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta			
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Accede a entornos virtuales establecidos, mediante credenciales de identificación digital y considerando procedimientos seguros, éticos y responsables: por ejemplo, para ingresar a una red social.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			



Enfoque de derecho	VALORES: Respeto por las diferencias
	ACTITUDES: Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia. Disposición a enseñar ofreciendo a los estudiantes las condiciones y oportunidades que cada uno necesita para lograr los mismos resultados. Disposición a depositar expectativas en una persona, creyendo sinceramente en su capacidad de superación y crecimiento por sobre cualquier circunstancia

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El profesor organiza el espacio de manera estratégica y adapta los materiales según las capacidades físicas y condiciones de salud de los estudiantes, apoyándose en información actualizada sobre habilidades motrices propias de la gimnasia educativa, para garantizar que las secuencias se ejecuten con seguridad, control y fluidez.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante participa activamente en la realización de secuencias gimnásticas, aplicando posturas adecuadas y movimientos controlados, demostrando conciencia corporal y autocuidado. Además, respeta las normas de seguridad y utiliza los materiales adaptados a sus capacidades, contribuyendo a una práctica fluida y segura.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación: "¡Buenos días, chicos! Hoy vamos a explorar nuevas formas de movernos y expresarnos con el cuerpo, aprendiendo a trabajar en equipo y a respetar las diferencias de cada uno mientras nos divertimos." Recomendaciones generales: "Recuerden escuchar las instrucciones con atención, respetar el espacio de los demás y apoyarse mutuamente durante las actividades. La seguridad y el respeto son lo más importante." Presentación del propósito: "En esta sesión, vamos a realizar ejercicios y juegos que nos ayudarán a mejorar nuestra coordinación y cooperación grupal, fortaleciendo tanto el cuerpo como los lazos con nuestros compañeros." Preguntas motivadoras: "¿Cómo creen que trabajar en equipo puede ayudarnos a aprender mejor?" "¿Qué significa para ustedes respetar las diferencias dentro del grupo?" "¿Han tenido alguna experiencia donde la cooperación hizo la diferencia?"	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Calentamiento y activación inicial: Actividad: Realizan ejercicios de movilidad articular y estiramientos dinámicos (5 minutos) para preparar el cuerpo. Ejercicios como marchas, rotación de brazos, flexiones suaves. Práctica supervisada de habilidades gimnásticas clave: Actividad: Los estudiantes practican individualmente o en parejas las posturas y movimientos principales (posición vela, posición mesa, rodamiento hacia atrás).	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre en relación a los ejercicios a ejecutar.	Colchonetas Silbato	50'



	El docente observa, corrige posturas y da indicaciones específicas para mejorar la técnica y seguridad. Ejercicios de autoevaluación y coevaluación: Actividad: En grupos pequeños, los estudiantes se turnan para practicar una habilidad y recibir retroalimentación constructiva de sus compañeros usando una lista simple de observación (por ejemplo: "¿Mantuvo la postura estable?", "¿Controló el movimiento?"). Se promueve la comunicación respetuosa y el reconocimiento de esfuerzos. Práctica guiada con retroalimentación personalizada: Actividad: El docente trabaja con estudiantes que presentan dificultades, brindando apoyo individualizado para corregir movimientos, mejorar equilibrio y aumentar la confianza. Se incluyen ejercicios de repetición y variaciones para facilitar el aprendizaje. Cierre del desarrollo: Actividad: Se realiza una breve presentación grupal voluntaria donde algunos alumnos demuestran sus habilidades mejoradas y reciben comentarios positivos y sugerencias del docente y compañeros.	Ubicar a los estudiantes de acuerdo al número de colchonetas.	Espacio amplio y despejado	
Cierre	Relajación y recuperación: Se realiza una rutina de respiraciones profundas y estiramientos suaves para relajar los músculos después de la práctica. Reflexión y retroalimentación colectiva: Se abre un espacio para que los estudiantes compartan cómo se sintieron durante la sesión, las mejoras que percibieron y los aspectos que desean seguir fortaleciendo. Se reconoce y valora el esfuerzo y compromiso demostrados. Recordatorio motivacional: Se recuerda que solo queda una sesión para demostrar lo aprendido, enfatizando la importancia de mantener una buena alimentación para tener la energía necesaria y cuidar la salud. Fomento de la autonomía: Se motiva a los estudiantes a continuar practicando y cuidando su cuerpo de manera autónoma, resaltando que el aprendizaje y el autocuidado dependen de ellos mismos para lograr un crecimiento saludable y sostenido. Despedida con mensaje positivo: Se transmite un mensaje de orgullo por los avances alcanzados, invitándolos a descansar, alimentarse bien y prepararse para la próxima clase, donde podrán mostrar sus logros.	Se ubican en media luna	Agua y jabón	18'

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
✓ Expresa con confianza y creatividad su estilo personal de movimiento, demostrando dominio al asumir diversos roles en las actividades gimnásticas y comunicándose eficazmente a través del lenguaje corporal.	Observación directa	Lista de cotejo



✓ Ejecuta movimientos y posturas físicas de manera segura, aplicando las correcciones aprendidas para proteger su salud corporal y demostrando comprensión de la importancia de la vacunación como medida preventiva

✓ Participa activamente en actividades grupales al aire libre, mostrando actitudes solidarias y respetuosas, contribuyendo a un ambiente inclusivo y colaborativo

✓ Toma decisiones responsables durante las actividades en grupo, priorizando el bienestar colectivo y demostrando disposición para ceder en beneficio del equipo cuando es necesario

VIII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. Iberoam. cienc. soc. niñez juv.* 9(2). 739-760.

<http://www.unirioja.es/~educ3/publicaciones/camposciencia/index.html>

AkrosComunicacion. (2017). Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.

Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8DCIt-19iQ>

Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*. 1984, 1-10.

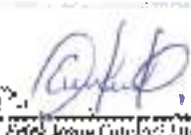
https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/estecuf/revista/pdf/Numero_37/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf

Belancourt Betancourt, F. J., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efdv.250266.2321>

Mondcz, G. A., & Mendez, G. C. (2007). *Los juegos en el currículum de E.F (1000 juegos para el desarrollo motor)* (1st ed., Vol. 1). PAIDOTRIBO. https://www.libreriajapomiva.com/libros/los-juegos-en-el-curriculum-de-e-f-1000-juegos-para-desarrollo-motor_7066


Profesor de la IE


Mg. César A. Induray Díaz
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Erick Jesus Cuadros Luque
Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA – ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 12

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	5to / C	Fecha	18/06/2025
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentín Aguilar Puma		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Condori Inque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Cuerpo sano en movimiento: ¡crece fuerte!"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Asume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	3.2.1 Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud. Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud. 3.1.1 Participa en actividades físicas en la naturaleza, eventos predeportivos, juegos populares, entre otros, y toma decisiones en favor del grupo, aunque vaya en contra de sus intereses personales, con un sentido solidario y de cooperación.	Participa activamente en actividades físicas al aire libre y juegos colaborativos, aplicando posturas correctas y evitando ejercicios que puedan afectar su salud, demostrando conciencia corporal y autocuidado. Explica con claridad y en sus propias palabras la importancia de la vacunación para prevenir enfermedades, valorando su rol en el cuidado de su salud.	Realiza actividades físicas aplicando posturas correctas y evitando movimientos que puedan causar daño, demostrando cuidado y responsabilidad hacia su salud corporal. Explica con sus propias palabras por qué la vacunación es importante para prevenir enfermedades y cómo contribuye al bienestar personal y colectivo. Participa activamente en juegos y actividades al aire libre, mostrando solidaridad y tomando decisiones que favorecen al grupo, incluso cuando eso implica sacrificar sus intereses personales.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta			
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Accede a entornos virtuales establecidos, mediante credenciales de identificación digital y considerando procedimientos seguros, éticos y responsables, por ejemplo, para ingresar a una red social.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque de derecho	VALORES: Respeto por las diferencias			
	ACTITUDES: Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia. Disposición a enseñar ofreciendo a los estudiantes las condiciones y oportunidades que cada uno necesita para lograr los mismos resultados.			



Disposición a depositar expectativas en una persona, creyendo sinceramente en su capacidad de superación y crecimiento por sobre cualquier circunstancia.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El profesor distribuye el espacio de manera planificada y ajusta los materiales conforme a las condiciones físicas y de salud de los alumnos, basando su planificación en conocimientos actuales sobre las habilidades motrices necesarias para la gimnasia educativa, asegurando así que las secuencias gimnásticas se realicen de forma segura y con fluidez.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante participa activamente en actividades gimnásticas y juegos al aire libre, aplicando posturas correctas y evitando movimientos que puedan perjudicar su salud, demostrando autocuidado y conciencia corporal. Además, explica con sus propias palabras la importancia de la vacunación para prevenir enfermedades, valorando su papel en el bienestar personal y colectivo. Durante las actividades, muestra solidaridad y toma decisiones responsables que favorecen al grupo, incluso cuando implica ceder en sus propios intereses.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación: “¡Hola, chicos! Espero que estén listos para una sesión rápida pero muy divertida. Hoy vamos a seguir aprendiendo cómo mover nuestro cuerpo de forma segura y saludable para fortalecernos y sentirnos bien.” Recomendaciones generales: “Antes de empezar, recuerden prestar atención a las indicaciones, hacer cada movimiento con cuidado y respetar los turnos. Si sienten alguna molestia o cansancio, por favor díganmelo para que podamos ayudar.” Presentación del propósito: “En esta sesión breve, practicaremos posturas gimnásticas importantes y movimientos que nos ayudarán a cuidar nuestro cuerpo y a mantenernos saludables.” Preguntas motivadoras: “¿Qué recuerdan sobre la importancia de hacer los movimientos con buena postura? ¿Quién puede contarme por qué es importante cuidar nuestro cuerpo cuando hacemos ejercicio? ¿Alguien ha ayudado a un compañero para que haga mejor un movimiento? ¿Cómo se sintieron?”	Se organiza al grupo en media luna.	Registro auxiliar Silbato	8'
Desarrollo	Calentamiento rápido y activación: Iniciamos con movimientos suaves durante 3 minutos para activar la circulación y preparar los músculos: marcha en el lugar, rotación de brazos y movilidad articular básica (cuello, muñecas y tobillos). Práctica guiada de posturas gimnásticas: Posición vela: Explicación breve y demostración. Los estudiantes practican, recibiendo correcciones puntuales para asegurar una postura segura y estable. Posición mesa: Práctica individual con enfoque en la alineación corporal y equilibrio, con apoyo del docente para quienes lo necesiten. Práctica del rodamiento hacia atrás: Demostración paso a paso del rodamiento hacia atrás, enfatizando la seguridad y relajación.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre en relación a los ejercicios a ejecutar. Unificar a los estudiantes de	Colchonetas Silbato Espacio amplio y despejado	30'



	Los estudiantes practican en colchonetas, con asistencia externa para garantizar seguridad y confianza. Repaso rápido de movimientos previos: Se invita a los estudiantes a realizar rodamiento hacia adelante y algunos giros, reforzando el control corporal y la coordinación. El docente ofrece retroalimentación individual o grupal, apoyando especialmente a quienes tengan dificultades. Actividad final lúdica: Se propone un juego corto que integre rodamiento y posturas practicadas, por ejemplo, "Carrera de posturas", donde los estudiantes se turnan para realizar una postura o rodamiento y regresan corriendo para pasar el turno.	acuerdo al número de colchonetas. Se agrupan en equipos		
Cierre	Relajación y recuperación: Guiamos a los estudiantes en respiraciones profundas y estiramientos suaves, enfocándonos en cuello, brazos, espalda y piernas, para relajar los músculos y facilitar la recuperación. Reflexión y retroalimentación colectiva: Invitamos a los estudiantes a compartir cómo se sintieron practicando las posturas y el rodamiento, qué les resultó más fácil o difícil, y cómo cuidaron su cuerpo durante la sesión. El docente destaca el esfuerzo, la mejora en la postura y la cooperación entre compañeros. Refuerzo de valores y autoconciencia: Se enfatiza la importancia del respeto al propio cuerpo y al de los demás, así como la responsabilidad de practicar con seguridad y apoyar a los compañeros. Despedida con mensaje de bienestar: "¡Muy bien hoy! Recuerden que cuidar nuestro cuerpo y hacer ejercicio con atención nos ayuda a estar fuertes y saludables. Ahora, tomen agua y prepárense para seguir creciendo con energía y salud!"	Se ubican en media luna	Agua y jabón	7"

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
✓ Ejecuta posturas gimnásticas correctas durante las actividades, evitando movimientos que puedan ocasionar lesiones o molestias. ✓ Demuestra cuidado y responsabilidad en el autocuidado corporal durante la práctica física. ✓ Explica con sus propias palabras la importancia de la vacunación para la prevención de enfermedades y su impacto en la salud colectiva. ✓ Participa activamente en juegos grupales, mostrando solidaridad y tomando decisiones que benefician al equipo, incluso si implica ceder en sus propios intereses.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev Latinoam cienc soc, ind, juv*, 9(2), 739-760.
<http://www.unmizales.edu.co/publicaciones/campus/index.html>



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL**



AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.

Pachas (2024) Pase balón voleibol. Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=M8DC11e-HhQ>

Prieto Baseón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas, 1984. 1-10.

https://archivos.esiit.es/archivos/analakcia/ensenanza-revistas-esiit/revista_pdf/Numero_37/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASEON_0.pdf

Betancourt Betancourt, T. F., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efdx.25i266.2321>

Mendez, G. A., & Mendez, G. C. (2007). *Los juegos en el currículum de E.F. (1000 juegos para el desarrollo motor)* (1st ed., Vol. 1). PAIDOTRIBO.
https://www.libreria deportiva.com/libros/los-juegos-en-el-curriculum-de-e-f-1000-juegos-para-desarrollo-motor_7066


Profesor de la I.E.


Mg. Cesar A. Antezor Díaz
DOCENTE EFPE
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Erick Josue Condori Laguna
EST. DEPR. TRANSACCION
Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA – ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 11

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70621 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	4to / 4°	Fecha	09/06/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentín Aguilar Puma		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Frick Josue Condori Tiquie		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Salud en movimiento: ¡fortalece tu cuerpo!"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Asume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	2.2.1 Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud. Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud. 3.1.1 Participa en actividades físicas en la naturaleza, eventos predeportivos, juegos populares, entre otros, y toma decisiones en favor del grupo, aunque vaya en contra de sus intereses personales, con un sentido solidario y de cooperación.	Participa activamente en actividades físicas al aire libre y juegos colaborativos, aplicando posturas correctas y evitando ejercicios que puedan afectar su salud, demostrando conciencia corporal y autocuidado. Explica con claridad y en sus propias palabras la importancia de la vacunación para prevenir enfermedades, valorando su rol en el cuidado de su salud.	Realiza actividades físicas aplicando posturas correctas y evitando movimientos que puedan causar daño, demostrando cuidado y responsabilidad hacia su salud corporal. Explica con sus propias palabras por qué la vacunación es importante para prevenir enfermedades y cómo contribuye al bienestar personal y colectivo. Participa activamente en juegos y actividades al aire libre, mostrando solidaridad y tomando decisiones que favorecen al grupo, incluso cuando eso implica sacrificar sus intereses personales.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta			
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Accede a entornos virtuales establecidos, mediante credenciales de identificación digital y considerando procedimientos seguros, éticos y responsables, por ejemplo, para ingresar a una red social.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque de derecho	VALORES: Respeto por las diferencias			
	ACTITUDES: Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia. Disposición a enseñar ofreciendo a los estudiantes las condiciones y oportunidades que cada uno necesita para lograr los mismos resultados.			



Disposición a depositar expectativas en una persona, creyendo sinceramente en su capacidad de superación y crecimiento por sobre cualquier circunstancia.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El profesor distribuye el espacio de manera planificada y ajusta los materiales conforme a las condiciones físicas y de salud de los alumnos, basando su planificación en conocimientos actuales sobre las habilidades motrices necesarias para la gimnasia educativa, asegurando así que las secuencias gimnásticas se realicen de forma segura y con fluidez.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante participa activamente en actividades gimnásticas y juegos al aire libre, aplicando posturas correctas y evitando movimientos que puedan perjudicar su salud, demostrando autocuidado y conciencia corporal. Además, explica con sus propias palabras la importancia de la vacunación para prevenir enfermedades, valorando su papel en el bienestar personal y colectivo. Durante las actividades, muestra solidaridad y toma decisiones responsables que favorecen al grupo, incluso cuando implica ceder en sus propios intereses.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación: "¡Buenos días, chicos! Espero que estén con muchas ganas de mover el cuerpo y aprender cómo cuidar nuestra salud mientras nos divertimos. Hoy vamos a hacer ejercicios gimnásticos y juegos al aire libre que nos ayudarán a fortalecer nuestro cuerpo y a mantenernos saludables." Recomendaciones generales: "Antes de empezar, recuerden siempre realizar los movimientos con cuidado, mantener posturas correctas y escuchar a su cuerpo para evitar cualquier molestia. Si sienten cansancio o dolor, avísennme de inmediato para tomar un descanso." Presentación del propósito: "En esta sesión, aprenderemos a hacer ejercicios y juegos que nos ayuden a fortalecer el cuerpo, practicar posturas seguras y comprender por qué la vacunación es importante para proteger nuestra salud." Preguntas motivadoras: "¿Alguna vez han sentido molestias porque hicieron un movimiento de forma incorrecta? ¿Por qué creen que es importante cuidar la postura cuando hacemos ejercicio? ¿Saben cómo la vacunación ayuda a mantenernos saludables? ¿Cómo podemos ayudar a nuestros compañeros durante los juegos para que todos se sientan incluidos y seguros?"	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Calentamiento y activación inicial: Se inicia con ejercicios suaves para activar la circulación y preparar los músculos, como marchas en el lugar, movilidad articular y estiramientos básicos. Práctica guiada de posiciones gimnásticas: Posición vela: El docente explica y muestra cómo adoptar la posición vela, enfatizando la alineación corporal y el control de la respiración. Los estudiantes practican individualmente con apoyo si es necesario.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre en relación a los ejercicios a ejecutar.	Colchonetas Silbato	50'



	Posición mesa: Se realiza la misma dinámica, asegurándose de que los alumnos comprendan la postura correcta para fortalecer el tronco y brazos. El docente supervisa, corrige posturas y motiva a mantener el equilibrio y la estabilidad. Rodamiento hacia atrás: Se introduce el rodamiento hacia atrás con una explicación paso a paso. Los estudiantes practican en colchonetas, primero con asistencia del docente o compañeros para garantizar seguridad. Se promueve el control corporal y la relajación durante el movimiento para evitar lesiones. Práctica y revisión de movimientos previos: Los estudiantes repasan rodamiento hacia adelante, piernas y otros movimientos ya aprendidos en sesiones anteriores. Se forman pequeños grupos para practicar y ayudarse mutuamente, fomentando la cooperación. El docente realiza una retroalimentación individual o grupal, brindando apoyo personalizado a quienes tengan dificultades para mejorar técnica y confianza. Cierre del desarrollo: Se realiza una pequeña muestra voluntaria donde algunos estudiantes pueden presentar lo aprendido para recibir comentarios positivos y sugerencias constructivas.	Ubicar a los estudiantes de acuerdo al número de colchonetas. Se ubican en media luna	Espacio amplio y despejado	
Cierre	Relajación y recuperación: Guiamos a los estudiantes en ejercicios de respiración profunda acompañados de estiramientos suaves, especialmente en cuello, espalda, brazos y piernas, para relajar los músculos trabajados y favorecer la recuperación corporal. Reflexión y retroalimentación colectiva: Se invita a los estudiantes a compartir cómo se sintieron al practicar la posición vela, mesa y el rodamiento hacia atrás. Se promueve que expresen qué movimientos les resultaron más fáciles o difíciles y cómo cuidaron su postura durante la sesión. El docente resalta los avances observados, destacando la mejora en el control corporal, la colaboración entre compañeros y el esfuerzo demostrado. Refuerzo de valores y autocuidado: Se enfatiza la importancia de respetar los propios límites y los de los demás, valorando la solidaridad y la paciencia durante el aprendizaje. Se recuerda la responsabilidad de cuidar la postura para evitar lesiones y promover un estilo de vida saludable. Despedida con mensaje de bienestar: Para finalizar, se motiva a los estudiantes con este mensaje: “¡Muy bien hecho hoy! Recuerden que cuidar nuestro cuerpo y practicar con atención nos hace más fuertes y saludables. Siguen disfrutando del	Se ubican en media luna	Agua y jabón	18'



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA – ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



	movimiento con respeto y cuidado. Ahora, tomen agua y prepárense para seguir creciendo con salud y energía "			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
✓ Ejecuta posturas gimnásticas correctas durante las actividades, evitando movimientos que puedan ocasionar lesiones o molestias. ✓ Demuestra cuidado y responsabilidad en el autocuidado corporal durante la práctica física ✓ Explica con sus propias palabras la importancia de la vacunación para la prevención de enfermedades y su impacto en la salud colectiva. ✓ Participa activamente en juegos grupales, mostrando solidaridad y tomando decisiones que beneficien al equipo, incluso si implican ceder en sus propios intereses.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. salud juv*, 9(2), 739-760.
<http://www.umanizales.edu.co/publicaciones/campus.cinder/index.html>
- AkrosComunicación. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8DC11z-BhiQ>
- Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*. 1984, 1- 10.
https://archivos.esif.es/archivos/andabaca-ensenanza-revistas-es-esif/revista.pdf?Numeros=37_MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilea, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas. Educación Física y Deportes*, 25(266), 87–97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.2321>
- Mendez, G. A., & Mendez, G. C. (2007). *Los juegos en el currículum de E.F (1000 juegos para el desarrollo motor)* (1st ed., Vol. 1). PAIDOTRIBO.
https://www.libreriadeporviva.com/libros/los-juegos-en-el-curriculo-de-e-f-1000-juegos-para-desarrollo-motor_7066


Profesor de la I E


César Acuña Arce Díaz
DOCENTE L-CEP
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Erick Jorge Condori Jaquir
EST DE PRÁCTICA PREPROFESIONAL
Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA – ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 10

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	tro : C	Fecha	06/06/2025
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentín Agoilar Puma.		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Condori Loque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Cada gesto cuenta: la fuerza de tu expresión corporal"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se expresa corporalmente Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	1.2.1 Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal. 3.1.1 Participa en actividades físicas en la naturaleza, eventos deportivos, juegos populares entre otros, y toma decisiones en favor del grupo, aunque vaya en contra de sus intereses personales, con un sentido solidario y de cooperación.	Los estudiantes participan activamente en ejercicios gimnásticos básicos, como desplazamientos, equilibrios y posturas, expresando su estilo personal de movimiento con seguridad al asumir diferentes roles (líder, ejecutante o apoyo) durante la actividad. Además, colaboran con sus compañeros en la organización de secuencias grupales, tomando decisiones que priorizan el bienestar colectivo y demostrando actitudes solidarias, inclusivas y de respeto mutuo.	Expresa con claridad y originalidad su forma personal de moverse al asumir diversos roles en actividades físicas, aplicando su lenguaje corporal de manera adecuada y segura. Participa activamente en actividades físicas al aire libre, eventos y juegos populares, mostrando disposición para colaborar y tomar decisiones que benefician al grupo, aun cuando implique renunciar a sus propios intereses. Demuestra actitudes solidarias y cooperativas durante las actividades grupales, fomentando un ambiente de respeto, inclusión y trabajo en equipo.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza estrategias y procedimientos que se proponen en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta.			
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Accede a entornos virtuales establecidos, mediante credenciales de identificación digital y considerando procedimientos seguros, éticos y responsables; por ejemplo, para ingresar a una red social.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque de derecho	VALORES: Respeto por las diferencias			
	ACTITUDES: Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia			



Disposición a enseñar ofreciendo a los estudiantes las condiciones y oportunidades que cada uno necesita para lograr los mismos resultados.
 Disposición a depositar expectativas en una persona, creyendo sinceramente en su capacidad de superación y crecimiento por sobre cualquier circunstancia.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- "El docente organiza estratégicamente el espacio y adapta materiales según las capacidades y salud de los estudiantes, fundamentando su planificación en información actualizada sobre habilidades motrices para la gimnasia educativa, garantizando una ejecución fluida y segura de las secuencias gimnásticas."

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante desarrolla y ejecuta secuencias gimnásticas básicas con control y coordinación corporal, demostrando fluidez en movimientos como giros, saltos y equilibrios, respetando las normas de seguridad y mostrando una actitud responsable y colaborativa durante la actividad física.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	aludo y ambientación: "¡Hola, chicos! Espero que estén listos para seguir mejorando en nuestra práctica gimnástica. Hoy vamos a trabajar movimientos que nos ayudarán a fortalecer el cuerpo y ganar equilibrio, como el rodamiento y la parada de cabeza. Vamos a comenzar con estiramientos suaves para preparar nuestros músculos y despertar nuestra energía." Recomendaciones generales: "Recuerden siempre prestar atención a las indicaciones, respetar los turnos y cuidar la seguridad, especialmente en los movimientos que impliquen equilibrio o apoyo sobre la cabeza. Si sienten alguna molestia o inseguridad, avísenme para ayudarles." Presentación del propósito: "En esta sesión, avanzaremos en la ejecución controlada de rodamientos hacia adelante y la práctica guiada de la parada de cabeza, enfocándonos en la coordinación, el control corporal y la seguridad." Preguntas motivadoras: "¿Quién recuerda cómo se realiza un rodamiento correcto?" ¿Por qué creen que es importante mantener el control y la concentración cuando hacemos la parada de cabeza?" ¿Cómo creen que estas habilidades gimnásticas pueden fortalecer nuestro cuerpo y ayudarnos en otras actividades físicas?"	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	10''
Desarrollo	Proceso de vascularización (Calentamiento dinámico): Comenzamos con ejercicios suaves durante 5 minutos para activar la circulación sanguínea y preparar el cuerpo para la gimnasia. Los estudiantes realizan: Marcha en el lugar elevando las rodillas de forma controlada. Saltos suaves, alternando pies juntos y separados.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre en relación a	Colchonetas Conos	25'



	Movilidad articular con círculos amplios de brazos, muñecas, tobillos y cuello para flexibilizar las articulaciones. Elongamientos (Estiramientos específicos): Se continúan con estiramientos enfocados en aumentar la flexibilidad y prevenir lesiones, manteniendo cada postura entre 15 y 20 segundos: Estiramiento de brazos hacia arriba y hacia los lados, extendiendo bien los músculos. Flexión frontal para estirar la espalda baja y los músculos isquiotibiales. Estiramiento del cuello con rotaciones suaves y estiramientos laterales. Rotación de tronco para liberar tensión en la columna. Actividades gimnásticas lúdicas: Se desarrollan tres juegos con un enfoque divertido y colaborativo, que trabajan específicamente el rodamiento y la parada de cabeza. Juego 1: "Carrera de rodillos" Los estudiantes forman dos equipos. Cada participante debe hacer un rodamiento hacia adelante dentro de un área delimitada, regresar corriendo y pasar el turno al siguiente compañero. Gana el equipo que termine primero. Objetivo: practicar el rodamiento con control y seguridad. Juego 2: "La estatua de equilibrio" Cada estudiante se ubica en una colchoneta y debe mantener la postura de parada de cabeza durante 10 segundos para luego realizar un rodamiento desde esa posición. Juego 3: "Círculo gimnástico" Se arma un circuito con estaciones que incluyen rodamiento hacia adelante, desplazamiento en equilibrio (sobre una línea o banco bajo) y parada de cabeza asistida (con apoyo del docente o compañeros). Los estudiantes recorren el circuito en grupos, animándose mutuamente. Objetivo: integrar y coordinar las habilidades gimnásticas, fomentando la cooperación y el trabajo en equipo.	los ejercicios a ejecutar.	Matillos Silbato Espacio amplio y despejado	
Cierre	Relajación y recuperación: Los estudiantes realizan ejercicios de respiración profunda y estiramientos suaves, enfocándose en los músculos trabajados durante la sesión (cuello, brazos, espalda y piernas). Esta práctica contribuye a relajar el cuerpo, facilitar la recuperación muscular y prevenir molestias posteriores. Reflexión y retroalimentación colectiva: Se abre un espacio para que los estudiantes compartan cómo se sintieron al practicar el rodamiento y la parada de cabeza, y cómo cuidaron su postura en cada actividad. El docente destaca los logros observados, resaltando el control corporal, la cooperación en equipo y el esfuerzo constante por mejorar.	Se agrupan en dos equipos Se ubican en columnas en referencia al número de colchonetas Se agrupan en grupos de 5.	Agua y jabón	10'



	Refuerzo de valores y autocuidado: Se enfatiza el valor inherente y la dignidad de cada estudiante, recordando que todos merecen respeto y oportunidades equitativas. Se promueve la colaboración durante las actividades y la responsabilidad en los roles asumidos, fomentando un ambiente inclusivo y solidario. Despedida con mensaje de bienestar: Para concluir, se motiva a los estudiantes con este mensaje: "¡Excelente trabajo hoy! Recuerden que respetar y cuidar nuestro cuerpo y a los demás es la base para crecer fuertes y saludables. Ahora, ¡a lavarse las manos y a tomar agua para seguir cuidándonos!"			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
❖ Expresa con seguridad y originalidad su estilo personal al realizar movimientos gimnásticos, demostrando control corporal y fluidez. ❖ Asume con responsabilidad y actitud positiva los distintos roles asignados durante las actividades físicas, adaptando su lenguaje corporal adecuadamente. ❖ Participa activamente en juegos y actividades grupales, colaborando con sus compañeros y contribuyendo al logro de objetivos comunes. ❖ Manifiesta respeto, solidaridad e inclusión hacia todos los integrantes del grupo, fomentando un ambiente de trabajo colaborativo y armonioso.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral

Rev. Iarinoam.cienc.soc.niñez juv., 9(2), 739-760.

<http://www.unanizules.edu.co/publicaciones/campus-ciudad/index.html>

AkrosComunicación. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.

Pachas (2024) Paso balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=-M81DC1U-14hRQ>

Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.

https://archivos.esif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/esiesif/revista/pdf/Numero_37/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf

Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'farrell, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.4068/lect.v25i266.2321>

Mendez, G. A., & Mendez, G. C. (2007). *Los juegos en el currículum de E.F (1900 juegos para el desarrollo motor)* (1st ed., Vol. 1). PAIDOTRIBO. https://www.libreriaedeporiva.com/libros/los-juegos-en-el-curriculum-de-e-f-1900-juegos-para-desarrollo-motor_7066


Profesor de la Práctica


Mg. César A. Gutiérrez Díaz
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA – ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 02

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	6to / C	Fecha	02/06/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Conderi Laque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Expresa tu mundo interior con cada gesto"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se expresa corporalmente Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	1.2.1 Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal. 3.1.1 Participa en actividades físicas en la naturaleza, eventos predeportivos, juegos populares, entre otros y toma decisiones en favor del grupo, aunque vaya en contra de sus intereses personales, con un sentido solidario y de cooperación.	Los estudiantes participan activamente en ejercicios gimnásticos básicos, como desplazamientos, equilibrios y posturas, expresando su estilo personal de movimiento con seguridad al asumir diferentes roles (líder, ejecutante o apoyo) durante la actividad. Además, colaboran con sus compañeros en la organización de secuencias grupales, tomando decisiones que priorizan el bienestar colectivo y demostrando actitudes solidarias, inclusivas y de respeto mutuo.	Expresa con claridad y originalidad su forma personal de moverse al asumir diversos roles en actividades físicas, aplicando su lenguaje corporal de manera adecuada y segura. Participa activamente en actividades físicas al aire libre, eventos y juegos populares, mostrando disposición para colaborar y tomar decisiones que benefician al grupo, aun cuando implique renunciar a sus propios intereses. Demuestra actitudes solidarias y cooperativas durante las actividades grupales, fomentando un ambiente de respeto, inclusión y trabajo en equipo.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta			
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Accede a entornos virtuales establecidos, mediante credenciales de identificación digital y considerando procedimientos seguros, éticos y responsables; por ejemplo, para ingresar a una red social.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque de derecho	VALORES: Respeto por las diferencias			
	ACTITUDES: Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia.			



Disposición a enseñar ofreciendo a los estudiantes las condiciones y oportunidades que cada uno necesita para lograr los mismos resultados.
Disposición a depositar expectativas en una persona, creyendo sinceramente en su capacidad de superación y crecimiento por sobre cualquier circunstancia.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza estratégicamente el espacio y adapta materiales según las capacidades y salud de los estudiantes, fundamentando su planificación en información actualizada sobre habilidades motrices para la gimnasia educativa, garantizando una ejecución fluida y segura de las secuencias gimnásticas.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante desarrolla y ejecuta secuencias gimnásticas básicas con control y coordinación corporal, demostrando fluidez en movimientos como giros, saltos y equilibrios, respetando las normas de seguridad y mostrando una actitud responsable y colaborativa durante la actividad física.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación: "¡Buenos días, chicos! Espero que se encuentren muy bien y con muchas ganas de mover el cuerpo y aprender algo nuevo hoy. Vamos a comenzar con una pequeña ronda de estiramientos para preparar nuestros músculos y despertar nuestra energía." Recomendaciones generales: "Antes de empezar, recuerden mantener siempre la atención en las indicaciones, respetar los turnos y cuidar la seguridad de todos, especialmente en los movimientos que impliquen saltos o equilibrios. Si sienten alguna molestia, avísenme de inmediato." Presentación del propósito: "En esta sesión, vamos a trabajar en desarrollar nuestras habilidades gimnásticas, aprendiendo a realizar secuencias de movimientos como giros, saltos y equilibrios con control y coordinación." Preguntas motivadoras: "¿Quién ha practicado alguna vez un salto o un giro en el patio o en casa?" "¿Por qué creen que es importante controlar bien nuestro cuerpo cuando hacemos estos movimientos?" "¿Cómo creen que estas habilidades pueden ayudarnos en otros deportes o en la vida diaria?"	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Proceso de vascularización (Calentamiento dinámico): Iniciamos con ejercicios suaves para activar la circulación sanguínea y preparar el cuerpo para la actividad gimnástica. Los estudiantes realizan una serie de movimientos durante 5 minutos, incluyendo: Marcha en el lugar con elevación de rodillas. Saltos suaves con pies juntos y separados. Movilidad articular (círculos con brazos, muñecas, tobillos y cuello). Elongamientos (Estramientos específicos): Continuamos con estiramientos que favorecen la flexibilidad y previenen lesiones, manteniendo	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre en relación a los ejercicios a ejecutar.	Calchonetas Conos Platillos Silbato	50'



	cada postura durante 15 a 20 segundos. Ejemplos: Estiramiento de brazos hacia arriba y laterales. Flexión frontal para estirar la espalda baja y los isquiotibiales. Estiramiento de cuello y rotación de tronco. Actividades gimnásticas lúdicas: Se desarrollan tres juegos que incorporan movimientos gimnásticos, especialmente el rodamiento y la parada de cabeza, fomentando la diversión, la cooperación y el aprendizaje progresivo. Juego 1: "Carrera de rodillos" Los estudiantes se organizan en dos equipos. Cada participante debe realizar un rodamiento hacia adelante dentro de un espacio delimitado y regresar corriendo para pasar el turno al siguiente. El equipo que complete primero la ronda gana. Objetivo: practicar el rodamiento con seguridad y control. Juego 2: "La estatua de equilibrio" Cada estudiante elige una colchoneta en grupo y debe mantener la postura de parada de cabeza durante 10 segundos, mientras los demás intentan hacer reír o distraer de forma amigable. Si alguien pierde el equilibrio, pasa el turno. Objetivo: fortalecer el equilibrio y la concentración. Juego 3: "Circuito gimnástico" Se arma un circuito con estaciones que incluyen rodamiento hacia adelante, desplazamiento en equilibrio (sobre una línea o banco bajo), y parada de cabeza asistida (con apoyo del profesor o compañero). Los estudiantes recorren el circuito en grupos, animándose mutuamente. Objetivo: integrar las habilidades gimnásticas trabajadas, mejorar la coordinación y fomentar el trabajo en equipo.	Ubicar a los estudiantes de acuerdo al número de colchonetas. Se ubican en columnas en referencia al número de colchonetas. Se agrupan en grupos de 4.	Espacio amplio y despejado	
Cierre	Relajación y recuperación: Los estudiantes realizan ejercicios de respiración profunda, acompañados de estiramientos suaves y conscientes, enfocándose especialmente en los músculos que se trabajaron durante la sesión (cuello, brazos, espalda, piernas). Esta práctica ayuda a relajar el cuerpo, facilitar la recuperación muscular y prevenir posibles molestias posteriores. Reflexión y retroalimentación colectiva: Se abre un espacio para que los estudiantes compartan cómo se sintieron al practicar el rodamiento y la parada de cabeza, y cómo cuidaron su postura en cada actividad. El docente resalta los logros observados, destacando el control corporal, la cooperación en equipo y el esfuerzo constante por mejorar en cada intento. Refuerzo de valores y autocuidado: Se enfatizan valores fundamentales como el respeto por el propio cuerpo y el de los demás, la importancia de colaborar en los ejercicios.	Se ubican un media luna.	Agua y jabón	18'



grupos y la responsabilidad al asumir roles dentro de la clase, promoviendo así un ambiente de respeto e inclusión. Despedida con mensaje de bienestar: Para finalizar, se motiva a los estudiantes con este mensaje: "¡Buen trabajo hoy! Recuerden que moverse con responsabilidad es también una forma de cuidarnos. Ahora, ¡a lavarse las manos y a tomar agua para seguir creciendo fuertes y saludables!"			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
❖ Expresa con seguridad y originalidad su estilo personal al realizar movimientos gimnásticos, demostrando control corporal y fluidez. ❖ Asume con responsabilidad y actitud positiva los distintos roles asignados durante las actividades físicas, adaptando su lenguaje corporal adecuadamente. ❖ Participa activamente en juegos y actividades grupales, colaborando con sus compañeros y contribuyendo al logro de objetivos comunes. ❖ Manifiesta respeto, solidaridad e inclusión hacia todos los integrantes del grupo, fomentando un ambiente de trabajo colaborativo y armonioso.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral.

Rev. latinoam. cienc. soc. salud pùb., 9(2), 739-760.

http://www.unnizules.edu.co/publicaciones_compos/inde/index.html

AkrosComunicación, (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.

Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8DCTU6Hj0Q>

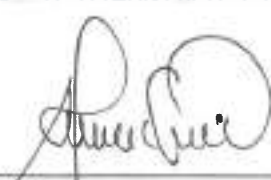
Prieto-Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas. 1984. 1-10.

https://archivos.esif.es/archivos-andalucia-ensenanza/revistas-esif/revista/pd/Numero_37/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf

Betancourt Betancourt, F. P., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.2321>

Mendez, G. A., & Mendez, G. C. (2007). *Los juegos en el currículum de E.F (1000 juegos para el desarrollo motor)* (1st ed., Vol. 1). PAIDOTRIBO.

http://www.libreriaileportiva.com/libro/los-juegos-en-el-curriculum-de-e-f-1000-juegos-para-desarrollo-motor_7066


Profesor de la IE


Mg. César A. Pachas Pachas
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Enrique Javier Gutierrez Gutierrez
EST DE PRÁCTICA PREPROFESIONAL
UNA - PUNO
Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 08

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	1	Grado/Sección	6to / C	Fecha	30/05/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma.		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Enck Josué Candori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Movimientos con confianza y sentido"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable	Se expresa corporalmente Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	1.2.1. Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal. 2.2.1. Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud. Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud.	Los estudiantes participan activamente en dinámicas de exploración motriz y juegos de calentamiento relacionados con la gimnasia, donde asumen diferentes roles (camarero, líder, guía o mirador) y expresan su estilo personal de movimiento con seguridad. Durante las actividades, identifican posturas adecuadas y evitan aquellas que puedan afectar su salud, demostrando conciencia corporal. Además, explican por qué la vacunación es importante para mantenerse sanos y participar con energía en las clases.	Expresa con creatividad y seguridad su estilo de movimiento al asumir distintos roles. Participa activamente en actividades físicas con conciencia de su postura y autocuidado. Evita posturas o ejercicios que puedan dañar su salud durante la actividad física. Explica con claridad la importancia de la vacunación para el cuidado de su salud.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Accede a entornos virtuales establecidos, mediante credenciales de identificación digital y considerando procedimientos seguros, éticos y responsables; por ejemplo, para ingresar a una red social.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque de derecho	VALORES. Respeto por las diferencias ACTITUDES. Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia.			

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- "El docente organiza estratégicamente el espacio del patio para facilitar la ejecución fluida y segura de las secuencias gimnásticas, adapta los materiales considerando las capacidades físicas y condiciones de salud de los estudiantes, y



fundamenta su planificación en información actualizada sobre habilidades motrices vinculadas a la gimnasia educativa."

V. APRENDIZAJE ESPERADO

Al finalizar la sesión, el estudiante será capaz de realizar pases y recepciones con seguridad y confianza utilizando la técnica adecuado. Además, participará activamente en la creación de reglas grupales durante los juegos predeportivos.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente da la bienvenida de forma cálida y breve, recordando en un par de frases las normas de convivencia y la importancia de cuidar el cuerpo propio y ajeno durante la gimnasia. Recomendaciones generales Se confirma que todos llevan ropa y calzado adecuados. Se recalca mantener espacio personal suficiente y la necesidad de un calentamiento rápido (respiramientos dinámicos) para proteger postura y articulaciones. Presentación del propósito "En esta sesión breve, reforzaremos la postura correcta y el control corporal en secuencias gimnásticas, mientras asumimos roles responsables en equipo." Preguntas motivadoras ¿Qué postura básica debemos mantener para un movimiento seguro? ¿Cómo ayuda tu rol a la fluidez del ejercicio grupal? ¿Cuál es la señal de tu cuerpo que te indica parar o ajustar un movimiento?"	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	8'
Desarrollo	Vascularización y elongación Para preparar el cuerpo y prevenir lesiones, se inicia con una activación corporal que combina trabajo cardiovascular, coordinación y movilidad articular: Ejercicios de activación (4 minutos): Cumba imaginaria: saltos suaves manteniendo el tronco erguido y balanceando brazos como si fuera una cuerda. Caminata de oso y cangrejo: Desplazamientos bajos (manos y pies apoyados) para fortalecer muñecas y hombros, alternando con "cangrejo" boca arriba para abrir el pecho. Rotaciones dinámicas: Desplazamientos laterales con brazos en cruz y giros de tronco al ritmo de la respiración. Gimnasia: Estación de Desafío en Viga y Banco Objetivo: Mejorar el equilibrio y la confianza en superficies estrechas. Cómo se realiza: Cada niño recorre una viga baja, primero caminando de frente, luego de lado y, por último, de espaldas. En el banco escolar, practican saltos suaves de un extremo al otro, contando la recepción con ambas rodillas dobladas.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre en relación a los ejercicios a ejecutar. Ubicar a los estudiantes de acuerdo al número de estaciones	+ Colchonetas Conos Platillos Silbato Cinta Espacio amplio y despejado	30'



	Se anima a intercambiar roles de guía/cliente para dar y recibir apoyo verbal. Gimnasia: Secuencias en Espejo Objetivo: Desarrollar la atención al detalle y la responsabilidad en el rol de líder y seguidor. Cómo se realiza: Parejas frente a frente: Uno realiza una serie de gestos (extensión de brazos, inclinaciones, elevaciones de piernas) y el otro los replica en "modo espejo". Tras 1 minuto, intercambian papeles. Se evalúa la precisión del seguidor y la claridad de las indicaciones del líder. Gimnasia: Estación de Autocuidado y Relajación Activa Objetivo: Fomentar la conciencia corporal y el autocuidado al final de la práctica. Cómo se realiza: Estiramiento con apoyo: En parejas, uno ofrece suave resistencia mientras el otro estira gemelos, isquiotibiales y hombros. Ejercicio de respiración y "escaneo corporal": tumbados en colchoneta, inhalan y exhalan profundamente, identificando áreas de tensión para soltar. Nota: Pausa de autocuidado en forma de una lluvia de ideas sobre señales de fatiga y recomendaciones para cuidarse tras la clase.			
Cierre	Relajación y recuperación Los estudiantes realizan un breve ejercicio de relajación progresiva: tensan y sueltan grupos musculares (piernas, espalda, brazos), seguido de estiramientos conscientes centrados en la columna y las articulaciones implicadas en la sesión de gimnasia. Esto facilita la recuperación y reduce la tensión acumulada. Reflexión y retroalimentación colectiva En círculo, cada alumno comenta cómo se sintió al asumir distintos roles (líder, apoyo, observador) y qué ajustes de postura les ayudaron a ejecutar mejor los movimientos. El docente destaca ejemplos concretos de control corporal, coordinación en equipo y progresos individuales. Refuerzo de valores y autocuidado Se subrayan valores como la responsabilidad al guiar a un compañero, el respeto al escuchar feedback y la cooperación al ajustar posturas ajenas. Además, se recuerda la importancia de reconocer señales de cansancio y tomar descansos cuando el cuerpo lo pida. Despedida con mensaje de bienestar Para cerrar, se anima a los estudiantes a seguir cuidándose fuera del aula con este mensaje: "¡Excelente trabajo! Recuerden que mantener buena postura y apoyar a sus compañeros también es parte del autocuidado. Ahora, tomen agua, lávense las manos y aprovechen un estiramiento suave en casa para terminar de relajar el cuerpo."	Se ubican en media luna	Agua y jabón	7'



VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
❖ Expresa con creatividad y seguridad su estilo propio al desempeñar diferentes roles en actividades físicas. ❖ Participa activamente cuidando su postura y aplicando prácticas de autocuidado durante las actividades. ❖ Identifica y evita posturas o movimientos que puedan afectar negativamente su salud. ❖ Explica de forma clara la importancia de la vacunación para la prevención de enfermedades y el bienestar personal.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv.*, 9(2), 739-760.
<http://www.unaniza.es.edu.co/publicaciones/compos/ciude/index.html>
- AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M83OCUJ-BluU>
- Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.
<https://archivos.esf.es/archivos/andaluza/ensenanza/revistas/esies/revista.pdf?Numero=37-MIGUEL-ANGELO-PRIELO-BASCON-III.pdf>
- Betancourt Betancourt, F. F., Muchángara Quilca, A. D., & Gibert O'farriol, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.2321>


Profesor de la I.E


Mg. César A. ...
DOCENTE EFC
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Firma del Estudiante de Práctica
ESTUDIANTE DE PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 07

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa	Área	Educación Física
Bimestre	I	Grado/Sección	6to / C
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma.
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Cordero Luque

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Nos movemos libres, seguros y con propósito"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable	Se expresa corporalmente Incorporar prácticas que mejoren su calidad de vida	1.2.1 Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal. 2.2.1 Realiza actividad física y evita posturas y ejercicios contraindicados que perjudican su salud. Explica la importancia de la vacunación y sus consecuencias en la salud.	Los estudiantes participan activamente en dinámicas de exploración motriz y juegos de calentamiento relacionados con la gimnasia donde asumen diferentes roles (como líder, guía o imitador) y expresan su estilo personal de movimiento con seguridad. Durante las actividades, identifican posturas adecuadas y evitan aquellas que puedan afectar su salud, demostrando conciencia corporal. Además, explican, por qué la vacunación es importante para mantenerse sanos y participar con energía en las clases.	Expresa con creatividad y seguridad su estilo de movimiento al asumir distintos roles. Participa activamente en actividades físicas con conciencia de su postura y autocuidado. Evita posturas o ejercicios que puedan dañar su salud durante la actividad física. Explica con claridad la importancia de la vacunación para el cuidado de su salud.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Accede a entornos virtuales establecidos, mediante credenciales de identificación digital y considerando procedimientos seguros, éticos y responsables; por ejemplo, para ingresar a una red social.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque de derecho	VALORES: Respeto por las diferencias ACTITUDES: Reconocimiento al valor inherente de cada persona y de sus derechos, por encima de cualquier diferencia			

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- "El docente organiza estratégicamente el espacio del patio para facilitar la ejecución fluida y segura de las secuencias gimnásticas, adapta los materiales considerando las capacidades físicas y condiciones de salud de los estudiantes, y



fundamenta su planificación en información actualizada sobre habilidades motrices vinculadas a la gimnasia educativa."

V. APRENDIZAJE ESPERADO

Al finalizar la sesión, el estudiante será capaz de realizar pases y recepciones con seguridad y confianza utilizando la técnica adecuada. Además, participará activamente en la creación de reglas grupales durante los juegos predeportivos.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente saluda con entusiasmo y cercanía, generando un ambiente de confianza y disposición para el trabajo corporal. Recuerda brevemente las normas de convivencia, respeto y seguridad, resaltando la importancia de cuidar el propio cuerpo y el de los demás durante las actividades gimnásticas. Recomendaciones generales Se verifica que los estudiantes cuenten con la vestimenta adecuada para realizar movimientos seguros (ropa cómoda, zapatillas antideslizantes, cabello recogido, etc.). Se indica la importancia de mantener la distancia durante las ejecuciones para prevenir accidentes. Además, se destaca el valor del calentamiento previo como práctica de autocuidado que prepara el cuerpo para mantener una postura correcta y evitar lesiones. Presentación del propósito "Hoy nos enfocaremos en desarrollar habilidades motrices a través de ejercicios gimnásticos, poniendo especial atención a la postura, el control corporal y la responsabilidad que asumimos en distintos roles durante las secuencias de movimiento." Preguntas motivadoras ¿Qué posturas debemos cuidar para realizar correctamente los movimientos gimnásticos? ¿Qué significa asumir un rol responsable cuando trabajamos en equipo en gimnasia? ¿Por qué es importante conocer y respetar los límites de nuestro cuerpo durante la práctica?"	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Vascularización y elongación Para preparar el cuerpo y prevenir lesiones, se inicia con una activación corporal que combine movimientos cardiovasculares, movilidad articular y conciencia postural: Ejercicios de activación: Tronco suave en diferentes direcciones, con cambios de ritmo, manteniendo el cuerpo erguido. Movilidad articular activa: giros controlados de cuello, brazos, caderas y tobillos, cuidando el equilibrio y la postura. Activación con control corporal: saltos pequeños en el lugar, pasos laterales coordinados y balanceo de piernas, enfocándose en el control del cuerpo. Gimnasia: Estación de Posturas y Equilibrio Objetivo: Mejorar el equilibrio, la atención corporal y la concentración.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre en relación a los ejercicios a ejecutar Ubicar a los estudiantes de acuerdo al número de estaciones.	Colchonetas Conos Platillos Silbato Cinta Espacio amplio y despejado	50'



	Cómo se realiza: En colechonetas, practican posturas como "el árbol", "la vela" o "la mesa". Se mantienen las posturas por 5 a 10 segundos, cuidando la respiración y el eje corporal. Luego realizan transiciones suaves entre posturas, con apoyo mutuo si es necesario. Gimnasia: Trabajo en equipo con roles Objetivo: Fomentar la coordinación grupal y la responsabilidad al asumir diferentes roles. Cómo se realiza: En grupos de 3 o 4, los estudiantes crean una pequeña secuencia gimnástica que incluya al menos una postura, un giro y un desplazamiento. Cada integrante asume un rol (líder de movimientos, asistente, observador o guía). Presentan su secuencia al grupo, luego intercambian roles y mejoran la ejecución. Gimnasia: Estación de autocuidado y conciencia corporal Objetivo: Reconocer los límites del cuerpo y aplicar el autocuidado durante la práctica. Cómo se realiza: Ejercicios: Simples de equilibrio y control corporal: caminar sobre una línea, equilibrio con un pie, estiramientos suaves. Se conversa brevemente sobre cómo saber cuánto detenerse, cómo cuidar la espalda o las muñecas, y cómo ayudar a un compañero si lo necesita. Nota: Se aplican pequeñas pausas activas para estirarse y relajar el cuerpo.			
Cierre	Relajación y recuperación: Los estudiantes realizan ejercicios de respiración profunda, estiramientos suaves y conscientes, enfocados en los músculos utilizados durante la sesión. Esta práctica ayuda a relajar el cuerpo, facilitar la recuperación muscular y prevenir molestias posteriores. Reflexión y retroalimentación colectiva: Se abre un breve espacio de diálogo en el que los estudiantes comparten cómo se sintieron al asumir distintos roles y cómo cuidaron su postura durante las actividades. El docente resalta los logros observados, especialmente el control corporal, la cooperación en equipo y el esfuerzo por mejorar en cada intento. Refuerzo de valores y autocuidado: Se destacan valores fundamentales como el respeto por el cuerpo propio y el de los demás, la colaboración en las ejercicios grupales y la responsabilidad al asumir roles dentro de la clase. Despedida con mensaje de bienestar: Para cerrar, se motiva a los estudiantes a continuar cuidando de sí mismos con este mensaje: "¡Buen trabajo hoy! Recuerden que moverse con responsabilidad también es parte de cuidarnos. Ahora, ¡a lavarse las manos y a tomar agua para seguir creciendo fuertes y saludables!"	Se agrupan en grupos de 4.	Se agrupan en un solo grupo	
			Agua y jichón	18'

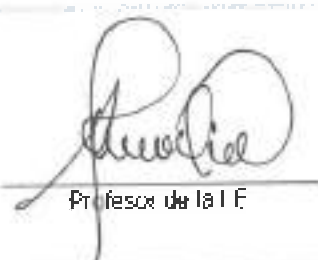


VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
❖ Expresa con creatividad y seguridad su estilo propio al desempeñar diferentes roles en actividades físicas. ❖ Participa activamente cuidando su postura y aplicando prácticas de autocuidado durante las actividades. ❖ Identifica y evita posturas o movimientos que puedan afectar negativamente su salud. ❖ Explica de forma clara la importancia de la vacunación para la prevención de enfermedades y el bienestar personal.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev latinoam.cienc.soc salud juv.* 9(2). 739-760.
http://www.unmazorcas.edu.pe/publicaciones/campus_cine/index.html
- AkrosComunicación. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pacías (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8DQJL7B3gQ>
- Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984. 1-10.
http://archivos.esf.es/archivosandalucia.enscienza/revistas/esis/revista/pdf/Numero_37/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gilbert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*. 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/lefd.v25i266.2321>


Profesor de la I.E.


Mg. César A. Quilca Quilca
DOCENTE DE PRACTICA
UNA - PUNO
Docente de Práctica
UNA - PUNO


FELIX JUAN LUCAS QUILCA
USC DE INGENIERIA DE ELECTRONICA
ELECTRONICA
Estudiante de Práctica
Preprofesional



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 06

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70622 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	1	Grado/Sección	6to / C.	Fecha	16/05/2024
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma.		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Condori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Deportistas con alma: esfuerzo, juego y respeto"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN			EVALUACIÓN	
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Asume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	2.1.2 Explica la relación entre los cambios físicos propios de la edad y la repercusión en la higiene, en la práctica de actividad física y en actividades de la vida cotidiana: practica actividad física y explica la importancia que tiene en su vida cotidiana. 3.2.1 Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo	Explica con ejemplos cómo los cambios físicos de su edad exigen mayor cuidado en la higiene personal, y relaciona la práctica de mini vóley, fútbol y básquet con beneficios concretos para su salud y bienestar. Propone y aplica adaptaciones en juegos deportivos escolares, como cambiar roles o ajustar reglas, garantizando la participación equitativa de todos sin perder la esencia del juego.	- Describe con claridad los cambios físicos propios de su edad y explica, con ejemplos personales, cómo estos influyen en su higiene y cuidado corporal. - Relaciona de forma precisa la práctica regular de mini vóley, fútbol y básquet con mejoras en su salud física, emocional y desempeño diario. - Propone adaptaciones funcionales en juegos deportivos escolares, considerando las necesidades del grupo y respetando la lógica del deporte. - Aplica de manera autónoma y respetuosa las adaptaciones sugeridas, promoviendo la inclusión y la participación activa de todos los compañeros.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta Programa secuencias lógicas cuando simula procesos o comportamientos de acuerdo a la construcción de un diseño elaborado para presentar soluciones: por ejemplo, para mostrar una historieta interactiva			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque de derechos	VALORES: Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y conciliación ACTITUDES: Participa activamente en los juegos deportivos, respetando las reglas y turnos, asumiendo roles con responsabilidad y empatía. Además, escucha a sus compañeros y propone acuerdos que favorezcan una convivencia armoniosa durante las actividades.			



IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente distribuye de forma estratégica el espacio del patio para facilitar el desarrollo fluido de las actividades, dispone los materiales teniendo en cuenta el estado físico y de salud del alumnado, y sustenta su planificación con información actual sobre habilidades motrices relacionadas con los deportes a practicar.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

Al finalizar la sesión, el estudiante será capaz de realizar movimientos con seguridad y confianza utilizando la técnica adecuada. Además, participará activamente en la creación de reglas grupales durante los juegos predeportivos.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente inicia la sesión con energía y cercanía, dando la bienvenida al grupo y recordando de manera breve las normas de convivencia, respeto mutuo y seguridad en el área de práctica, con el fin de generar un entorno armonioso y organizado. Recomendaciones generales Se comprueba que todos los estudiantes cuenten con el equipamiento necesario para la clase (calzado deportivo, balón u otros implementos según el deporte trabajado) y que mantengan la distancia adecuada entre ellos para reducir riesgos. Se recalca la relevancia del calentamiento como una acción preventiva contra lesiones y como preparación para un mejor desempeño físico. Presentación del propósito "En esta sesión desarrollaremos capacidades esenciales como la coordinación, el dominio del balón y la agilidad, mediante actividades dinámicas adaptadas a distintos deportes." Preguntas motivadoras ¿Qué normas debemos tener siempre presentes al participar en cada disciplina deportiva? ¿Qué tácticas podemos aplicar para conservar el balón y colaborar mejor como equipo? ¿De qué manera las dinámicas de coordinación y reacción nos ayudan a mejorar nuestras habilidades físicas?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Vascularización y elongación Para preparar el cuerpo y prevenir lesiones, se inicia con una activación integral que combine movimientos cardiovasculares y movilidad articular. Círculo dinámico de activación (4 minutos): - Trote suave alrededor del área de juego, integrando cambios de dirección y velocidad. - Movilidad articular activa: círculos amplios con brazos, rotación de caderas y tobillos, además de giros suaves del torso. - Ejercicios pliométricos ligeros: saltos cortos en el lugar, talones al glúteo, y saltos laterales cortos para activar piernas y mejorar la coordinación.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre	Balones de vóley, básquet y fútbol. Conos Platillos Silbato	50'



	Actividad 1: Reto de Habilidades en Circuito Deportivo Objetivo: Potenciar la coordinación, el control del balón y la velocidad de reacción. Descripción: Se organiza un circuito por estaciones, donde los estudiantes deben completar desafíos motores vinculados a diferentes deportes. Fútbol: Conducción de balón con ambos pies alrededor de conos. Vóley: Pase con toque de dedos sobre una red baja. Básquet: Dribbling rápido en zigzag, y lanzamiento a una mini canasta. Cada estación incluye tiempo límite y se valora el control, la técnica y el trabajo en equipo. Actividad 2: "Inventamos nuestro propio juego" Objetivo: Fomentar la creatividad, la colaboración y la comprensión de la lógica de los juegos deportivos. Descripción: En equipos pequeños, los estudiantes crean un nuevo juego deportivo con base en lo practicado (puede combinar elementos de fútbol, vóley y básquet). - Diseñan las reglas básicas. - Determinan los roles y formas de puntuar. Aseguran que sea inclusivo y participativo. Finalmente, cada grupo presenta su propuesta al resto de la clase y se juega una ronda de prueba.	Se ubican en los distintos circuitos, con relación al número de participantes. Se agrupan en grupos de 5.	Espacio amplio y despejado	
Cierre	Realizan ejercicios de relajación y estiramientos suaves para facilitar la recuperación muscular y prevenir molestias. Se lleva a cabo una retroalimentación volutiva, resaltando los progresos en las técnicas practicadas, subrayando la importancia de la comunicación efectiva durante el juego. Se refuerzan valores esenciales como el trabajo en equipo, el respeto mutuo y la colaboración constante en las actividades. Para finalizar, se invita a los estudiantes a cuidar su bienestar con un amable recordatorio: "Ahora, ¡a lavarse las manos y a hidratarse para seguir creciendo fuertes y saludables!"	Se ubican en media luna	Agua y jabón	18'

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Reconoce y explica con ejemplos personales cómo los cambios físicos de su edad inciden en su higiene y cuidado corporal diario. - Establece relaciones concretas entre la práctica de mini vóley, fútbol y básquet con beneficios en su salud física, emocional y desempeño en la vida cotidiana. - Diseña y justifica adaptaciones en juegos deportivos escolares, respetando la lógica del deporte y respondiendo a las características y necesidades del grupo.	Observación directa	Lista de cotejo



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



- ❖ Participa activamente aplicando con autonomía las adaptaciones propuestas, promoviendo un ambiente inclusivo, colaborativo y respetuoso entre sus compañeros.

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lara, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv*, 9(2), 739-760.
<http://www.uamunizates.edu.co/publicaciones/campus/index/index.html>
- AkrosComunicación. (2017). Percepción temporal en niños, Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube: https://www.youtube.com/watch?v=MSDeIC_30iQ
- Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.
https://archivos.csif.es/archivos-andalucia-ensenanza/revistas-esiesd/revista-pdi/Numero_37/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_GE.pdf
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.2321>


Profesora de la IE


Mg. Cecilia ...
DOCENTE CEE
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Firma del Estudiante de Práctica
Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 05

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	1	Grado/Sección	6to / C	Fecha	12/05/2024
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentín Aguilar Puma.		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Condori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Jugamos con pasión, crecemos con respeto"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Asume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud Incorpora prácticas que mejoren su calidad de vida	2.1.2 Explica la relación entre los cambios físicos propios de la edad y la repercusión en la higiene, en la práctica de actividad física y en actividades de la vida cotidiana; practica actividad física y explica la importancia que tiene en su vida cotidiana. 1.2.1 Modifica juegos y actividades para que se adecuen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.	Explica con ejemplos de su experiencia en mini fútbol, fútbol y básquet cómo los cambios físicos como el crecimiento o el salud requieren mayor atención en la higiene y cómo la actividad física fortalece su salud diaria. Propone variaciones en juegos como el mini fútbol o el básquet, adaptando reglas o roles según las capacidades del grupo, asegurando inclusión sin perder el sentido del juego. Participa activamente en los deportes practicados, identificando cómo el esfuerzo físico mejora su bienestar y proponiendo dinámicas creativas que respondan a las características del grupo.	- Reconoce y explica con claridad cómo los cambios físicos de su edad influyen en su rendimiento deportivo y en la necesidad de mantener una adecuada higiene personal. - Relaciona la práctica regular de actividad física con beneficios en su salud y bienestar en la vida cotidiana. - Propone modificaciones en las reglas o dinámicas de los juegos practicados para favorecer la participación de todos los compañeros. - Aplica con autonomía las adaptaciones propuestas, asegurando que se mantenga la lógica y esencia del juego deportivo.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Programa secuencias lógicas cuando simula procesos o comportamientos de acuerdo a la construcción de un diseño elaborado para presentar soluciones; por ejemplo, para mostrar una historia interactiva.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque de derechos	VALORES: Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y concertación ACTITUDES: Participa activamente en los juegos deportivos, respetando las reglas y turnos, asumiendo roles con responsabilidad y empatía. Además, escucha a sus compañeros y propone acuerdos que favorezcan una convivencia armoniosa durante las actividades.			



IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza adecuadamente el espacio del patio para garantizar la fluidez en las dinámicas correspondientes, prepara los materiales considerando las condiciones físicas y de salud de los estudiantes, y fundamenta la planificación con información actualizada sobre habilidades motrices específicas de las prácticas deportivas.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

Al finalizar la sesión, el estudiante será capaz de realizar poses y recepciones con seguridad y confianza utilizando la técnica adecuada. Además, participará activamente en la creación de reglas grupales durante los juegos predeportivos.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente da la bienvenida con entusiasmo y calidez, recordando brevemente las normas de convivencia, respeto y seguridad en el espacio de juego para fomentar un ambiente positivo y ordenado. Recomendaciones generales Se verifica que cada estudiante cuente con el material adecuado para las actividades planificadas (zapatillas, balón, implementos específicos según el deporte) y mantenga la distancia recomendada para prevenir accidentes. Se enfatiza la importancia del calentamiento previo como medida esencial para evitar lesiones y mejorar el rendimiento físico. Presentación del propósito "Hoy nos enfocaremos en desarrollar habilidades fundamentales como la coordinación, el control del balón y la velocidad de reacción, a través de dinámicas adaptadas a diferentes deportes." Preguntas motivadoras ¿Cuáles son las reglas básicas que debemos respetar en cada deporte que practicaremos? ¿Qué estrategias podemos usar para mantener el control del balón y trabajar en equipo? ¿Cómo nos ayudan las actividades de relevos y coordinación a mejorar nuestras habilidades motrices y la rapidez de reacción?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Vascularización y elongación Para preparar el cuerpo y prevenir lesiones, se inicia con una activación integral que combina movimientos cardiovasculares y movilidad articular. Círculo dinámico de activación (4 minutos): - Trote suave alrededor del área de juego, integrando cambios de dirección y velocidad. - Movilidad articular activa: círculos amplios con brazos, rotación de caderas y tobillos, además de giros suaves del torso. - Ejercicios pliométricos ligeros: saltos cortos en el lugar, talones al glúteo, y saltos laterales cortos para activar piernas y mejorar la coordinación. Fútbol: Circuito de Control y Pase Rápido	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre.	Balones de vóley, básquet y fútbol. Conos Planchas Silbato Espacio amplio y despejado	50'



	Objetivo: Mejorar el control del balón y la precisión en el pase bajo presión. Cómo jugar: Se arma un circuito con conos que simulen obstáculos. Los estudiantes deben conducir el balón controladamente sorteando los conos. Al final del circuito, deben hacer un pase preciso a un compañero esperando en una zona delimitada. Se compute por tiempo y precisión, incentivando la comunicación. Básquet: Reto de Dribles Creativos Objetivo: Desarrollar el manejo del balón con ambas manos y agilidad. Cómo jugar: Se forman equipos pequeños. Cada jugador debe driblar el balón en zigzag entre conos, usando solo la mano derecha, luego la izquierda. En la meta, debe hacer un tiro libre. Gana el equipo con más tiros acertados en un tiempo determinado. Vóley: Rondas de Recepción y Pase en Movimiento Objetivo: Mejorar la recepción y pase con desplazamiento dinámico. Cómo jugar: En círculo o semicírculo, un jugador lanza el balón hacia otro, que debe desplazarse lateralmente para recibirlo con toque de antebrazos o dedos y devolverlo rápido. Se puede ir aumentando la velocidad y la distancia. Si el balón cae, el grupo reinicia la cuenta de pases consecutivos.	Se ubican en los distintos circuitos, con relación al número de participantes. Se forman en grupos, ubicados en columnas en referencia a su delimitación de materiales específica. Se agrupan en un círculo		
Cierre	Realizan ejercicios de relajación y estiramientos suaves para facilitar la recuperación muscular y prevenir molestias. Se lleva a cabo una retroalimentación colectiva, resumiendo los progresos en las técnicas practicadas, subrayando la importancia de la comunicación efectiva durante el juego. Se refuerzan valores esenciales como el trabajo en equipo, el respeto mutuo y la colaboración constante en las actividades. Para finalizar, se invita a los estudiantes a cuidar su bienestar con un amable recordatorio: "Ahora, ¡a lavarse las manos y a hidratarse para seguir creciendo fuertes y saludables!"	Se ubican en media luna	Agua y jabón	18'

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
❖ Explica con claridad cómo los cambios físicos de su edad impactan en su rendimiento durante las actividades deportivas, identificando también prácticas de higiene necesarias para su bienestar. ❖ Establece relaciones entre la actividad física regular y sus efectos positivos en la salud, expresando cómo estos aportan a su desempeño en la escuela y en casa.	Observación directa	Lista de cotejo



- ❖ Propone de manera creativa adaptaciones en reglas o dinámicas de los juegos, considerando las necesidades del grupo para promover una participación equitativa.
- ❖ Demuestra autonomía al aplicar las adaptaciones propuestas, respetando la estructura y objetivos del juego, y asegurando la inclusión de todos los compañeros.

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv.*, 9(2), 739-760.
<http://www.unizanizales.edu.co/publicaciones/campus/index.html>
- AkrosComunicacion. (2017). Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa halón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M3fDCJ0-EkU>
- Prieto Baseón, M. Á. (2010). Habilidades matrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.
https://archivos.esit.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas-esiesif-revista/pdf/Numero_37/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASECON_01.pdf
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25.266.2321>

Profesor de la I.F

Docente de Práctica
UNA - PUNO

Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 04

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa		Área	Educación Física
Bimestre	1	Grado/Sección	6to / C	Fecha 09/05/2025
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma.	
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Erick José Condozi Luque	

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"¡A servir y recibir! Exploramos el juego con alegría"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalmente	2.2.1 Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal.	Demuestra seguridad y entusiasmo al participar como servidor, pasador u receptor, usando su cuerpo como herramienta de expresión durante el juego de mini vóley.	- Ejecuta gestos técnicos del mini vóley (saque, pase, recepción) con coordinación, seguridad y expresión corporal adecuada.
Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	3.2.1 Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.	Propone con ingenio nuevas formas de jugar mini vóley, adaptando reglas o dinámicas para que todos los compañeros puedan participar con alegría e igualdad, sin perder la esencia del juego.	- Asume con autonomía distintos roles dentro del juego (servidor, pasador, receptor) mostrando entusiasmo y compromiso.
				- Propone adaptaciones en las reglas o dinámicas del mini vóley, considerando las capacidades y necesidades del grupo.
				- Aplica las adaptaciones respetando la lógica del juego y promoviendo la participación inclusiva de todos sus compañeros.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES		Desempeño		
Questiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta.			
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Programa secuencias lógicas cuando simula procesos o comportamientos de acuerdo a la construcción de un diseño elaborado para presentar situaciones; por ejemplo, para mostrar una historieta interactiva.			
ENFOQUES TRANSVERSALES		Acciones observables		
Enfoque de derecho	VALORES: Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y concertación			
	ACTITUDES: Participa activamente en los juegos pre deportivos, respetando las reglas y turnos, asumiendo roles con responsabilidad y empatía. Además, escucha a sus compañeros y propone acuerdos que favorezcan una convivencia armoniosa durante las actividades.			

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza adecuadamente el espacio del patio para garantizar la fluidez en las dinámicas de mini vóley, prepara los materiales considerando las condiciones físicas y de salud de los estudiantes, y fundamenta la planificación con información actualizada sobre habilidades motrices específicas del manejo del balón.

V. APRENDIZAJE ESPERADO



Al finalizar la sesión, el estudiante será capaz de realizar pases y recepciones con seguridad y confianza utilizando la técnica adecuada. Además, participará activamente en la creación de reglas grupales durante un juego predeportivo de mini vóley.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMEN TOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZA CIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con entusiasmo y cercanía, creando un ambiente positivo desde el inicio. Recuerda de forma clara las normas de convivencia, puntualidad y seguridad, fomentando el respeto mutuo y el cuidado del entorno de juego. Recomendaciones generales Se verifica que cada estudiante cuente con el material necesario (zapatillas deportivas y balón de mini vóley) y que respeten la distancia adecuada entre compañeros, promoviendo la responsabilidad y la prevención de accidentes. Presentación del propósito "Hoy nos enfocaremos en mejorar nuestros reflejos, coordinación y dominio del balón a través de un emocionante circuito de mini vóley en relevos. ¡Nos convertiremos en verdaderos estrategas del pase!" Preguntas motivadoras ¿Qué gestos técnicos recuerdas del mini vóley (toque, pase, recepción)? ¿Cómo puedes ayudar a tu equipo a mantener el control del balón? ¿Qué habilidades necesitamos desarrollar para reaccionar más rápido en el juego?"	Se organiza al grupo en media luna.	Registro auxiliar Silbato	10'



Desarrollo	Vascularización y elongación (activación inicial) Para preparar el cuerpo y prevenir lesiones, se realiza una activación cardiovascular dinámica. Trate con estímulos auditivos (3 minutos): al oír una palmada, cambian de dirección o hacen un salto. Movilidad articular activa: círculos de brazos, rotación de muñecas, caderas y tobillos. Activación de premas saltos cortos en el lugar, skipping bajo, tijeras suaves. Ejercicios dinámicos: desplazamientos con zancadas, estiramiento de brazos y tronco. Esta fase prepara al cuerpo físico y mentalmente, activando la concentración y la energía grupal. 1. "Explota y Salta" Objetivo: Mejorar la técnica de salto y reacción para la recepción o bloqueo. Cómo jugar: Se forman dos filas frente a la red (puede ser una cuerda o cinta si no hay red). Cada estudiante, al escuchar "¡Explota!", debe dar un salto vertical con impulso de brazos y caer con equilibrio. Al caer, simula una recepción o un pase de antebrazos hacia su compañero. Se alternan los roles entre saltador y receptor. Se puntúa la coordinación y técnica. Variantes: 2. "El Reto del Globo Volador" Objetivo: Mejorar el control del balón y el trabajo colaborativo. Cómo jugar: En equipos de 4, deben mantener el balón en el aire usando solo toque de dedos o antebrazos, sin que caiga. Cada equipo tiene 3 minutos para ver cuántos toques logran sin errores. Al terminar, cambian de técnica (de dedos a antebrazos, por ejemplo). Se premia el equipo con más toques válidos. Variantes divertidas: Usar globos para trabajar el control más fino. Añadir una regla: después de cada toque, deben girar sobre sí mismos o dar un salto.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre. Se ubican en parejas, formando dos filas. Se agrupan en grupos de 4 por el espacio disponible	Balones de vóley Conos Platillos Silbato Espacio amplio y despejado	28'
Cierre	1. Relajación y recuperación corporal Los estudiantes realizan ejercicios suaves de respiración profunda y estiramientos musculares dirigidos (brazos, piernas, espalda), favoreciendo la recuperación y evitando tensiones posteriores al esfuerzo. 2. Reflexión y retroalimentación grupal Se genera un espacio breve pero significativo de diálogo con preguntas abiertas como:	Se ubican en media luna	Agua y jabón	7'



¿Qué técnica sientes que mejoraste hoy? ¿Cómo te ayudaron tus compañeros durante el juego? Se reconocen los avances en pases, toques y recepción, así como el uso de la comunicación efectiva para mantener el juego activo y organizado. 3. Valoración de actitudes y convivencia Se destacan comportamientos positivos observados: - Participación activa y solidaria - Respeto por las reglas y compañeros - Apoyo mutuo en momentos de error o dificultad 4. Cuidado personal y motivación final El docente cierra con un mensaje cálido y educativo: "¡Loy demostraron esfuerzo, alegría y compañerismo. ¡Felicitaciones por su energía y ganas de aprender! No olviden lavarse las manos, hidratarse y descansar bien para seguir creciendo fuertes, sanos y felices."			

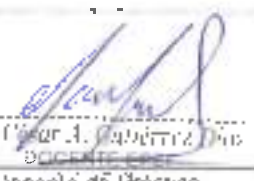
VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
❖ Asume roles variados en el mini vóley con autonomía, demostrando coordinación y seguridad al ejecutar los gestos técnicos. ❖ Participa con confianza, utilizando su expresión corporal de forma adecuada durante el desarrollo del juego. ❖ Propone adaptaciones pertinentes en las reglas o dinámicas del mini vóley según las necesidades del grupo. ❖ Aplica las adaptaciones respetando la lógica del juego y promoviendo la inclusión de todos los compañeros.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv.*, 9(2), 739-760.
https://www.amazontics.edu.co/publicaciones/campos_cinde/index.html
- AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Puchas (2024) Pusa balón voleibol. Youtube https://www.youtube.com/watch?v=M8D0_U-B3t0
- Prieto Bascón, M. Á. (2010) Habilidades matrices básicas. Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas. 1984. 1-10.
https://archivos.esif.es/archivos-andalucia/ensenanza_revistas_esicaf_revista.pdf?Numero=37-MIGUEL-ANGELO-PRIVERO-BASCON-01.pdf
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'farrell, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas. Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.2321>


 Profesor de la I.E


 Dra. César A. Gutiérrez Díaz
 Docente de Práctica
 UNA - PUNO


 Encargado de Práctica
 ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA
 Estudiante de Práctica
 Preprofesional



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 03

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70023 Santa Rosa			Área	Recreación Física
Bimestre	1	Grado/Sección	6to / C	Fecha	05/05/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma.		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Condori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

“¡Manos al voleý! Mejoramos juntos nuestros movimientos”

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se expresa corporalmente Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	1.2.1. Expresa su forma particular de moverse, al asumir y adjudicar diferentes roles en la práctica de actividad física, aplicando su lenguaje corporal. 3.2.1. Modifica juegos y actividades para que se adecuen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo	Participa en juegos de mini vóley asumiendo diferentes roles (servidor, pasador, receptor, expresando seguridad y confianza a través de su lenguaje corporal al realizar los gestos técnicos propios del juego. Propone y aplica adaptaciones en las reglas o dinámicas del mini vóley para adecuarlas a las posibilidades del grupo, promoviendo la inclusión y manteniendo la lógica del juego deportivo.	• Asume con autonomía roles diversos en el juego de mini vóley, ejecutando gestos técnicos con coordinación y seguridad. • Manifiesta confianza y expresión corporal adecuada durante la participación en situaciones reales de juego. • Propone adaptaciones funcionales en las reglas o dinámicas del mini vóley según las necesidades del grupo. • Aplica las adaptaciones respetando la lógica del juego y asegurando la inclusión de todos los participantes.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta Programa secuencias lógicas cuando simula procesos o comportamientos de acuerdo a la construcción de un diseño elaborado para presentar soluciones, por ejemplo, para mostrar una historia interactiva			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque de derecho	VALORES: Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y concertación ACTITUDES: Participa activamente en los juegos deportivos, respetando las reglas y turnos, asumiendo roles con responsabilidad y empatía. Además, escucha a sus compañeros y propone sugerencias que favorezcan una convivencia armoniosa durante las actividades.			

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza adecuadamente el espacio del patio para garantizar la fluidez en las dinámicas de mini voleý, prepara los materiales considerando las condiciones físicas y de salud de los estudiantes, y fundamenta la planificación con información actualizada sobre habilidades motrices específicas del manejo del balón



V. APRENDIZAJE ESPERADO

Al finalizar la sesión, el estudiante será capaz de realizar pases y recepciones con seguridad y confianza utilizando la técnica adecuada. Además, participará activamente en la creación de reglas grupales durante un juego predeportivo de mini vóley.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Inicio de la sesión: Saludo y ambientación El docente da la bienvenida con energía y calidez, recordando de manera breve y clara las normas de convivencia y seguridad en el patio para asegurar un ambiente respetuoso y ordenado. Recomendaciones generales Verificar que cada estudiante tenga el material adecuado (zaputillas, balón de mini vóley) y mantenga la distancia mínima recomendada para evitar accidentes. Destacar la importancia del calentamiento previo como medida esencial para prevenir lesiones y optimizar el rendimiento. Presentación del propósito " Hoy trabajaremos la coordinación, el control del balón y la velocidad de reacción mediante la 'carrera de relevos con balón' adaptada al mini vóley." Preguntas motivadoras ¿Cuáles son las reglas básicas del mini vóley que debemos respetar? ¿Qué estrategias podemos usar para mantener la posesión del balón en nuestro equipo? ¿De qué manera la carrera de relevos nos ayuda a mejorar el control y la rapidez en el manejo del balón?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Stribato	17'
Desarrollo	Vascularización y elongación Para preparar el cuerpo y evitar lesiones, se realiza una activación cardiovascular suave: • Trote ligero por el área de juego durante 3 minutos. • Movilidad articular (círculos con brazos, rotación de caderas y tobillos). • Ejercicios de activación de piernas (saltos cortos, talones al glúteo). Esta vascularización ayuda a aumentar el flujo sanguíneo y a preparar los músculos para la práctica física.	Se desplazan por los espacios señalados de forma libre.	Balones de vóley Conos Platillos Silbato Espacio amplio y despejado	50'



	1. Pase y Carrera Objetivo: Mejorar el pase con dedos y la comunicación. Cómo jugar: Los estudiantes forman parejas y se pisan el balón con toque de dedos. Después de cada pase, deben correr alrededor de un cono y regresar para el siguiente pase. Gana la pareja que mantenga la secuencia sin errores y más rápido. 2. "El Tren del Tiqui" Objetivo: Perfeccionar el toque de antebrazos (bajo). Cómo jugar: En grupos de 4 a 6, el balón debe pasar de jugador a jugador solo con toque de antebrazos. Si el balón toca el suelo o se hace un pase con otra parte del cuerpo, se reinicia el conteo. El grupo que logre más pases consecutivos gana. 3. Saque a la Zona Objetivo: Practicar la precisión del saque. Cómo jugar: Se marcan varias zonas con conos en el campo contrario. Cada jugador debe sacar intentando que el balón caiga en alguna de las zonas marcadas. Se asignan puntos por cada saque acertado. 4. "Captura el Balón" Objetivo: Mejorar la recepción y la rapidez. Cómo jugar: Dos equipos están uno frente al otro a una distancia corta. Un jugador lanza el balón suavemente y otro debe recibirlo con toque de dedos o antebrazos y devolverlo rápido al otro lado. Gana el equipo que más balones mantenga en juego sin que caigan.	Se ubican en parejas, formando dos filas. Se forman columnas en relación al número de participantes Se agrupan en dos equipos		
Cierre	Realizan ejercicios de relajación y estiramientos suaves para facilitar la recuperación muscular y prevenir molestias. Se lleva a cabo una retroalimentación colectiva, resaltando los progresos en las técnicas practicadas (toques, pases y recepción) y subrayando la importancia de la comunicación efectiva durante el juego. Se refuerzan valores esenciales como el trabajo en equipo, el respeto mutuo y la colaboración constante en las actividades. Para finalizar, se invita a los estudiantes a cuidar su bienestar con un amable recordatorio: "Ahora, ya lavarse las manos y a hidratarse para seguir creciendo fuertes y saludables!"	Se ubican en media luna	Agua y jabón	18'

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
❖ Asume roles variados en el mini vóley con autonomía, demostrando coordinación y seguridad al ejecutar los gestos técnicos. ❖ Participa con confianza, utilizando su expresión corporal de forma adecuada durante el desarrollo del juego. ❖ Propone adaptaciones pertinentes en las reglas o dinámicas del mini vóley según las necesidades del grupo.	Observación directa	Lista de cotejo



- ❖ Aplica las adaptaciones respetando la lógica del juego y promoviendo la inclusión de todos los compañeros

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam cienc soc. niñez juv.* 9(2). 759-760.
<http://www.unanizales.edu.pe/publicaciones/temas/cirde/index.html>
- AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8DCCU-BhiQ>
- Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.
https://archivos.esf.es/archivos-ambalucia-ensenanza-revistas/esef/revistas/di-Numero_37/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_G.pdf
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecciones: Educación Física y Deportes*. 25(266), 87-97. [https://doi.org/10.46642/efdv.25\(266\).2321](https://doi.org/10.46642/efdv.25(266).2321)


Lic. Valente, Valente
REP. Nº 78624 - 2024
Profesor de la I.E.


Lic. César, César Díaz
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Erick, Erick
EST. DE PRÁCTICA - 2024
Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 02

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	I	Grado/Sección	6to / C	Fecha	02/05/2025
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma.		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Uriel Josué Condori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

“Con pases y goles, expresamos lo mejor de nuestro cuerpo en armonía”

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN			EVALUACIÓN	
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Assume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud. Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	2.1.2 Explica la relación entre los cambios físicos propios de la edad y la repercusión en la higiene, en la práctica de actividad física y en actividades de la vida cotidiana; practica actividad física y explica la importancia que tiene en su vida cotidiana. 3.2.1 Modifica juegos y actividades para que se adecuen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo	Participan activamente en juegos de fútbol organizados con responsabilidad, adaptándose a las características del grupo. Comprenden cómo los cambios físicos influyen en su bienestar, fomentando hábitos saludables y promoviendo la inclusión, el respeto y la equidad en la actividad física.	Participa activamente en juegos de mini fútbol, demostrando responsabilidad en la organización y el desarrollo de las actividades. Comprende con claridad cómo los cambios físicos influyen en su desempeño y bienestar, relacionándolos con la importancia de la higiene y la actividad física. Promueve hábitos saludables a partir de la reflexión sobre sus experiencias corporales y los cambios físicos. Muestra actitudes de respeto, inclusión y trabajo en equipo durante las actividades físicas compartidas.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Programa secuencias lógicas cuando simula procesos o comportamientos de acuerdo a la construcción de un diseño elaborado para presentar soluciones; por ejemplo, para mostrar una historieta interactiva			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque de derecho	VALORES: Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y concertación ACTITUDES: Participa activamente en los juegos deportivos, respetando las reglas y turnos, asumiendo roles con responsabilidad y empatía. Además, escucha a sus compañeros y propone acuerdos que favorezcan una convivencia armoniosa durante las actividades			

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- Se debe distribuir correctamente el espacio del patio para ejecutar las dinámicas con fluidez, alistando los materiales según las condiciones físicas y de salud de los estudiantes, y consultando fuentes actualizadas sobre habilidades motrices con balón para mejorar la práctica.



V. APRENDIZAJE ESPERADO

Al finalizar la sesión, el estudiante será capaz de pasar y recibir el balón con seguridad y confianza utilizando su pie dominante. Además, participará activamente en la creación de reglas grupales al integrarse en un juego predeportivo de fútbol.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente da la bienvenida con entusiasmo, recordando brevemente las normas de convivencia y seguridad en el patio. Recomendaciones generales Verificar que cada alumno lleve el material adecuado (zapatillas, balón) y mantenga la distancia mínima. Señalar la importancia del calentamiento previo para prevenir lesiones. Presentación del propósito "Hoy trabajaremos la coordinación, el control del balón y la velocidad de reacción mediante la carrera de relevos con balón" en formato mini fútbol." Preguntas motivadoras - ¿Cuáles son las reglas fundamentales del mini fútbol? - ¿Qué estrategia podríamos usar para mantener el balón en nuestro equipo? - ¿Cómo nos ayuda la carrera de relevos a mejorar nuestro manejo del balón?"	Se organizan en grupos de 4 en columnas tomando la idea de ser un equipo, para luego realizar el llevado del balón con las partes del cuerpo, desafiantes.	Registro auxiliar Silbato Afiche sobre la hidratación	10'
Desarrollo	1. "Relivos Locos con Cono Explosivo" Objetivo: Agilidad, control de balón y trabajo en equipo. Cómo jugar: Se divide al grupo en dos equipos y se coloca un cono "explosivo" en el centro de cada carril. Cada niño dribla el balón hacia el cono, rodeándolo de manera creativa (paseos, cambios de dirección, amagues) y regresa pasándole el balón al siguiente de su fila. Al llegar al cono, el jugador debe gritar "¡Boom!" y hacer una pequeña celebración antes de volver. El primero que complete toda su fila, gana el relevo. Variantes divertidas: Cambiar el estilo de driblar (solo con el exterior del pie, solo con toques suaves, etc.). El "boom" puede ser una pose de superhéroe o un grito de animal. 2. "Mini-Torneo de Gol Fantasma" Objetivo: Precisión en el tiro y uso de técnicas aprendidas (cabeza y pecho). Cómo jugar: Formar parejas y delimitar mini porterías con dos conos muy juntos (1 m de ancho). En cada ronda, un niño lanza el balón al aire para que su compañero lo reciba con pecho o cabeza, pero sin que el balón toque el suelo, y trate de meterlo "fantasmáticamente" entre los conos.	Se agrupan en parejas Se agrupan en grupos para el juego predeportivo	Balones de fútbol/futsal (uno por pareja) Silbato Conos Cuerda baja o cinta delimitadora Espacio amplio y despejado	28'



	Tras 5 minutos, quien tenga más "goles fantasma" de su pareja ¡es el rey del mini-torneo! Variantes divertidas: Cada vez que alguien anote, debe hacer un sonido de fantasma.			
Cierre	- Realizamos la relajación y flexión respectiva - Se hace una retroalimentación sobre las técnicas practicadas - Se refuerzan valores como el trabajo en equipo y el respeto - A lavarse las manos e hidratarse		Agua y jabón	7'

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
❖ Participa activamente en juegos de mini fútbol con responsabilidad y orden. ❖ Explica cómo los cambios físicos influyen en su rendimiento y bienestar. ❖ Aplica hábitos saludables relacionados con la higiene y la actividad física. ❖ Muestra respeto, inclusión y cooperación en el trabajo en equipo.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFIA

Lora, J. (2013). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral.

Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv., 8(2), 739-760.

<http://www.unamizales.edu.co/publicaciones/campos-ciencia/index.html>

AkrosComunicación. (2017). **Percepción temporal** en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.

Pachas (2024) Pasa balón voleibol Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=MMXCU-1B3j0>

Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.

https://archivos.esicf.es/archivos/indulucia/en-senzanza-de-revistas-esicf/revista/pdf/Numero_37-MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf

Profesor de la I.E.

Docente de Prática
UNA - FENOC

Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 01

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	1	Grado/Sección	6to / C	Fecha	28/05/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma.		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Condoni Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Demostramos en armonía nuestras posibilidades motrices en la práctica del fútbol"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Asume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud Incentiva prácticas que mejoren su calidad de vida	1.1.2 Explica la relación entre los cambios físicos propios de la edad y la repercusión en la higiene en la práctica de actividad física y en actividades de la vida cotidiana: practica actividad física y explica la importancia que tiene en su vida cotidiana. 1.2.1 Modifica juegos y actividades para que se adecúen a las necesidades y posibilidades del grupo y a la lógica del juego deportivo.	Los estudiantes se organizan con responsabilidad para jugar al fútbol, valorando la importancia de la actividad física y adaptando los juegos a las necesidades del grupo. Explican cómo los cambios físicos influyen en la higiene y la actividad física, promoviendo hábitos saludables y su impacto en la vida cotidiana. Modifican juegos deportivos ajustándolos a las capacidades del grupo y manteniendo la lógica del juego, asegurando participación equitativa y respeto por todos.	Explica cómo la actividad física, la alimentación, la postura y la higiene afectan su salud y bienestar. Demuestra la práctica de actividad física y la adopción de hábitos de higiene y cuidado personal, promoviendo una vida saludable. Adapta juegos y actividades para ajustarse a las capacidades del grupo, asegurando participación equitativa y respetando la lógica del juego.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Programa secuencias lógicas cuando simula procesos o comportamientos de acuerdo a la construcción de un diseño elaborado para presentar soluciones, por ejemplo, para mostrar una historieta interactiva			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque de derecho	VALORES. Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y concertación ACTITUDES. Participa activamente en los juegos deportivos, respetando las reglas y turnos, asumiendo roles con responsabilidad y empatía. Además, escucha a sus compañeros y propone acuerdos que favorezcan una convivencia armoniosa durante las actividades.			

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?
- Organizar adecuadamente el espacio en el patio para facilitar la realización de todas las dinámicas. - Preparar los materiales necesarios y asegurarse de considerar las características físicas y de salud de los participantes. - Revisar bibliografía actualizada sobre habilidades motrices básicas y específicas con balón, para enriquecer la práctica del juego predeportivo "Pasa Bola"

V. APRENDIZAJE ESPERADO



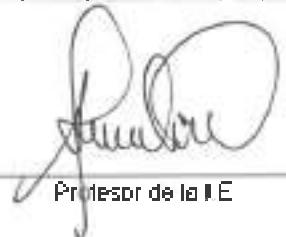
Cierre	- Realizamos la relajación y flexión respectiva - Se hace una retroalimentación sobre las técnicas practicadas - Se refuerzan valores como el trabajo en equipo y el respeto. - "A lavarse las manos e hidratarse"		Agua y jabón	7'

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Describe al menos tres efectos de la actividad física, la alimentación, la postura o la higiene en su bienestar - Explica con ejemplos cómo incorpora prácticas de cuidado personal (aseo y dieta) en su vida cotidiana. - Ejecuta correctamente las fases de activación y enfriamiento, siguiendo pautas de higiene (lavado de manos, cambio de indumentaria) - Mantiene hábitos de aseo antes y después de la sesión, demostrando responsabilidad con su cuidado corporal. - Sugiere al menos una modificación en reglas o dinámicas para adecuar el juego a las capacidades del grupo. - Valora si la modificación garantiza participación equitativa y respeta la lógica del juego deportivo.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoamericana de ciencias de la educación*, 4(2), 739-760. <http://www.cim.edu.mx/revistas/revistas/latinoamericana/index.html>
- AkresComotresion. (2017). Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa balón volterol. Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=MB2CUE-Bh0Q>
- Prieto Bascher, M. A. (2010). Habilidades motoras básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.
- <https://arquivos.cafes.org.br/arquivos/catalogo-arquivos/arquivos/teses/revista.pdf> Número 27-MIGUEL_ANGEL_PRIETO_HA-SCON_01.pdf


Profesor de la IE


Mg. César A. Villacorta Díaz
DOCENTE PRF
Docente de Práctica
UNA PUNO


Erick José Cruzón López
ESTUDIANTE DE PRÁCTICA PREPROFESIONAL



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 17

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa		Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	2° "A"	Fecha 30/06/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Parra	
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Enck Josué Condori Luque	

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Juegos de mi tierra al ritmo del entorno"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Asume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse, adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.	Los estudiantes participan activamente en los juegos, expresan movimientos corporales con coordinación, respetan reglas, colaboran y cuidan su cuerpo. Explican de forma oral el nombre y las reglas del juego tradicional, mostrando respeto y orgullo por su cultura. La evidencia se recoge mediante observación directa, registros anecdóticos y productos gráficos elaborados en equipo.	Adepta posturas adecuadas y movimientos seguros al participar en el juego sensorial en los saltes de rayuela y en el juego de Kiwi adaptado, demostrando cuidado de su cuerpo. Responde con coordinación motriz y movimientos adecuados a los estímulos sonidos ambientales y ritmos musicales durante el juego sensorial y la práctica de saltos.
	Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.		Explica oralmente o mediante carteles cómo se juega la rayuela y valora la importancia de moverse y participar en juegos tradicionales para mantenerse activo y saludable. Colabora respeta turnos y reglas en el juego de Kiwi adaptado, participa de manera cooperativa y muestra respeto y orgullo por su cultura al compartir experiencias sobre los juegos tradicionales.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES			Desempeño	
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Define metas de aprendizaje.	Determina metas de aprendizaje viables, asociadas a sus necesidades, prioridades de aprendizaje y recursos disponibles, que le permitan lograr la tarea.		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Personaliza entornos virtuales.	Modifica un entorno virtual personalizado cuando clasifica aplicaciones y herramientas de navegación, para utilizarlo según las necesidades, el contexto y las actividades en las que participa.		
ENFOQUES TRANSVERSALES			Acciones observables	
Enfoque Intercultural	VALORES: Respeto a la identidad cultural, justicia y diálogo intercultural			
	ACTITUDES: Reconocimiento al valor de las diversas identidades culturales y relaciones de pertenencia de los estudiantes Disposición a actuar de manera justa, respetando el derecho de todos, exigiendo sus propios derechos y reconociendo derechos a quienes les corresponde.			



	Fomento de una interacción equitativa entre diversas culturas, mediante el diálogo y el respeto mutuo

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	
▪	Antes de la sesión, el docente comprueba el equipo de sonido y las grabaciones, delimita y despeja el espacio de juegos, dispone pañuelos y conos, ensaya las transiciones entre sonidos ambientales y ritmos folclóricos, y organiza las agrupaciones de alumnos así como las indicaciones para iniciar, pausar y cambiar de actividad.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

A través de la exploración de juegos tradicionales de su región, acompañados de sonidos ambientales y melodías rítmicas peruanas, el docente busca motivar en los niños de segundo grado el desarrollo de la coordinación motora, la expresión emocional y el sentido de pertenencia cultural.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación: El docente saluda cordialmente a los estudiantes y genera un ambiente de confianza y entusiasmo. Comenta que hoy realizarán actividades llenas de música, sonidos de la naturaleza y juegos tradicionales. Recomendaciones generales: El docente recuerda a los estudiantes mantener el orden, respetar los turnos, escuchar las indicaciones y cuidar el material que utilizarán durante la sesión. Presentación del propósito: El docente explica que en esta sesión, llamada "Juegos de mi tierra al ritmo del entorno", explorarán sonidos ambientales y melodías peruanas mientras se divierten con juegos tradicionales, para mover su cuerpo, expresar emociones y conocer más de las costumbres de su región. Preguntas motivadoras: ¿Han escuchado sonidos como la lluvia, el viento o los pajaritos? ¿Qué juegos tradicionales conocen y cuál es su favorito? ¿Cómo creen que se siente el cuerpo cuando se mueve al ritmo de la música?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Calentamiento sensorial y estiramientos: El docente organiza a los niños en un espacio amplio y explica que comenzarán calentando con un juego sensorial divertido. Comenta que escucharán diferentes sonidos, como rugidos de dinosaurios, disparos, viento o sonidos del bosque, y que cada uno indicará una acción específica: Si escuchan rugidos de dinosaurios, deberán correr o "huir" rápidamente por el espacio, cuidando de no chocar entre ellos. Si escuchan disparos, deberán agacharse o quedarse totalmente quietos en su lugar, simulando que se esconden. Si escuchan sonidos del bosque, deberán acostarse suavemente en el suelo y simular que están durmiendo. El docente reproduce los sonidos en intervalos breves, alternando entre ellos para mantener la atención, estimular la reacción auditiva y fomentar la expresión corporal. Mientras suenan los audios,	Se ubican en forma circular Se ubican en media luna	Equipo de audio Grabaciones de sonidos ambientales, Melodías rítmicas peruanas Conos Pelotas de trapo Cinta adhesiva o tizas	50'



	refuerza verbalmente las indicaciones con expresiones como "¡Cuidado, dinosaurio!" u "¡Silencio, es el bosque!", para crear un ambiente lúdico. Tras varios minutos de juego, el docente detiene la música y guía una breve rutina de estiramientos, pidiendo a los niños que: Estiren brazos arriba como si alcanzaran las hojas de los árboles. Se inclinen suavemente hacia un lado y luego hacia el otro, simulando el movimiento del viento. Flexionen suavemente las rodillas y extiendan brazos hacia adelante como si abrazaran un árbol. Hagan giros suaves de hombros y cuello para relajar el cuerpo. Durante los estiramientos, el docente mantiene un tono tranquilo y amigable, reforzando la importancia de preparar el cuerpo para las actividades que realizarán. Adaptación de habilidades para la rayuela: Después del calentamiento, el docente explica que se están preparando para jugar a la rayuela y que es necesario practicar saltos para poder jugarla bien. Organiza a los niños en columnas y filas, marca líneas en el suelo. Les pide que salten dentro de los cuadros con ambos pies juntos, cuidando la caída y el equilibrio. Luego, invita a los niños a saltar en un solo pie, primero con el derecho y luego con el izquierdo, enseñándoles a mantener el equilibrio y aterrizar suavemente. Finalmente, combina saltos con un pie y dos pies, imitando la secuencia de la rayuela tradicional, para que se familiaricen con los movimientos. El docente brinda ejemplos, corrige posturas y motiva constantemente, destacando la importancia de practicar para poder disfrutar del juego completo, ya sea en esta sesión o en la siguiente. Juego de Kiwi adaptado: Para finalizar el desarrollo, el docente organiza a los niños en dos equipos ubicados uno frente al otro, separados por una línea en el suelo que divide el espacio en dos mitades iguales. Entrega pelotas de trapo a un equipo y explica que deben lanzarlas hacia el campo contrario intentando que caigan al suelo sin que los rivales las atrapen. El equipo contrario debe recoger o atrapar las pelotas antes de que toquen el piso. Una vez lanzadas todas las pelotas, los equipos intercambian roles. El docente supervisa el juego, refuerza las normas de respeto y seguridad, anima a los niños y destaca la importancia de trabajar en equipo, fomentando la coordinación motriz, el lanzamiento y la cooperación.			
Cierre	Relajación y estiramientos: El docente reúne a los niños en círculo y coloca una melodía suave y lenta, preferentemente folclórica peruana. Invita a realizar movimientos tranquilos como balanceo de brazos, respiraciones profundas y	Se ubican en columnas y filas en relación a líneas trazadas.	Forman dos equipos	18'
			Agua y jabón	



estiramientos suaves hacia arriba, a los lados y hacia adelante, para relajar los músculos y bajar la intensidad corporal tras la actividad. Retroalimentación colectiva: La docente conversa con los niños y les pregunta: ¿Qué sonido les gustó más imitar? ¿Que juego disfrutaron más hoy? ¿Qué aprendieron al moverse con la música y los sonidos? Escucha las respuestas y refuerza los logros alcanzados durante la sesión. Refuerzo de valores: El docente destaca la importancia del respeto, la colaboración y la alegría en el juego. Felicita a los niños por participar con entusiasmo, cuidar a sus compañeros y respetar las reglas durante las actividades. Extensión y cuidado personal: Finalmente, el docente recomienda a los niños contar a sus familias lo que aprendieron sobre los juegos tradicionales y los sonidos de la naturaleza. Les recuerda la importancia de cuidar su cuerpo con movimientos suaves después de hacer ejercicio y de mantenerse activos de manera divertida y segura en casa.	Se ubican en media luna		

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Adopta posturas correctas y realiza movimientos seguros durante el juego sensorial, la práctica de saltos para la rayuela y el juego de Kiwi, evitando caídas o choques. - Responde con movimientos coordinados y adecuados a los cambios de sonidos y ritmos musicales en el juego sensorial y en los ejercicios de saltos. - Explica de manera clara y ordenada, de forma oral o con cartiles, las reglas y forma de jugar la rayuela, destacando la importancia de mantenerse activo mediante juegos tradicionales. - Colabora con sus compañeros, respeta turnos y reglas durante el juego de Kiwi adaptado y expresa respeto y orgullo por su cultura al compartir experiencias sobre los juegos tradicionales.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. Iberoam. cienc. soc. niños juv.*, 9(2), 739-760.
<http://www.unamizales.edu.co/publicaciones/campus/cinde/index.html>
- AkrosComunicación. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades matrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.
<https://repositorio.cees.es/archivos/andaluza/ensenanza/revistas/cees/revista.pdf?Numero=37-MIGUEL-ANGEL-PRIETO-BASCON-11.pdf>
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gilbert O'Farrell, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas, Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efds.25i266.2521>
- Mendez, G. A., & Mendez, G. C. (2007). Los juegos en el currículum de e.f.(1000 juegos para desarrollo motor) (1st ed., Vol. 1). PAIDOTRIBO.
https://www.libreriaedeporativa.com/libros-los-juegos-en-el-curriculum-de-e-f-1000-juegos-para-desarrollo-motor_2066



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



Musicograma Carnivulito - YouTube. (2021, February 8).
<https://www.youtube.com/watch?v=17wC8KoaXto>





UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA – ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 16

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	2da "A"	Fecha	27/06/2023
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentin Aguirre Puma.		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Cordero Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Jugamos y honramos nuestras raíces"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

HAB HABILIDADES Y VALORES			EVALUACIÓN	
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable	Se expresa corporalmente Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	1.2.2 Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos. 1.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al ascasar y vestirse: adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.	Los estudiantes realizan movimientos como saltos, giros y desplazamientos al ritmo de música tradicional peruana, expresando emociones con entusiasmo. Representan gestos y posturas corporales que comunican alegría, orgullo o entusiasmo, adoptando posturas adecuadas para mantener el equilibrio y evitar caídas. Además, demuestran prácticas básicas de cuidado personal, como el lavado de manos y el uso correcto de su vestimenta deportiva antes y después de la actividad física.	Realiza movimientos corporales (saltos, giros, desplazamientos) al ritmo de música tradicional peruana, expresando emociones con entusiasmo. Representa gestos y posturas que comunican alegría, orgullo o entusiasmo al participar en juegos lúdicos con acompañamiento musical. Adopta posturas adecuadas durante la actividad física (mantiene equilibrio, evita caídas o movimientos bruscos). Demuestra prácticas básicas de cuidado personal antes y después de la actividad (lavado de manos, uso adecuado del vestuario deportivo).
COMPETENCIAS TRANSVERSALES		Desempeño		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Define metas de aprendizaje.	Determina metas de aprendizaje viables, asociadas a sus necesidades, prioridades de aprendizaje y recursos disponibles, que le permiten lograr la tarea.		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Personaliza entornos virtuales.	Modifica un entorno virtual personalizado cuando clasifica aplicaciones y herramientas de navegación, para utilizarlo según las necesidades, el contexto y las actividades en las que participa.		
ENFOQUES TRANSVERSALES		Acciones observables		
Enfoque Intercultural	VALORES: Respeto a la identidad cultural, justicia y diálogo intercultural			
	ACTITUDES: Reconocimiento al valor de las diversas identidades culturales y relaciones de pertenencia de los estudiantes. Disposición a actuar de manera justa, respetando el derecho de todos, exigiendo sus propios derechos y reconociendo derechos a quienes les corresponde.			



Fomento de una interacción equitativa entre diversas culturas, mediante el diálogo y el respeto mutuo.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- Antes de iniciar la clase, el docente debe verificar que el espacio esté limpio y libre de obstáculos para garantizar la seguridad durante el juego y los desplazamientos. Se recomienda preparar la música Carnavalito en un dispositivo de audio con buen volumen, así como trazar previamente la rayuela con tiza o cinta en el suelo. Además, es importante confirmar que los estudiantes lleven ropa cómoda, hayan tomado agua y comprendan las normas básicas de convivencia y autocuidado, como respetar turnos, moverse con precaución y escuchar al docente.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

Los estudiantes expresan ideas y emociones mediante movimientos rítmicos y gestuales al compás de música tradicional peruana. Participan en juegos lúdicos como la rayuela respetando turnos, reglas y cuidando su cuerpo durante la actividad física, demostrando alegría, coordinación y actitudes de respeto hacia los demás.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación: El docente recibe con entusiasmo a los estudiantes, iniciando una ronda de palmas siguiendo distintos ritmos (rápido-lento, fuerte-suave). Luego, canta o tararea una melodía breve inspirada en su localidad (por ejemplo, una tonada de huayno, carnaval o saya típica del lugar). Invita a los niños a formar un gran círculo y moverse libremente al compás de una música instrumental suave, explorando con el cuerpo cómo se siente vivir en la tierra que los vio nacer. Recomendaciones generales: El docente recuerda que en el movimiento también hay cuidado: "Nos movemos con alegría, pero sin empujarnos, sin correr de golpe, escuchando bien a los demás". Se verifica que lleven ropa cómoda, hayan tomado agua y estén atentos para disfrutar la clase con seguridad. Presentación del propósito: "Hoy vamos a usar nuestro cuerpo para jugar y expresar el orgullo de haber nacido en esta tierra. Vamos a movernos con ritmo, con emoción, y compartir lo que sentimos cuando recordamos nuestras costumbres, nuestras fiestas y cómo se vive aquí." Preguntas motivadoras: "¿Que te hace sentir feliz de vivir en esta tierra?" "¿Qué sonidos o ritmos recuerdas de una fiesta en tu barrio?"	Se organiza al grupo en media luna y círculo.	Registro auxiliar Silbato Reproductor de audio	7'
Desarrollo	Activación corporal rítmica: "Yo quiero ser" Los estudiantes se ubican en semicírculo y siguen al docente en una secuencia guiada de movimientos al ritmo de una música, para activar el cuerpo: Movimientos suaves de cabeza, hombros, brazos, cadera y piernas. Saltos pequeños en el lugar al ritmo de la melodía. Estrimientos con frases motivadoras: "Yo quiero ser ingeniero; "Yo quiero ser futbolista por mi Perú; "Yo quiero ser doctor; Ritmo musical: Musicoграмма Carnavalito Usaremos la canción "Carnavalito", un ritmo tradicional andino alegre y muy fácil de seguir, ideal	Se ubican en media luna	Reproductor de audio Espacio amplio y seguro Chalk, tiza o cinta adhesiva Flejos o fichas pequeñas	30'



	para que los niños se muevan libremente con el cuerpo. Su estructura musical es sencilla. Durante la actividad, los estudiantes escucharán la canción y seguirán el ritmo con movimientos corporales, como: Palmadas y pasos al ritmo base Salto o giro en las partes rápidas. Movimientos de brazos al compás. El objetivo es que los niños sientan la música del Perú en su cuerpo, coordinando movimientos rítmicos con alegría y seguridad, sin necesidad de objetos. Juego infantil "La rayuela" La rayuela es un juego ancestral que se juega trazando en el suelo una figura con casillas numeradas (del 1 al 8 o al 10) en forma de cruz o escalera. Los estudiantes lanzan una piedra o ficha (llamada tejo) que debe caer dentro de la casilla correspondiente sin tocar las líneas. Luego, deben recorrer el camino saltando en un solo pie (en casillas individuales) o con ambos pies (en casillas dobles), recogiendo el tejo sin perder el equilibrio ni pisar fuera del trazo. El objetivo es completar toda el recorrido respetando las reglas y turnos. Este juego desarrolla el equilibrio, la coordinación, la concentración y el respeto por las normas, fortaleciendo también el vínculo con las costumbres de la comunidad.	Se ubican en media luna		
Cierre	Relajación y estiramientos: El docente guía una breve secuencia de estiramientos suaves con música instrumental de fondo (puede ser una versión lenta de Huayno o carnavalito). Los estudiantes, en círculo, realizan movimientos lentos con brazos, cuello y piernas, respirando profundo. Se acompaña cada estiramiento con frases como: "Respiro profundo... y me relajo." "Mi cuerpo está feliz por moverse." "Mi corazón bailó con mi tierra." Retroalimentación colectiva: Se invita a los estudiantes a comentar cómo se sintieron durante el juego de la rayuela y al moverse con la música. El docente pregunta: - ¿Qué parte te gustó más de moverte con la música? - ¿Te fue fácil o difícil saltar en la rayuela? - ¿Qué aprendiste hoy con tu cuerpo? Refuerzo de valores: El docente destaca las actitudes observadas: cooperación al respetar turnos, cuidado al moverse, alegría al participar, y orgullo por jugar como lo hacían sus padres o abuelos. Refuerza: "Hoy celebramos lo que somos, jugando con respeto, alegría y con el ritmo que vive en nuestra tierra." Extensión y cuidado personal: Se recuerda la importancia de cuidar el cuerpo: - "Cuando juegues en casa, estirate un poco antes." - "Bebe agua después de moverte."	Se ubican en media luna	Agua y jabón	8'



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



	– “Cuida cómo pisas y cómo caes, eso también es quererle.” Finalmente, el docente despide con una runda de palmadas rítmicas y una frase de cierre: “¡Mi cuerpo se mueve con orgullo porque nació en esta tierra!”			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Coordina movimientos corporales (saltos, giros y desplazamientos) siguiendo el ritmo de la música tradicional peruana, expresando emociones con entusiasmo. - Utiliza gestos y posturas corporales para comunicar emociones como alegría, orgullo o entusiasmo durante actividades lúdicas con música. - Mantiene posturas corporales adecuadas durante la actividad física, demostrando equilibrio, control y evitando movimientos que pongan en riesgo su integridad. - Aplica prácticas básicas de cuidado personal antes y después de la sesión, como el lavado de manos y el uso correcto del vestuario deportivo.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv.*, 9(2), 739-760.

<http://www.umantizales.edu.co/publicaciones-campos-unide/index.html>

AkrosComunicación. (2017). Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.

Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.

<https://archivos.csul.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/esiesif/revista.pdf>. Número: 37-MICHELLE ANGLÉ PRIETO BASCON 03.pdf

Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'Farrell, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efdv.25i266.2323>

Mendez, G. A., & Mendez, G. C. (2007). Los juegos en el currículum de e.f.(1000 juegos para desarrollo motor) (1st ed., Vol. 1). PAIDOTRIBO. https://www.libreriaedepportiva.com/libro/los-juegos-en-el-curriculum-de-e-f-1000-juegos-para-desarrollo-motor_7066

Musicograma Carnivallito - YouTube. (2021, February 8). <https://www.youtube.com/watch?v=17wC5KoaXio>


 Lic. Valentín Aguilar Puma
 D. P. Nº 0023 "SANTA ROSA"
 Profesor de la I.E.


 M. César A. Gutiérrez Díaz
 DOCENTE EFPI
 Docente de Práctica
 UNA - PUNO



 Estudiante de Práctica
 Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 15

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	2° "A"	Fecha	23/06/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma.		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Condori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Jugamos y sentimos el ritmo de nuestra tierra"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable	Se expresa corporalmente Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	1.2.2 Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse: adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.	Los estudiantes realizan movimientos como saltos, giros y desplazamientos al ritmo de música tradicional peruana, expresando emociones con entusiasmo. Representan gestos y posturas corporales que comunican alegría, orgullo o entusiasmo, adoptando posturas adecuadas para mantener el equilibrio y evitar caídas. Además, demuestran prácticas básicas de cuidado personal, como el lavado de manos y el uso correcto de su vestimenta deportiva antes y después de la actividad física.	Realiza movimientos corporales (saltos, giros, desplazamientos) al ritmo de música tradicional peruana, expresando emociones con entusiasmo. Representa gestos y posturas que comunican alegría, orgullo o entusiasmo al participar en juegos lúdicos con acompañamiento musical. Adopta posturas adecuadas durante la actividad física, mantiene equilibrio, evita caídas o movimientos bruscos. Demuestra prácticas básicas de cuidado personal antes y después de la actividad (lavado de manos, uso adecuado del vestuario deportivo).
COMPETENCIAS TRANSVERSALES		Desempeño		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Define metas de aprendizaje.	Determina metas de aprendizaje viables, asociadas a sus necesidades, prioridades de aprendizaje y recursos disponibles, que le permitan lograr la tarea.		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Personaliza entornos virtuales.	Modifica un entorno virtual personalizado cuando clasifica aplicaciones y herramientas de navegación, para utilizarlo según las necesidades, el contexto y las actividades en las que participa.		
ENFOQUES TRANSVERSALES		Acciones observables		
Enfoque Intercultural	VALORES: Respeto a la identidad cultural, justicia y diálogo intercultural			
	ACTITUDES: Reconocimiento al valor de las diversas identidades culturales y relaciones de pertenencia de los estudiantes.			
	Disposición a actuar de manera justa, respetando el derecho de todos, exigiendo sus propios derechos y reconociendo derechos a quienes les corresponden.			
	Fomento de una interacción equitativa entre diversas culturas, mediante el diálogo y el respeto mutuo.			



IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- Antes de la sesión, se debe acondicionar el espacio libre de obstáculos, seleccionar y probar música tradicional peruana (como huayno o festejo), preparar materiales como pañuelos o cintas, organizar la entrada con una dinámica motivadora, tener listas preguntas iniciales para activar conocimientos previos y verificar que los estudiantes lleven ropa cómoda, gorra y agua para moverse con seguridad y entusiasmo.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

Los estudiantes utilizan su cuerpo y el movimiento para expresar emociones con alegría al ritmo de músicas tradicionales del Perú, adoptando posturas corporales adecuadas durante la actividad física y demostrando prácticas básicas de cuidado personal.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación: El docente recibe con entusiasmo a los estudiantes, les da la bienvenida con una ronda de palmos y un canto corto relacionado con el Perú (por ejemplo: "Así se mueve mi Perú"). Se forma un círculo y se invita a moverse libremente al compás de una música suave de fondo (huayno instrumental). Recomendaciones generales: Se recuerda a los estudiantes la importancia de moverse con cuidado, sin empujar ni correr. También se les indica que deben escuchar las instrucciones, respetar turnos y cuidar su cuerpo durante la clase. Se revisa si llevan ropa cómoda y agua. Presentación del propósito: El docente explica con lenguaje claro: "Hoy vamos a usar nuestro cuerpo para jugar y movernos con la música de nuestro Perú. Vamos a sentir la alegría de las fiestas patrias mientras saltamos, giramos y aplaudimos con ritmo." Preguntas motivadoras: "¿Alguna vez bailaste una canción peruana con tu familia?" "¿Qué hace tu cuerpo cuando escuchas música alegre?" "¿Te gustaría mover tu cuerpo como lo hace el Perú cuando celebra?"	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Activación corporal: "Despierta cuerpo peruano" Los estudiantes se ubican en semicírculo y siguen al docente en una secuencia guiada de movimientos para activar el cuerpo: Movimientos suaves de cabeza, hombros, brazos, cadera y piernas. Saltos pequeños en el lugar al ritmo de un huayno instrumental. Estiramientos con frases motivadoras: "¡Mi cuerpo está listo para celebrar al Perú!" "¡Están como una llama en la sierra!" "¡Me muevo como las olas del mar!" Ritmo musical: Musicograma Carnavulito Usaremos la canción "Carnavulito", un ritmo tradicional andino alegre y muy fácil de seguir, ideal para que los niños se muevan libremente con el cuerpo. Su estructura musical es sencilla.	Se ubican en media luna	Equipo de sonido Espacio amplio y despejado	50'



	Durante la actividad, los estudiantes escucharán la canción y seguirán el ritmo con movimientos corporales, como: Palmas y pasos al ritmo base Saltitos o giros en las partes rápidas. Movimientos de brazos al compás El objetivo es que los niños sientan la música del Perú en su cuerpo, coordinando movimientos rítmicos con alegría y seguridad, sin necesidad de objetos. Secuencia libre con música peruana: “Así se mueve mi tierra” (10 min) Se reproducen fragmentos breves de música tradicional peruana (huayno, saya, festejo). Los estudiantes se mueven libremente siguiendo el ritmo, expresando alegría, orgullo y emoción. El docente guía con preguntas: “¿Cómo se movería tu cuerpo si bailarás con tu pueblo una danza peruana?” “¿Qué emoción te hace sentir esta música?” Juego infantil “La gallinita ciega” La gallinita ciega es un juego tradicional infantil en el que un niño es elegido como “gallinita” y se le cubren los ojos (o se le indica que los cierre). Los demás compañeros forman un círculo a su alrededor. La gallinita gira sobre sí misma y luego debe caminar tratando de atrapar a uno de sus compañeros usando solo el oído y el tacto. Cuando atrapa a alguien, debe adivinar quién es tocando su rostro, cabello o manos. Si acierta, ese compañero pasa a ser la nueva gallinita. Es un juego que favorece la percepción auditiva, el equilibrio, la coordinación y el respeto por las reglas y los turnos, y además promueve la convivencia y la diversión colectiva. Juego de reserva: Los 7 pecados peruanos “Los 7 pecados” es un juego tradicional de persecución que se desarrolla en espacios amplios y controlados. Un participante asume el rol de cuidador en el centro del área de juego, mientras el resto de los estudiantes se desplaza de un extremo a otro intentando evitar ser tocados. Cada vez que un jugador es alcanzado, se le adjudica un “pecado” o falta. Al acumular siete, asume el rol del cuidador o realiza un reto físico breve, según la variante aplicada. Este juego estimula capacidades motrices como la velocidad, el cambio de dirección y el control del cuerpo en movimiento, al mismo tiempo que promueve la autorregulación, el respeto por las normas, la tolerancia a la frustración y la equidad en la participación. Es una estrategia lúdica eficaz para desarrollar habilidades socioemocionales en contextos escolares del nivel primario.	Se ubican en media luna Se ubican de forma libre por el espacio Forman un círculo alrededor de la “gallinita ciega” Se ubican de forma libre por el espacio delimitado	Pañuelo Udalon	
Cierre	Relajación y estiramientos: Los estudiantes se colocan en círculo y el docente los guía en una breve rutina de respiración profunda (inhalar por la nariz, exhalar por la boca), acompañada de estiramientos suaves de brazos,		Agua y jabón	18'



piernas y espalda al ritmo de una melodía suave peruana. Se les invita a cerrar los ojos por unos segundos mientras imaginan que bailan con su familia en una fiesta peruana. Retroalimentación colectiva: Se les pregunta: "¿Qué fue lo que más te gustó mover hoy con la música del Perú?" "¿Cómo sentiste tu cuerpo al jugar y expresarte?" Los niños comparten sus respuestas libremente. El docente valora las ideas destacando el esfuerzo y la participación. Refuerzo de valores: Se resalta cómo, a través del juego y la música, han demostrado respeto, alegría, colaboración y orgullo por las tradiciones del Perú. El docente recuerda que moverse con cuidado y respetar a los demás también es una forma de celebrar a la patria. Extensión y cuidado personal: Se invita a los niños a practicar en casa algunos de los movimientos que más les gustaron, compartirlos con sus familiares, y cuidar su cuerpo descansando, alimentándose bien y manteniendo la higiene personal después de hacer actividad física.	Se ubican en media luna		

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Coordina movimientos corporales (saltos, giros y desplazamientos) siguiendo el ritmo de la música tradicional peruana, expresando emociones con entusiasmo. - Utiliza gestos y posturas corporales para comunicar emociones como alegría, orgullo o entusiasmo durante actividades lúdicas con música. - Mantiene posturas corporales adecuadas durante la actividad física, demostrando equilibrio, control y evitando movimientos que pongan en riesgo su integridad. - Aplica prácticas básicas de cuidado personal antes y después de la sesión, como el lavado de manos y el uso correcto del vestuario deportivo.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2018). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. Iberoam. cienc. soc. niños juv.*, 9(2), 739-760.
<http://www.umantizales.edu.co/publicaciones/campos/cinde/index.html>
- AkrosComunicación. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.
<https://archivos.esf.es/archivos/andaluza/guerranizarevistas/esf/esfrevista.pdf> Numero: 37-MIGUEL_A._ANGEL_PRIETO_BASCÓN_01.pdf
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quiles, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46661/25266.2321>
- Mendez, G. A., & Mendez, G. C. (2007). Los juegos en el curriculum de e.f.(1000 juegos para desarrollo motor) (1st ed., Vol. 1). PAIDOTRIBO.
https://www.laboraleducativa.com/libros/los-juegos-en-el-curriculum-de-e-f-1000-juegos-para-desarrollo-motor_7066



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL



Musikograma Carnavalito - YouTube. (2021, February 8).

<https://www.youtube.com/watch?v=I7wC8KoaXio>





UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA – ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 14

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	2º "A"	Fecha	20/06/2025
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma.		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Condori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Lo que aprendí... ¡también lo puedo mostrar!"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

SE DESARROLLO EN EL ENTORNO DE INFORMÁTICA Y EVALUACIÓN			EVALUACIÓN	
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalmente	1.1.1. Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.) verbal y sonoro, que le ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado.	Se comunican eficazmente usando su lenguaje corporal, verbal y sonoro para expresar sus ideas y emociones con seguridad y confianza.	Utiliza su lenguaje corporal, verbal y sonoro para expresar ideas y emociones con seguridad y confianza.
Asume una vida saludable	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	2.2.1. Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana, que le permitan la participación en el juego sin afectar su desempeño.	demuestra el cuidado personal al mantener prácticas adecuadas de aseo y vestimenta, lo cual contribuye a su participación efectiva y cómoda en las actividades físicas. Además, adopta posturas corporales correctas que favorecen su desempeño tanto en los juegos como en situaciones cotidianas.	Aplica prácticas de cuidado personal, como aseo y vestimenta adecuada, que facilitan su participación efectiva en las actividades.
Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	3.1.1. Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al existente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	Finalmente, participa activamente en juegos cooperativos y de oposición, mostrando respeto hacia sus compañeros y colaborando para llegar a consensos sobre las reglas que regulan el juego.	Adopta posturas corporales correctas que favorecen su desempeño en actividades lúdicas y cotidianas.
				Participa activamente en juegos cooperativos y de oposición, respetando a sus compañeros y alcanzando acuerdos sobre las reglas de juego.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES			Desempeño	
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta.			
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Constuye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo. El estudiante hace uso de un presentador visual.			
ENFOQUES TRANSVERSALES			Acciones observables	
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos y libertad.			
	ACTITUDES: Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito público y privado.			



Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente dispone el espacio del patio de forma segura y atractiva, favoreciendo un desarrollo dinámico y ordenado de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales considerando las características físicas y necesidades individuales de los niños, respaldando su planificación en conocimientos actualizados sobre las habilidades motrices propias de esta etapa del desarrollo infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante demostrará cómo integra y aplica las habilidades motrices y sociales adquiridas en la práctica de gimnasia. Resolverá situaciones motrices de manera autónoma, utilizando su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicarse con seguridad y confianza, consolidando así su sentido de pertenencia y aceptación en el espacio de juego. Participará activamente en juegos cooperativos y de oposición, mostrando respeto hacia sus compañeros y oponentes, y alcanzando acuerdos que fomentan el trabajo en equipo. Además, expresará sus emociones y sentimientos a través del cuerpo durante las actividades, transformando el aprendizaje en experiencias vividas que fortalecen la competencia y la resolución pacífica de conflictos.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con energía y calidez, fomentando un ambiente positivo y receptivo donde se valoran los avances individuales y colectivos alcanzados a lo largo de la unidad. Se promueve una reflexión profunda sobre el aprendizaje integrado, haciendo énfasis en la conexión armoniosa entre mente y cuerpo. Para centrar la atención y preparar el organismo para la actividad física, se inicia con una actividad breve de respiración consciente y relajación muscular que invita a la calma y al enfoque. Recomendaciones generales Vestimenta y espacio: Se realiza una revisión cuidadosa para asegurar que cada estudiante lleve ropa cómoda y calzado adecuado que permita libertad y seguridad en sus movimientos. Se verifica que el espacio de práctica esté ordenado, despejado y seguro, optimizando las condiciones para un desempeño óptimo y sin riesgos. Preparación corporal: Los estudiantes ejecutan una serie de estiramientos y movilizaciones articulares suaves y progresivos, con especial atención en la alineación postural y el control corporal, preparando así los músculos y articulaciones para la práctica de gimnasia avanzada. Presentación del propósito "En esta semana culminante de nuestra unidad, pondremos en práctica y celebraremos todo lo aprendido. Usaremos el movimiento para exhibir nuestra coordinación, capacidad expresiva y espíritu de colaboración. Además, reafirmaremos nuestro compromiso con el cuidado integral de la salud física y emocional." Preguntas motivadoras ¿Qué postura o técnica emplearás para demostrar tu equilibrio y control con precisión durante tus ejercicios?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Símbolo	7*



	¿Cómo crees que la adecuada hidratación influye en tu energía y rendimiento físico durante la sesión? ¿Qué estrategias motrices puedes implementar para sincronizar tus movimientos con los de tus compañeros y potenciar el trabajo en equipo?			
Desarrollo	¿Activa tu cuerpo, despierta tu energía! Para comenzar, realizamos un circuito dinámico especialmente diseñado para activar las articulaciones y preparar cada músculo para las actividades que vienen. Los estudiantes practican desplazamientos controlados —caminatas de puntillas y talones—, seguidos por giros lentos y conscientes de muñecas, tobillos y cuello. Cerramos con saltos suaves y desplazamientos en zigzag que desafían el equilibrio y afinan la coordinación motriz, asegurando una base sólida para el resto de la sesión. Actividad 1: "Equilibrio en acción: ¡Muévete con precisión!" Los estudiantes ponen a prueba su dominio corporal mostrando las posturas y movimientos gimnásticos aprendidos durante la unidad. En parejas, cada niño realiza una secuencia corta y creativa de equilibrio y gimnasia a ritmo libre, mientras su compañero observa atentamente y brinda retroalimentación positiva y constructiva. Posteriormente, intercambian roles para que ambos desarrollen habilidades de ejecución y análisis. Se potencia el control del cuerpo y la expresión corporal como un lenguaje vivo que comunica seguridad y creatividad. Actividad 2: "Relevos de destreza: rodando y equilibrando" Divididos en equipos, los niños participan en un desafío emocionante combinando rollos hacia adelante y atrás con paradas de cabeza, apoyados por el docente o una pared para garantizar la seguridad. Cada integrante debe completar su turno con movimientos precisos, seguros y controlados. Esta dinámica fortalece la concentración, la confianza y el trabajo en equipo, fomentando la superación personal y colectiva. Actividad 3: "Ritmos en movimiento: danza y coordinación grupal" Para calmar, con música vibrante y contagiosa, se lleva a cabo una actividad grupal donde los niños sincronizan movimientos rítmicos que incluyen saltos, giros y desplazamientos libres. Esta experiencia fortalece la cooperación para mantener el ritmo, impulsa la coordinación colectiva y celebra los logros adquiridos a lo largo de la unidad, transformando el aprendizaje en una experiencia de alegría y conexión.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre. Se ubican en parejas Se agrupan en dos equipos Se ubican en la figura donde que elijan con el docente	Celchonetas Conos o cintas Plazillos Espacio amplio y despejado Equipo de sonido	30'
Cierre	Relajación profunda: conecta y libera Para cerrar la sesión, los estudiantes realizan estiramientos suaves y controlados que promueven la flexibilidad y la relajación muscular. Ejercitan la elongación de brazos, piernas y cuello, acompañados de respiraciones profundas y conscientes que facilitan la liberación de tensiones y mejorar a	Se ubican en media luna	Agua y jabón	8'



	circulación sanguínea, preparando el cuerpo para el desarrollo. Retroalimentación en círculo: Aprendemos juntos. Reunidos en círculo, los niños comparten sus sensaciones, reflexionan sobre las habilidades que fortalecieron; y cuentan cómo enfrentaron los retos durante la unidad. El docente fomenta un espacio de reflexión y diálogo, subrayando la importancia de la cooperación y el cuidado personal como pilares para el desarrollo integral. Refuerzo de valores: La base de nuestro crecimiento. Se destacan valores esenciales para el crecimiento físico y social, tales como: Responsabilidad: Reconocer y respetar las señales del propio cuerpo y sus límites. Colaboración: Trabajar en equipo, apoyándose mutuamente para alcanzar objetivos comunes. Empatía: Valorar y reconocer los esfuerzos y logros de los compañeros, fortaleciendo lazos de respeto y apoyo. Extensión y cuidado personal: Hábitos para toda la vida. Para concluir, el docente recuerda la importancia de mantener hábitos saludables fuera del aula, invitando a los estudiantes a reforzar la higiene personal, mantenerse bien hidratados y conservar una postura adecuada en su vida diaria, promoviendo así el bienestar y el progreso continuo en su desarrollo físico y emocional.			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Utiliza gestos, expresiones faciales y sonidos para comunicar emociones e ideas con seguridad durante la práctica de gimnasia. - Mantiene hábitos adecuados de higiene y vestimenta apropiada que permite moverse con libertad y seguridad durante las actividades gimnásticas. - Mantiene posturas corporales correctas y alineadas que optimizan su desempeño y previenen lesiones en ejercicios y juegos de gimnasia. - Participa de manera respetuosa y colaborativa en juegos cooperativos y de oposición, respetando las reglas y facilitando acuerdos con sus compañeros durante la práctica gimnástica.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Luza, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. Innovam. cienc. soc. n°27 jun*, 9(2), 739-760.
<http://www.unam.mx/leso/la-es/publicaciones-com/sos/ciude/index.html>
- AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender
- Prieto Bascoán, M. A. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.
<http://archivos.cesif.es/archivos/actualizaciones/revistas/esicst/revista.pdf> Número 17, MIGUEL ANGEL PRIETO BASCOÁN DE JDI
- Betancourt Betancourt, F. F., Machangara Quiles, A. D., & Gilbert O'Farrell, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. [https://doi.org/10.46664/25034.25\(266\).2521](https://doi.org/10.46664/25034.25(266).2521)
- Méndez, G. A. & Méndez, G. C. (2007). Los juegos en el currículo de e.f.(1000 juegos para desarrollo motor) (1a ed., Vol. 1). PAJOTRIBO. <https://www.dibruja.net/articulo.com/lin/hus-juegos-en-el-curriculo-de-e-f-1000-juegos-para-desarrollo-motor-2066>



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL





SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 13

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	2 ^{do} "A"	Fecha	16/06/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Enck Josué Condon Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"De lo aprendido a lo vivido: expresando mi conocimiento en acción"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se expresa corporalmente Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	1.2.1 Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, agnencia, etc.), verbal y sonoro, que lo ayuden a sentirse seguro, confiado y aceptado. 1.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse, adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos: acepta al oponente como compañero de juego y llega a acuerdos sobre la manera de jugar	Se comunica eficazmente usando su lenguaje corporal, verbal y sonoro para expresar sus ideas y emociones con seguridad y confianza. Asimismo, demuestra el cuidado personal al mantener prácticas adecuadas de uso y vestimenta, lo cual contribuye a su participación efectiva y cómoda en las actividades físicas. Además, adopta posturas corporales correctas que favorecen su desempeño tanto en los juegos como en situaciones cotidianas. Finalmente, participa activamente en juegos cooperativos y de oposición, mostrando respeto hacia sus compañeros y colaborando para llegar a consensos sobre las reglas que regulan el juego	Utiliza su lenguaje corporal, verbal y sonoro para expresar ideas y emociones con seguridad y confianza. Aplica prácticas de cuidado personal, como aseo y vestimenta adecuada, que facilitan su participación efectiva en las actividades. Adopta posturas corporales correctas que favorecen su desempeño en actividades lúdicas y cotidianas. Participa activamente en juegos cooperativos y de oposición, respetando a sus compañeros y alcanzando acuerdos sobre las reglas de juego.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta.			
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo: El estudiante hace uso de un presentador visual.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos y libertad. ACTITUDES: Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito público y privado.			



Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente dispone el espacio del patio de forma segura y atractiva, favoreciendo un desarrollo dinámico y ordenado de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales considerando las características físicas y necesidades individuales de los niños, respaldando su planificación en conocimientos actualizados sobre las habilidades motrices propias de esta etapa del desarrollo infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante demostrará como íntegro y aplica las habilidades motrices y sociales adquiridas en la práctica de gimnasia. Resolverá situaciones motrices de manera autónoma, utilizando su lenguaje corporal, verbal y sensorio para comunicarse con seguridad y confianza, consolidando así su sentido de pertenencia y aceptación en el espacio de juego. Participará activamente en juegos cooperativos y de oposición, mostrando respeto hacia sus compañeros y oponentes, y alcanzando acuerdos que fomentan el trabajo en equipo. Además, expresará sus emociones y sentimientos a través del cuerpo durante las actividades, transformando el aprendizaje en experiencias vividas que fortalecen la cooperación y la resolución pacífica de conflictos.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con entusiasmo, creando un ambiente acogedor y destacando la importancia de la reflexión sobre lo aprendido y la colaboración entre compañeros. Se enfatiza la conexión mente-cuerpo, iniciando con una breve actividad de respiración y relajación para preparar a los estudiantes para la sesión final. Recomendaciones generales Vestimenta y espacio. El docente verifica que los estudiantes lleven ropa cómoda y calzado adecuado, y que el área de práctica esté organizada y libre de obstáculos para garantizar un ambiente seguro durante la actividad. Preparación corporal: Antes de iniciar, los estudiantes realizan ejercicios suaves de estiramiento y movilidad articular, enfocándose en mantener una postura correcta y en activar el cuerpo de manera controlada. Presentación del propósito "Hoy, en nuestra semana final de unidad, valoraremos todo lo aprendido durante la unidad, utilizando el movimiento para mostrar nuestra coordinación, expresarnos corporalmente y fortalecer el trabajo en equipo, mientras cuidamos de nuestra salud." Preguntas motivadoras ¿Qué postura te ayudará a demostrar tu equilibrio y control en los ejercicios? ¿Cómo contribuye la hidratación a tu rendimiento? ¿Qué movimientos puedes utilizar para apoyar a tus compañeros y mantener el ritmo durante la actividad?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'



Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para iniciar, realizan un circuito dinámico que active las articulaciones y prepare el cuerpo para las actividades. Los estudiantes ejecutan desplazamientos controlados, como caminatas de puntillas y talones, seguidos de giros lentos de muñecas, tobillos y cuello. Finalizan con saltos suaves y desplazamientos en zigzag para trabajar el equilibrio y la coordinación. Actividad 1: "Demuestra tu equilibrio" Los estudiantes ponen en práctica las posturas y movimientos que han aprendido a lo largo de la unidad. En parejas, cada niño realiza una secuencia corta de equilibrio y movimientos gimnásticos a mano libre, mientras su compañero observa y ofrece retroalimentación constructiva. Luego intercambian roles. Se enfatiza el control corporal y la expresión corporal como forma de comunicación. Actividad 2: "Relevos con rodamiento y parada de cabeza" Divídelos en equipos. Los niños realizan relevos combinando rodamiento hacia adelante y hacia atrás con paradas de cabeza asistidas por el docente o con apoyo de la pared. Cada estudiante debe completar su turno con movimientos seguros y controlados, promoviendo la concentración y la confianza en sus habilidades. Actividad 3: "Cierre musical y coordinación grupal" Con música de fondo, se realiza una actividad grupal donde los niños sincronizan movimientos rítmicos que incluyan saltos, giros y desplazamientos a mano libre. Se fomenta la cooperación para mantener el ritmo y la coordinación colectiva, celebrando los logros alcanzados durante la unidad.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre. Se ubican de forma libre en el espacio existente Se agrupan en dos equipos Se ubican en la figura idónea que elijan con el docente	Colechonetas Cómodos o cintas Espacio amplio y despejado	50'
Cierre	Relajación y estiramientos Para finalizar, los estudiantes realizan estiramientos suaves y controlados, enfocándose en la flexibilidad y la relajación muscular. Realizan ejercicios como elongaciones de brazos, piernas y cuello, acompañados de respiraciones profundas que ayudan a aliviar la tensión y favorecer la circulación. Retroalimentación colectiva En círculo, los niños comparten cómo se sintieron durante las actividades, qué habilidades mejoraron, cómo superaron los retos y de qué manera colaboraron en equipo. El docente promueve la reflexión sobre la importancia de la cooperación y el autocuidado, destacando los logros alcanzados en la unidad. Refuerzo de valores Se resaltan valores fundamentales para el desarrollo físico y social, tales como: Responsabilidad: Ser conscientes del propio cuerpo y respetar sus límites.	Se ubican en media luna	Agua y jabón	18'



	Colaboración: Trabajar en conjunto para alcanzar metas comunes y apoyar a los demás. Empatía: Reconocer y valorar los esfuerzos y logros de los compañeros. Extensión y cuidado personal Al concluir la sesión, el docente recuerda la importancia de mantener hábitos saludables, invitando a los estudiantes a reforzar su higiene personal, mantenerse hidratados y conservar una postura adecuada durante el día, para cuidar su bienestar y continuar progresando en las actividades físicas.			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Utiliza gestos, expresiones faciales y sonidos para comunicar emociones e ideas con seguridad durante la práctica de gimnasia. - Mantiene hábitos adecuados de higiene y viste ropa apropiada que permite moverse con libertad y seguridad durante las actividades gimnásticas. - Mantiene posturas corporales correctas y alineadas que optimizan su desempeño y previenen lesiones en ejercicios y juegos de gimnasia. - Participa de manera respetuosa y colaborativa en juegos cooperativos y de oposición, respetando las reglas y facilitando acuerdos con sus compañeros durante la práctica gimnástica.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam cienc. soc. niñez juv*, 9(2), 739-760.
<http://www.amanzales.edu.co/publicaciones-campos-cinde/index.html>
- AkrosComunicación. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pricto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.
https://revistas.usil.es/archivos/analucen/ensenanza/revistas/usil/revistas/pdf/Numero_37/MICHELLE_ANGEL_PRICTO_BASCON_01.pdf
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gilbert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efdv25266.2321>
- Mendez, G. A., & Mendez, G. C. (2007). Los juegos en el currículum de e.f.(1000 juegos para desarrollo motor) (1st ed., Vol. 1). PAIDOTRIBO.
https://www.libreriadeporiva.com/libro/los-juegos-en-el-curriculum-de-e-f-1000-juegos-para-desarrollo-motor_7066


 Profesor de la E.E.


 Msc. Víctor A. Cordon Lizarbe
 Docente de Práctica
 UNA - PUNO


 Víctor A. Cordon Lizarbe
 Estudiante de Práctica
 Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 12

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	2º "A"	Fecha	13/06/2025
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma.		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Condori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Me muevo con confianza y cuido mi cuerpo al moverme"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalment e	1.2.1 Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro, que lo ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado.	Demuestran su capacidad para resolver situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, como gestos, contacto visual, y actitud corporal, lo que les permite sentirse seguros, confíados y aceptados en el espacio de juego. Además, participan activamente en juegos cooperativos y de oposición, tanto en parejas como en pequeños grupos, mostrando una actitud de respeto hacia sus compañeros y oponentes. A través de estos juegos, los estudiantes aprenden a llegar a consensos sobre la manera de jugar, promoviendo la colaboración, el trabajo en equipo y la resolución pacífica de conflictos.	Resuelve situaciones motrices utilizando su lenguaje corporal (gestos, contacto visual, actitud corporal) y verbal, lo que le permite moverse con seguridad y confianza. Participa activamente en juegos cooperativos y de oposición, demostrando capacidad para llegar a consensos y respetar las reglas de juego, aceptando a los oponentes como compañeros de juego.
Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.		Utiliza su lenguaje corporal y sonoro para expresar emociones y sentimientos durante la actividad física, lo que refuerza su confianza y aceptación dentro del grupo. Se involucra en actividades en parejas o grupos pequeños, utilizando sus habilidades motrices y socioemocionales para fomentar la cooperación, el trabajo en equipo y la resolución pacífica de conflictos.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta.			
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC's	Constroye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo. El estudiante hace uso de un presentador visual.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos y libertad.			
	ACTITUDES: Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito público y privado. Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad.			



IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motrices propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante abordará situaciones motrices de forma independiente, empleando su lenguaje corporal, verbal y sonoro, lo que le proporcionará seguridad, confianza y aceptación en el entorno de juego. Participará con entusiasmo en juegos cooperativos y competitivos, demostrando respeto por sus compañeros y oponentes, y alcanzando acuerdos sobre cómo se debe jugar. Asimismo, manifestará sus emociones y sentimientos a través de su cuerpo durante las actividades, favoreciendo la cooperación, el trabajo en equipo y la resolución armoniosa de conflictos.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con entusiasmo, creando un ambiente acogedor y destacando la importancia de la concentración y el trabajo en equipo. Se enfatiza la relación entre la mente y el cuerpo, iniciando con una breve actividad de calentamiento para preparar a los estudiantes para la práctica de gimnasia. Recomendaciones generales Vestimenta y espacio: El docente verifica que los estudiantes lleven ropa cómoda y calzado adecuado, y que el área esté organizada, sin obstáculos, para garantizar seguridad durante los ejercicios de gimnasia. Preparación corporal: Antes de empezar, los estudiantes realizan ejercicios de estiramiento y movilidad articular suaves, enfocándose en la alineación corporal y la activación de los músculos. Presentación del propósito "Hoy, en nuestra clase de gimnasia, exploraremos cómo utilizar el movimiento y las posturas para mejorar nuestra coordinación, fortalecer nuestro cuerpo y aprender a trabajar en equipo, mientras aplicamos buenos hábitos físicos." Preguntas motivadoras ¿Qué postura crees que te ayudará a mantener el equilibrio al hacer el equilibrio? ¿Por qué es importante estar bien hidratado antes de realizar ejercicios de gimnasia? ¿Cómo puedes usar tus movimientos para ayudar a tus compañeros a seguir el ritmo durante las actividades?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	7'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para acondicionar el cuerpo y prevenir lesiones, se inicia con un circuito que favorece la movilidad articular, activación motriz y desplazamientos suaves. Círculo dinámico de activación: Desplazamientos controlados: Caminatas suaves de puntillas y talones, prestando atención a la postura y alineación.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre.	Colchonetas Cintas o cintas	30'



	Movilidad articular: Giros lentos de muñecas, tobillos y cuello, seguidos de movimientos amplios de cadera. Activación motriz: Saltos suaves y desplazamientos en zigzag, manteniendo el equilibrio. Juego 1: "Ritmos con el cuerpo" Objetivo: Desarrollar coordinación y conciencia corporal a través de movimientos sincronizados con música. Cómo se realiza: Los niños escuchan una canción con ritmo marcado y deben seguir los movimientos que el docente indique, como saltar, aplaudir, girar o hacer movimientos de brazos y piernas al ritmo de la música. El docente puede aumentar la complejidad de los movimientos a medida que los niños dominan los básicos, añadiendo variaciones en los pasos o desafiando a los niños a inventar sus propios movimientos mientras siguen el ritmo. El desafío es mantener la sincronización con la música, mejorando el control corporal y el sentido del ritmo. Juego 2: "Giros musicales en pareja" Objetivo: Desarrollar equilibrio y coordinación mientras se sigue el ritmo musical en pareja. Cómo se realiza: Los niños se colocan en parejas y deben realizar giros o movimientos de balanceo mientras siguen el ritmo de la música. Cuando la música se detiene, las parejas deben mantener una postura estática (como el equilibrio sobre una pata o postura de "puente"). El desafío es realizar los giros y movimientos de manera controlada, sin perder el equilibrio, y sincronizarse perfectamente con su compañero. Actividad 1: "Rodamientos avanzados" Objetivo: Mejorar la coordinación, la flexibilidad y la seguridad al practicar el rodamiento hacia adelante y hacia atrás. Cómo se realiza: Los niños practican rodar hacia adelante en la colchoneta llevando la barbilla al pecho y moviendo el cuerpo hacia adelante de forma controlada. Luego, intentan rodar hacia atrás, asegurándose de usar las manos para proteger la cabeza y controlar el movimiento. A medida que avanzan, los niños incorporan rodamientos más complejos, como rodar hacia un lado o hacer un "salto rodante", enfatizando siempre la alineación y la seguridad. El docente supervisa y corrige para evitar lesiones. Actividad 2: "Pararse de cabeza de forma segura" Objetivo: Desarrollar fuerza, equilibrio y control al practicar el pararse de cabeza de manera progresiva y controlada. Cómo se realiza:	Se desplazan con libertad Se ubican en parejas Se ubican en columnas en relación al número de colchonetas	espacio amplio y despejado Equipo de sonido	



	Los niños practican primero desde una posición de cuclillas, luego colocan las manos en el suelo para intentar el pararse de cabeza. Se les guía para mantener la postura correctamente, usando el apoyo de la pared o de compañeros para mejorar la alineación y evitar caídas. El docente supervisa el uso adecuado de los hombros y el cuello para equilibrarse correctamente. Los niños realizan el ejercicio en series cortas, asegurándose de realizar los movimientos de manera fluida y sin riesgo.	Se ubican en columnas en relación al número de colchonetas		
Cierre	Cierre y reflexión final Al finalizar la sesión, los estudiantes realizan estiramientos suaves y controlados, concentrándose en la flexibilidad y relajación muscular. El docente guía respiraciones profundas mientras se realizan estiramientos de piernas, hombros y tobillos, promoviendo la circulación y aliviando cualquier tensión acumulada. Retroalimentación colectiva En círculo, los niños comparten sus experiencias sobre las actividades realizadas. Discuten cómo se sintieron durante los ejercicios, qué estrategias utilizaron para lograr sus objetivos y cómo trabajaron en equipo. El docente resalta la importancia de la cooperación y el apoyo mutuo, celebrando los logros alcanzados durante la sesión. Refuerzo de valores Se destacan valores importantes como la responsabilidad, la colaboración y la empatía, que son esenciales para el desarrollo físico y social de los estudiantes. El docente fomenta el respeto hacia el cuerpo propio y el de los demás, así como el trabajo en conjunto para superar desafíos y lograr metas comunes. Cuidado personal El docente finaliza con un mensaje recordando a los estudiantes la importancia de mantener hábitos saludables: "Recuerden lavarse bien las manos, hidratarse y mantener una postura adecuada durante todo el día para cuidar su cuerpo y seguir mejorando en las actividades físicas".	Se ubican en media luna	Agua y jabón	8'

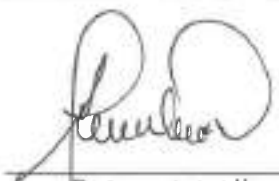
VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Demuestra seguridad y confianza al realizar movimientos motrices como el rodamiento y el pararse de cabeza, utilizando su lenguaje corporal (gestos, postura y contacto visual) para mantenerse equilibrado. - Participa activamente en juegos de relevos y actividades de equilibrio, respetando las reglas del juego y trabajando en equipo para lograr los objetivos comunes. - Expresa emociones y sentimientos a través de su lenguaje corporal y sonoro mientras realiza las actividades físicas, como el rodamiento y el pararse de cabeza, reforzando su confianza y aceptación dentro del grupo. - Se involucra en actividades de pareja o grupos pequeños, utilizando sus habilidades motrices y socioemocionales para fomentar la cooperación, el trabajo en equipo y la resolución de desafíos durante las actividades gimnásticas.	Observación directa	Lista de cotejo



VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv.* 9(2), 739-760
<http://www.umamaza.es/educacion/publicaciones/compos-cv/index.html>
- AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8EXCUE-BhiQ>
- Prieto Baseón, M. A. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.
https://archivos.esfearchives-andalucia/ensenanza/revistas/esiesif/revista.pdf?Numero=37/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_HU.pdf
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gilbert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*. 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.4064/led/25/266/2321>



Profesora de la I.F.



Mg. *Cristina A. Gutiérrez y Pizar*
DOCENTE EFEE
Docente de Práctica
UNA - PUNO



EMILIO JORDAN CONDONI CAJUELO
PSE DE PRÁCTICA PREPROFESIONAL
EFEE - UNA
Estudiante de Práctica
Preprofesional



SESIÓN DE APRENDIZAJE, N° 11

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	2do "A"	Fecha:	10/06/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentín Aguilar Puma		
Tiempo	90 minutos	Profesor Prácticante	Erick Josué Condon Laque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Me muevo con confianza y cuido mi cuerpo al moverme"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalmente	1.2.1 Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonora, que lo ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado.	Demuestran su capacidad para resolver situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, como gestos, contacto visual, y actitud corporal, lo que les permite sentirse seguros, confiados y aceptados en el espacio de juego. Además, participan activamente en juegos cooperativos y de oposición, tanto en parejas como en pequeños grupos, mostrando una actitud de respeto hacia sus compañeros y oponentes. A través de estos juegos, los estudiantes aprenden a llegar a acuerdos sobre la manera de jugar, promoviendo la colaboración, el trabajo en equipo y la resolución pacífica de conflictos.	Resuelve situaciones motrices utilizando su lenguaje corporal (gestos, contacto visual, actitud corporal) y verbal, lo que le permite moverse con seguridad y confianza. Participa activamente en juegos cooperativos y de oposición, demostrando capacidad para llegar a consensos y respetar las reglas del juego, aceptando a los oponentes como compañeros de juego.
Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.		Utiliza su lenguaje corporal y sonoro para expresar emociones y sentimientos durante la actividad física, lo que refuerza su confianza y aceptación dentro del grupo. Se involucra en actividades en parejas o grupos pequeños, utilizando sus habilidades motrices y socioemocionales para fomentar la cooperación, el trabajo en equipo y la resolución pacífica de conflictos.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta.			
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo: El estudiante hace uso de un presentador visual.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos y libertad			
	ACTITUDES Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito público y privado. Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad.			



IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motrices propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante resolverá situaciones motrices de manera autónoma utilizando su lenguaje corporal, verbal y sonoro, lo que le permitirá sentirse seguro, confiado y aceptado en el espacio de juego. Participará activamente en juegos cooperativos y de oposición, mostrando respeto hacia sus compañeros y oponentes, y llegando a consensos sobre la manera de jugar. Además, expresará sus emociones y sentimientos corporalmente durante las actividades, promoviendo la cooperación, el trabajo en equipo y la resolución pacífica de conflictos.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente da la bienvenida con entusiasmo, creando un ambiente relajado y promoviendo la importancia del respeto mutuo y el trabajo conjunto. Se hace énfasis en la conexión mente-cuerpo, comenzando con una breve actividad de relajación para preparar a los estudiantes para la actividad física. Recomendaciones generales Vestimenta y espacio: El docente asegura que los estudiantes vistan ropa cómoda y calzado adecuado, y que el área de práctica esté libre de obstáculos, garantizando un ambiente seguro para los ejercicios. Preparación corporal: Antes de comenzar, los estudiantes realizan ejercicios suaves de estiramiento y movilidad articular para activar el cuerpo y mejorar la flexibilidad, cuidando siempre la postura y el alineamiento corporal. Presentación del propósito "Hoy, en nuestra clase de actividad física, exploraremos cómo utilizar el movimiento para mejorar nuestra coordinación, expresarnos con el cuerpo y trabajar en equipo, mientras aprendemos a cuidar de nuestra salud." Preguntas motivadoras ¿Qué tipo de postura te ayudará a sentirte más equilibrado durante los ejercicios? ¿Cómo te ayuda estar hidratado antes de realizar actividades físicas? ¿Qué movimientos puedes hacer para facilitar el ritmo de la actividad y colaborar con tus compañeros?	Se organiza al grupo en media luna	Reglamento auxiliar Salvato	17'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para acondicionar el cuerpo y prevenir lesiones, se inicia con un circuito que favorece la movilidad articular, activación motriz y desplazamientos suaves. Círculo dinámico de activación: Desplazamientos controlados: Caminatas suaves de puntillas y talones, manteniendo la postura erguida. Movilidad articular: Giros lentos de muñecas, tobillos y cuello, seguidos de movimientos amplios de cadera.	Se desplazan por los espacios delimitados de forma libre	Colchonetas Conos o cintas	50'



	Activación motriz: Saltos suaves y desplazamientos en zigzag, manteniendo el equilibrio. Juego 1: "Rodamiento en relevos" Objetivo: Familiarizar a los niños con el rodamiento y mejorar su coordinación y control corporal. Cómo se realiza: Los niños se dividen en equipos y deben rodar hacia adelante y hacia atrás en una colchoneta de forma controlada. Cada niño realiza un rodamiento hacia adelante y luego hacia atrás, regresa a su equipo y pasa el turno al siguiente compañero. El equipo que termine primero, con los movimientos más controlados y precisos, gana. Actividad 2: "Pararse de cabeza" Objetivo: Desarrollar fuerza y equilibrio al practicar el pararse de cabeza de manera segura. Cómo se realiza: Los niños comienzan en una posición de cuclillas y practican colocar sus manos en el suelo para prepararse para el pararse de cabeza. Se les guía para mantener la postura con la ayuda de una pared o apoyo, asegurándose de que la alineación sea correcta y que utilicen el cuello y los hombros para equilibrarse. El docente supervisa y ajusta la técnica para evitar lesiones. Juego 3: "Relevos de equilibrio" Objetivo: Mejorar el equilibrio y la coordinación a través de ejercicios de relevos en los que deben mantener posiciones estáticas. Cómo se realiza: Los niños se agrupan en equipos y deben completar una carrera de relevos manteniendo el equilibrio en diversas posiciones (como equilibrio sobre una pierna o en postura de tabla). Cada niño debe correr hacia una estación, realizar el ejercicio de equilibrio durante unos segundos, y luego pasar el turno al siguiente compañero. El equipo que complete el recorrido sin perder el equilibrio o caerse, gana el juego.	Se ubican en columnas en relación al número de colchonetas Se ubican en columnas en referencia al número de colchonetas Se agrupan en dos equipos	Espacio amplio y despejado	
Cierre	Relajación y estiramientos Para finalizar, los estudiantes realizan estiramientos suaves y controlados, enfocándose en la flexibilidad y relajación muscular. Ejercicios como estiramientos laterales de torso, extensión de piernas y rotación de hombros y tobillos, acompañados de respiraciones profundas para aliviar la tensión y mejorar la circulación. Retrosalimentación colectiva En círculo, los niños comparten cómo se sintieron durante las actividades, qué estrategias utilizaron para superar los desafíos y cómo trabajaron en equipo. El docente fomenta la reflexión sobre la importancia de la colaboración y el autocuidado, destacando los logros alcanzados durante la sesión. Refuerzo de valores Se subrayan valores esenciales para el desarrollo físico y social de los niños, tales como:	Se ubican en media luna	Agua y jabón	18'



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA – ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



Responsabilidad: Ser conscientes del propio cuerpo y respetar los límites personales. Colaboración: Ayudar a los demás y trabajar juntos para alcanzar objetivos comunes. Empatía: Apoyar a los compañeros en todo momento, reconociendo sus esfuerzos y logros. Cierre y cuidado personal Al concluir la sesión, el docente recuerda a los estudiantes la importancia de mantener hábitos saludables. Se les invita a reforzar la higiene personal, mantenerse hidratados y adoptar una postura adecuada a lo largo del día, para cuidar su bienestar y seguir mejorando en las actividades físicas.			

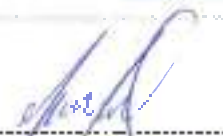
VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Demuestra seguridad y confianza al realizar movimientos motrices como el inclinamiento y el ponerse de cabeza, utilizando su lenguaje corporal (gestos, postura y contacto visual) para mantenerse equilibrado. - Participa activamente en juegos de relevos y actividades de equilibrio, respetando las reglas del juego y trabajando en equipo para lograr los objetivos comunes. - Expresa emociones y sentimientos a través de su lenguaje corporal y sonoro mientras realiza las actividades físicas, como el inclinamiento y el ponerse de cabeza, reforzando su confianza y aceptación dentro del grupo. - Se involucra en actividades de pareja o grupos pequeños, utilizando sus habilidades motrices y socioemocionales para fomentar la cooperación, el trabajo en equipo y la resolución de desafíos durante las actividades gimnásticas.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam cienc soc. niñez juv.*, 9(2), 739-760.
<http://www.unanizales.edu.co/publicaciones/campus/index.html>
- AkrosComunicación. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=MK0CULBhQ>
- Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1–10.
https://archivos.esif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/esiesif/revista/pdf/Numero_37/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_IL.pdf
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87–97. <https://doi.org/10.46642/lefd.v25i266.2321>


Profesor de la I.E


Mg. César Gutiérrez Díaz
Docente de Educación Física
UNA - PUNO


Erick Inoue Condori Llanos
EST. DE PRÁCTICA PREPROFESIONAL
Estudiante de Práctica Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 10

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	2 ^{do} "A"	Fecha	06/06/2025
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentín Aguilar Poma		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Erick José Condon Laque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"En gimnasia, juntos nos movemos, juntos ganamos"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Asume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse: adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos: acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar	Demuestra su capacidad para adoptar hábitos de higiene y mantener posturas adecuadas mientras realizan actividades físicas. A través de estiramientos y movimientos controlados, los niños aprenden a cuidar su cuerpo, evitando lesiones y promoviendo un desempeño óptimo en las actividades. Además, refuerzan la importancia de una vestimenta cómoda y adecuada para facilitar el movimiento durante los ejercicios. Interactúan cooperativamente en juegos de equilibrio, aplicando habilidades motrices y trabajando en equipo. Esta actividad fomenta la comunicación, coordinación y el desarrollo físico y socioemocional.	Mantiene hábitos de higiene adecuados antes y después de la actividad física. Conserva una postura correcta y alineada durante los ejercicios y estiramientos. Interactúa de manera respetuosa y colaborativa con sus compañeros durante las actividades grupales. Aplica correctamente las habilidades motrices necesarias para realizar movimientos de equilibrio con coordinación y control corporal.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES		Desempeño		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC's	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo: El estudiante hace uso de un presentador visual.			
ENFOQUES TRANSVERSALES		Acciones observables		
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos y libertad.			
	ACTITUDES Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito público y privado. Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad.			

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?



- El docente organiza el espacio del patio de forma segura y estimulante, promoviendo un ambiente adecuado para la realización de juegos y actividades lúdicas. Al preparar los materiales, considera las características físicas y las necesidades de los niños, basando su planificación en conocimientos recientes sobre las habilidades motrices correspondientes a esta etapa de desarrollo.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante abordará de forma independiente situaciones motrices en gimnasia, utilizando gestos, posturas y comunicación verbal para expresar emociones y mensajes con confianza. Además, adoptará hábitos esenciales de higiene y vestimenta apropiados, y mantendrá una postura corporal adecuada que le permita participar activamente y proteger su bienestar durante las actividades.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con entusiasmo, crea un ambiente relajado y destaca la importancia de ciertos valores y actitudes para la sesión. Se enfatiza la conexión entre cuerpo y mente, iniciando con una actividad que prepare a los estudiantes para la actividad física. Recomendaciones generales Vestimenta y espacio. Se asegura de que los estudiantes lleven ropa adecuada, calzado correcto y estén preparados físicamente. También revisa que el área de práctica esté limpia y libre de peligros. Preparación corporal. Antes de iniciar, se realizan ejercicios ligeros para activar el cuerpo y mejorar la flexibilidad, asegurándose de que la postura sea correcta en todo momento. Presentación del propósito "Hoy, en nuestra sesión, vamos a explorar cómo usar el movimiento para mejorar nuestra coordinación, fortalecer el trabajo en equipo y aplicar buenos hábitos durante la actividad física." Preguntas motivadoras ¿Cómo te sentirías más estable al realizar un ejercicio de equilibrio? ¿Por qué es importante estar bien hidratado antes de comenzar una actividad física? ¿De qué manera tus movimientos pueden ayudar a tus compañeros a seguir el ritmo de la actividad?	Los estudiantes estarán sentados en media luna	Registro auxiliar Silbato Ropa cómoda Calzado adecuado	7'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para acondicionar el cuerpo y prevenir lesiones, se inicia con un circuito que favorece la movilidad articular, activación motriz y desplazamientos suaves: Círculo dinámico de activación: Desplazamientos controlados. Caminatas suaves de puntillas y talones, manteniendo la postura erguida y la alineación del cuerpo. Movilidad articular. Giros lentos de muñecas, tobillos y cuello, seguidos de movimientos de cadera en círculos amplios. Activación motriz. Saltos suaves y desplazamientos en zigzag, asegurando que el cuerpo mantenga el equilibrio y control en cada paso. Juego 1: "Tutifruti" Objetivo: Mejorar la rapidez de reacción, la coordinación, la atención y la memoria motriz. Cómo se realiza:	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre.	Balón de voley Colchonetas Conos o cintas Espacio amplio y despejado	30'



	Cada niño elige una fruta de su elección y, cuando un niño lanza la pelota diciendo el nombre de una fruta en voz alta, el niño que haya elegido esa fruta debe correr hacia la pelota. Al atraparla, debe decir "¡Stop!" y los demás deben quedarse congelados. Luego, el niño que atrapó la pelota cuenta los pasos en función al número de sílabas de su fruta (por ejemplo, "manzana" tiene 3 sílabas, por lo que durará tres pasos). Posteriormente, lanza la pelota hacia uno de sus compañeros para intentar quitarle una vida. Cada niño comienza con 5 vidas, y el juego continúa hasta que solo quede uno con vida. Actividad 2: "Ahora practicamos el rodamiento" Objetivo: Iniciar a los niños en el rodamiento hacia adelante y hacia atrás, mejorando su coordinación y confianza en los movimientos. Cómo se realiza: Los niños practican rodar hacia adelante en la colchoneta, llevando la barbilla al pecho y moviendo el cuerpo hacia adelante de forma controlada. Luego, los niños intentan rodar hacia atrás, asegurándose de usar las manos para proteger la cabeza y controlar el movimiento. El docente guía a los niños para realizar el rodamiento de manera lenta y controlada, asegurándose de que mantengan una alineación segura en todo momento. Al finalizar, los estudiantes deben sentirse cómodos realizando el rodamiento de manera fluida y segura.	Los estudiantes estarán en el área de práctica, moviéndose libremente en relación al juego. Se ubican en columnas en referencia al número de colchonetas		
Cierre	Relajación y estiramientos Los estudiantes realizan ejercicios de estiramiento suaves y controlados, enfocándose en la flexibilidad y relajación muscular. Cada estiramiento se acompaña de respiraciones profundas para aliviar la tensión y mejorar el bienestar general. Retrospección colectiva En círculo, los niños comparten cómo se sintieron durante las actividades, qué estrategias usaron para superar desafíos y cómo trabajaron en equipo. El docente fomenta la reflexión sobre la importancia del trabajo en grupo y la autoobservación. Refuerzo de valores Se destacan valores esenciales para el desarrollo físico y social, como el respeto hacia el propio cuerpo, la cooperación con los compañeros y la empatía durante las actividades. Cierre y cuidado personal Para finalizar, se invita a los estudiantes a mantener hábitos saludables, como la higiene y la hidratación, y a recordar la importancia de mantener una postura correcta en su vida diaria.	Se ubican en media luna	Agua y jabón	8'

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Mantiene prácticas de higiene personal como el lavado de manos y el uso de vestimenta adecuada antes y después de la actividad física. - Conserva una postura correcta y alineada en todo momento durante los ejercicios, estiramientos y movimientos, evitando posturas que puedan generar incomodidad o lesiones.	Observación directa	Lista de cotejo



- Participa de manera respetuosa y colaborativa en actividades grupales, siguiendo las reglas del juego, apoyando a los compañeros y respetando los turnos y ritmos de los demás.
- Realiza movimientos de equilibrio con control corporal, demostrando coordinación al mantener la postura y ajustar el cuerpo según sea necesario para mantener la estabilidad.

VIII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. niñez jvn*, 9(2), 739-760.

<http://www.uninizaies.edu.pe/publicaciones/cuadernos/index.html>

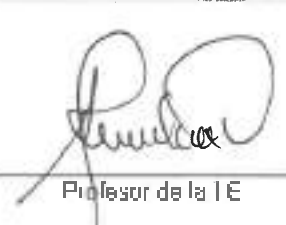
AkrosComunicación. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.

Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=MNDCH-1RkEQ>

Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*. 1984. 1-10.

https://archivos.esifles.archivosandaluza-cuencanaza/revistas/esiesif/revista.pdf?numero=37&MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf

Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gihert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.2321>


Profesor de la IE


Mr. César A. Gutiérrez Díaz
DOCENTE EFEE
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Erick José Coronado Umap
EST. DE PRÁCTICA PREPROFESIONAL
EPPE - 2024
Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA – ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 9

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	2º "A"	Fecha	02/06/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Perna		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Frick Josué Cumburi Loque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Unidos por el ritmo, juntos en la gimnasia"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Asume una vida saludable	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse: adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.	Demuestran su capacidad para adoptar hábitos de higiene y mantener posturas adecuadas mientras realizan actividades físicas. A través de estiramientos y movimientos controlados, los niños aprenden a cuidar su cuerpo, evitando lesiones y promoviendo un desempeño óptimo en las actividades. Además, refuerzan la importancia de una vestimenta cómoda y adecuada para facilitar el movimiento durante los ejercicios.	Mantiene hábitos de higiene adecuados antes y después de la actividad física.
Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos. Acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar	Interactúan cooperativamente en juegos de equilibrio, aplicando habilidades motrices y trabajando en equipo. Esta actividad fomenta la comunicación, coordinación y el desarrollo físico y socioemocional.	Conserva una postura correcta y adecuada durante los ejercicios y estiramientos.
				Interactúa de manera respetuosa y colaborativa con sus compañeros durante las actividades grupales.
				Aplica correctamente las habilidades motrices necesarias para realizar movimientos de equilibrio, coordinación y control corporal.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES		Desempeño		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza estrategias y procedimientos que se proponen en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta.			
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo. El estudiante hace uso de un presentador visual.			
ENFOQUES TRANSVERSALES		Acciones observables		
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos y libertad.			
	ACTITUDES Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito público y privado. Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad.			

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?



- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motrices propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante resolverá situaciones motrices en gimnasia de manera autónoma, expresando sus emociones y mensajes a través de gestos, posturas y comunicación verbal con seguridad, adaptando hábitos básicos de aseo y vestimenta adecuados, y manteniendo posturas corporales correctas que le permitan participar activamente y cuidar su bienestar durante las actividades.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente da la bienvenida con entusiasmo, crea un ambiente relajado y recalca las normas de respeto y trabajo en equipo. Se destaca la importancia de mantener una actitud positiva y la conexión entre mente y cuerpo, comenzando con una breve actividad de respiración para preparar a los estudiantes. Recomendaciones generales Vestimenta y espacio: Se asegura de que los niños lleven ropa cómoda, calzado adecuado y el cabello recogido. Además, revisa que el área de práctica esté libre de obstáculos. Preparación corporal: Antes de comenzar, los niños realizan una serie de movimientos suaves, como balanceos y estiramientos ligeros, para aflojar el cuerpo y mejorar la flexibilidad, cuidando siempre la postura. Presentación del propósito "Hoy, en nuestra sesión de actividad física, exploremos cómo utilizar el movimiento para expresar emociones, mejorar nuestra coordinación y disfrutar del trabajo en equipo, mientras aplicamos hábitos saludables." Preguntas motivadoras ¿Qué postura usarías para sentirte fuerte y estable durante un ejercicio de equilibrio? ¿Cómo te beneficia estar bien hidratado antes de empezar a moverte? ¿Cómo tus movimientos pueden ayudar a que tus compañeros sigan el ritmo de la actividad?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato Ropa cómoda Calzado adecuado	17'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para acondicionar el cuerpo y prevenir lesiones, se inicia con un circuito que favorece la movilidad articular, activación motriz y desplazamientos suaves. Círculo dinámico de activación Desplazamientos controlados. Caminatas suaves de puntillas y talones, prestando atención a la postura y alineación. Movilidad articular: Giros lentos de muñecas, tobillos y cuello, seguidos de movimientos de cadera en círculos amplios. Activación motriz: Saltos suaves y desplazamientos en zigzag, manteniendo el equilibrio y control en cada paso.	Se desplazan por los espacios definidos de forma libre.	Colchonetas Conos o cintas Esteras o colchonetas suaves	50'



	Juego 1: "Equilibrio con figuras" Objetivo: Mejorar la coordinación y el equilibrio mediante posturas estáticas y movimientos controlados. Cómo se realiza: En parejas, un niño realiza una postura estática (por ejemplo, equilibrio sobre una pierna) y su compañero debe mantener esa postura durante unos segundos. El desafío consiste en mantener la postura mientras realizan movimientos suaves como mover los brazos o balancearse ligeramente sin perder el equilibrio. Después de cada ronda, se intercambian roles y se cuidan los movimientos para evitar lesiones. Actividad 2: "Familiarización con el rodamiento" Objetivo: Iniciar a los niños en el rodamiento hacia adelante y hacia atrás, mejorando su coordinación y confianza en los movimientos. Cómo se realiza: Los niños practican rodar hacia adelante en la colchoneta, primero llevando la barbilla al pecho y luego moviendo el cuerpo hacia adelante de forma controlada. Luego, los niños intentan rodar hacia atrás, asegurándose de usar las manos para proteger la cabeza y controlar el movimiento. Se les guía para que lo realicen de manera lenta y controlada, enfatizando la importancia de la alineación y la seguridad durante el rodamiento. Al final de la actividad, los estudiantes se sienten cómodos realizando el rodamiento de manera fluida. Juego 3: "Conexión con el cuerpo" Objetivo: Reconocer las sensaciones del cuerpo y fomentar el autocuidado durante la actividad física. Cómo se realiza: Tras una serie de ejercicios dinámicos, los niños se tumban en el suelo o se sientan cómodamente. El docente guía una breve reflexión sobre cómo se sienten tras la actividad: "¿Dónde sientes tensión después de los saltos?" "¿Cómo está tu respiración después de los movimientos rápidos?" Los niños deben señalar las áreas de su cuerpo que sienten más tensas o fatigadas y hacer pequeños estiramientos en esas zonas. Se les recuerda la importancia de hidratarse y estirar para evitar molestias musculares.	Se ubican en parejas Se ubican en columnas en referencia al número de colchonetas Se ubican en media luna	Pelotas o elementos suaves Espacio amplio y despejado	
Cierre	Relajación y estiramientos Los estudiantes realizan estiramientos suaves y controlados, enfocándose en la flexibilidad y la relajación muscular. Ejercicios como estiramientos laterales de torso, extensión de piernas hacia adelante y rotación de hombros y tobillos. Cada estiramiento se acompaña de respiraciones profundas para aliviar la tensión y mejorar la circulación. Retroalimentación colectiva	Se ubican en media luna	Agua y jabón	18'



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



En círculo, los niños comparten cómo se sintieron durante las actividades, qué estrategias usaron para superar desafíos y cómo colaboraron en equipo. El docente fomenta la reflexión sobre la importancia del trabajo en grupo y la autoobservación, destacando cómo los compañeros se ayudaron mutuamente durante las actividades. Refuerzo de valores Se enfatizan valores clave para el desarrollo físico y social durante la actividad: Responsabilidad: Ser conscientes del propio cuerpo y respetar los límites personales. Colaboración: Ayudar a los demás y trabajar en conjunto para lograr objetivos comunes. Empatía: Escuchar y apoyar a los compañeros en todo momento, reconociendo sus logros y esfuerzos. Cierre y cuidado personal Para concluir, se invita a los estudiantes a mantener hábitos saludables con el siguiente mensaje: "¡Buen trabajo hoy! No olviden lavar bien sus manos, mantenerse hidratados y adoptar una postura adecuada."			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Mantiene prácticas de higiene personal como el lavado de manos y el uso de vestimenta adecuada antes y después de la actividad física. - Conserva una postura correcta y alineada en todo momento durante los ejercicios, estiramientos y movimientos, evitando posiciones que puedan generar incomodidad o lesiones. - Participa de manera respetuosa y colaborativa en actividades grupales, siguiendo las reglas del juego, apoyando a los compañeros y respetando los turnos y ritmos de los demás. - Realiza movimientos de equilibrio con control corporal, demostrando coordinación al mantener la postura y ajustar el cuerpo según sea necesario para mantener la estabilidad.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev latinoam. cienc. soc. niñez juv.* 9(2), 739-760.
<http://www.unmizales.edu.co/publicaciones-grupos/circle/index.htm/>
- AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8DC3U-BhiQ>
- Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*. 1984, 1-10.
<https://archivos.esif.es/archivos-andalucia-ensenanza/revistas/esiesif/revista.pdf?Numero=37-MIGUEL-ANGEL-PRieto-BASCON-01.pdf>
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'farrell, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas. Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/rev.v25i266.2321>


Profesor de la IE


M^g. César A. Quintanilla Díaz
DOCENTE EFEE
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Erick Jaque Gaudini Luque
ESTUDIANTE DE PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 8

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	2º "A"	Fecha	30/05/2025
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma.		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Condoni Llaque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Sentir en movimiento: Mi cuerpo habla lo que mi voz calla"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable	Se expresa corporalmente Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	1.2.1 Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.) verbal y sonoro, que lo ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse: adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.	*Resuelve situaciones motrices utilizando su lenguaje corporal (gestos, contacto visual, actitud y apariencia, así como su comunicación verbal y sonora, para expresar emociones y mensajes con seguridad y confianza. Además, adopta posturas corporales adecuadas durante las actividades lúdicas y en su vida cotidiana, lo que le permite participar activamente sin afectar su desempeño. Incorpora, asimismo, hábitos básicos de cuidado personal, como la higiene y la vestimenta apropiada, que favorecen su bienestar y optimizan su rendimiento en el juego y en las actividades físicas *	Expresa emociones y mensajes mediante gestos, posturas, contacto visual y sonoros, mostrando seguridad y confianza en sus movimientos. Utiliza adecuadamente su lenguaje corporal y verbal, para comunicarse y sentirse aceptado durante las actividades motrices. Adopta posturas corporales correctas que favorecen su participación activa y segura en juegos y ejercicios. Aplica prácticas básicas de cuidado personal (aseo y vestimenta adecuada) antes y durante las actividades físicas, asegurando un desempeño óptimo
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta.			
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplar: El estudiante hace uso de un presentador visual.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos y libertad. ACTITUDES Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito público y privado.			



Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y estimulante, favoreciendo el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales considerando las características físicas y las necesidades específicas de los niños, y fundamenta su planificación en conocimientos actualizados sobre las habilidades motrices propias de esta etapa infantil. Para ello, se propone una actividad de 'mini gimnasia' que integra movimiento y diversión de forma adecuada."

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante resolverá situaciones motrices en gimnasia de manera autónoma, expresando sus emociones y mensajes a través de gestos, posturas y comunicación verbal con seguridad. Adoptará hábitos básicos de higiene y vestimenta adecuados, manteniendo posturas corporales correctas que le permitan participar activamente y cuidar su bienestar durante las actividades.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y Ambientación: El docente recibe a los estudiantes con entusiasmo y crea un ambiente de confianza, destacando la importancia del respeto mutuo, el cuidado y el juego limpio. Se enfatiza cómo el lenguaje corporal es una herramienta esencial para expresar emociones durante la gimnasia, iniciando el calentamiento y preparando tanto la mente como el cuerpo para la actividad física. Recomendaciones Generales: Vestimenta y Espacio: Se asegura de que los niños usen ropa cómoda, calzado antideslizante y ligan el cabello recogido. Además, se revisa que el área de práctica esté libre de obstáculos, garantizando un entorno seguro para los ejercicios. Preparación Corporal: Antes de comenzar, los niños realizan estiramientos dinámicos para activar músculos y articulaciones, con especial atención en la alineación postural desde el primer movimiento, previniendo lesiones y asegurando un rendimiento óptimo. Presentación del Propósito: "Hoy en nuestra sesión de gimnasia, exploraremos cómo resolver desafíos motrices utilizando gestos, posturas y sonidos, mientras expresamos nuestras emociones con seguridad. Además, integraremos hábitos de higiene y adoptaremos posturas que protejan nuestro cuerpo durante la actividad física." Preguntas Motivadoras: ¿Qué gesto o postura usarías para mostrar seguridad mientras mantienes el equilibrio en la colchoneta? ¿Cómo te beneficia mantener las manos limpias y las uñas cuidadas durante los ejercicios gimnásticos?	Se organiza al grupo en media luna	Ropa cómoda y calzado antideslizante Área de práctica libre de obstáculos Silbato	7'



	¿Cómo pueden los gestos y sonidos ayudar a que tus compañeros comprendan mejor la secuencia que estás dirigiendo?			
Desarrollo	Preparación Corporal y Movilidad: Para acondicionar el cuerpo y prevenir lesiones en la sesión de gimnasia, comenzamos con un circuito que favorece la movilidad articular, activación motriz y desplazamientos suaves: Círculo Dinámico de Activación (4 minutos): Desplazamientos controlados: Gateo de oso y pasos de cangrejo, asegurando la alineación correcta de la columna y mirando siempre al frente. Movilidad articular: Realización de circuitos lentos con muñecas, hombros y tobillos, junto a balanceos de tronco en pie, sincronizados con la respiración. Activación motriz: Realización de saltos estrella moderados y desplazamientos laterales en puntas de pies, manteniendo el centro de gravedad estable. Juego 1: "La Carrera de los Animales" Objetivo: Desarrollar la coordinación motriz y la expresión corporal a través de diferentes movimientos animales. Cómo se realiza: Los niños deben imitar el movimiento de diferentes animales en un recorrido marcado en el suelo (por ejemplo, como un oso, un cangrejo, un conejo, etc.). Cada vez que el docente diga un animal, los niños deben realizar el movimiento correspondiente, cuidando su postura y alineación. Se pueden incluir actividades adicionales como correr o saltar en ciertas estaciones. Al finalizar, se refuerzan los hábitos de higiene y postura en cada movimiento realizado. Juego 2: "Gimnasia en Pareja: Estatuas de Equilibrio" Objetivo: Mejorar el equilibrio y la concentración mientras se desarrollan interacciones cooperativas entre los niños. Cómo se realiza: En parejas, uno de los niños realiza una postura de equilibrio (por ejemplo, de pie sobre una pierna) y su compañero debe intentar imitar la postura exacta. El desafío consiste en mantener la postura durante 30 segundos mientras ambos niños deben tener contacto visual y trabajar juntos para no caer.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre. Se desplazan de forma libre por un espacio referido En parejas.	Colchonetas Cintas o cintas Equipo de sonido	30'
Cierre	Relajación y Estiramientos: Los estudiantes realizan estiramientos suaves y controlados, como flexión lateral y rotaciones, con respiraciones profundas para liberar tensiones y relajar el cuerpo. Retroalimentación Colectiva: En círculo, los niños comparten cómo vivieron las actividades, qué les ayudó a mantenerse	Se ubican en media luna	Equipo de sonido	8'



concentrados y cómo colaboraron. El docente refuerza la importancia de aprender de los demás. Refuerzo de Valores: Conciencia de derechos y libertad: Reconocer y respetar los derechos propios y ajenos, y la importancia de actuar con libertad responsable. Colaboración: Trabajar en equipo para alcanzar metas comunes. Cuidado: Respetar el espacio propio y de los demás. Cierre y Cuidado Personal: "Recuerden lavarse las manos, beber agua y mantener una buena postura para cuidar su cuerpo."			

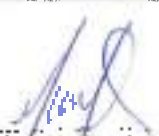
VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Expresa emociones mediante gestos, posturas, mirada y sonidos, demostrando seguridad en sus movimientos. - Utiliza adecuadamente su lenguaje corporal y verbal para comunicarse y colaborar con sus compañeros durante las actividades motrices. - Mantiene posturas corporales correctas en equilibrios, saltos y transiciones, garantizando su participación segura. - Aplica hábitos de autocuidado, como higiene de manos y uso de ropa adecuada, antes y durante la clase de gimnasia.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. polít. jur.*, 9(2), 739-760.
<http://www.umanizales.edu.co/publicaciones/campus/cinde/index.html>
 AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender
 Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube https://www.youtube.com/watch?v=4M8DCU_-BhQ
 Prieto Bascón, M. A. (2018). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1–10.
<https://archivos.csic.es/archivos/andaluza-ensenanza/revistas/csicx/revista.pdf> Número 37-MIGUEL ANGEL PRIETO BASCÓN (H).pdf
 Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gilbert O'farrell, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87–97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.2321>


Profesora de la IE


Mg. César A. Guzmán Díaz
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 7

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70625 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	2do "A"	Fecha	26/05/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Poma,		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Lrick Josué Condori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Mis movimientos revelan mis emociones"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable	Se expresa corporalmente Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	1.2.1 Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro, que lo ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.	Resuelve situaciones motrices utilizando su lenguaje corporal (gestos, contacto visual, actitud y apariencia), así como su comunicación verbal y sonoro, para expresar emociones y mensajes con seguridad y confianza. Además, adopta posturas corporales adecuadas durante las actividades lúdicas y en su vida diaria, que le permiten participar activamente sin afectar su desempeño. También incorpora prácticas básicas de cuidado personal, como el aseo y la vestimenta adecuada, que contribuyen a su bienestar y rendimiento durante el juego y la actividad física.	Expresa emociones y mensajes mediante gestos, posturas, contacto visual y sonoros, mostrando seguridad y confianza en sus movimientos. Utiliza adecuadamente su lenguaje corporal y verbal para comunicarse y sentirse aceptado durante las actividades motrices. Adopta posturas corporales correctas que favorecen su participación activa y segura en juegos y ejercicios. Aplica prácticas básicas de cuidado personal (aseo y vestimenta adecuada) antes y durante las actividades físicas, asegurando un desempeño óptimo.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES		Desempeño		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo: El estudiante hace uso de un presentador visual.			
ENFOQUES TRANSVERSALES		Acciones observables		
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos y libertad. ACTITUDES Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito público y privado. Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad.			



IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motrices propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante resolverá situaciones motrices en gimnasia de manera autónoma, expresando sus emociones y mensajes a través de gestos, posturas y comunicación verbal con seguridad, adoptando hábitos básicos de aseo y vestimenta adecuados, y manteniendo posturas corporales correctas que le permitan participar activamente y cuidar su bienestar durante las actividades.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente da la bienvenida con entusiasmo, fomenta un ambiente de confianza y recuerda brevemente las normas de respeto, cuidado y juego limpio. Se enfatiza la importancia de expresar emociones con el cuerpo al entrar en calor, preparando tanto la mente como el lenguaje corporal para la gimnasia. Recomendaciones generales Vestimenta y espacio: Se verifica que los niños lleven ropa cómoda, calzado antideslizante y cabello recogido. El área de práctica debe estar libre de obstáculos. Preparación corporal: Antes de empezar, realizan estiramientos dinámicos suaves para activar músculos y articulaciones, cuidando la alineación postural desde el primer movimiento. Presentación del propósito "Hoy, en nuestra sesión de gimnasia, descubriremos cómo resolver retos motrices usando gestos, posturas y sonidos para comunicarnos con seguridad, al mismo tiempo que incorporamos hábitos de higiene y adoptamos posturas que protegen nuestro cuerpo." Preguntas motivadoras ¿Qué gesto o postura usarías para mostrar confianza en un equilibrio sobre la colchoneta? ¿Cómo te ayuda mantener las manos limpias y las uñas cuidadas durante los ejercicios gimnásticos? ¿De qué manera tus gestos y sonidos pueden facilitar que tus compañeros te entiendan al dirigir una secuencia?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para acondicionar el cuerpo y prevenir lesiones en la sesión de gimnasia, se inicia con un circuito que incorpora desplazamientos suaves, movilidad articular y activación motriz: Circuito dinámico de activación (4 minutos): Desplazamientos controlados: Gateo de oso y pasos de cangrejo, cuidando la alineación de la columna y la mirada al frente.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre.	Cóncos Bastones	50'



	Movilidad articular: Círculos lentos de muñecas, hombros y tobillos, y balanceos de tronco en pie, sincronizadas con la respiración. Activación motriz: Saltos estrella moderados y desplazamientos laterales en puntas de pies, manteniendo el centro de gravedad estable. Juego 1: "Secuencia con gestos" Objetivo: Resolver una mini-rutina gimnástica usando gestos y posturas para comunicarse con el grupo. Cómo se realiza: En parejas, un niño diseña una secuencia breve (3-4 movimientos) en la colchoneta, añadiendo un gesto o sonido (por ejemplo, palmada) entre cada figura. El compañero "traduce" la secuencia copiando postura, gesto y ritmo. Cambian roles y construyen una nueva rutina, cuidando la higiene de manos antes de iniciar y la postura en cada figura. Juego 2: "Gimnasta espejo y guía" Objetivo: Fomentar la atención, el liderazgo y la adopción de roles para guiar movimientos de equilibrio. Cómo se realiza: En parejas, uno assume el rol de "guía" sobre una viga baja o línea en el suelo, y el otro el de "espejo". El guía camina lento haciendo un movimiento de equilibrio (por ejemplo, pierna elevada), marcando contacto visual y un gesto claro con la mano. El "espejo" imita postura, gesto y ritmo, manteniendo postura erguida y mirada fija en el guía. Intercambian roles tras un minuto, recordando lavarse las manos antes de subirse a la viga. Juego 3: "Escucha tu cuerpo gimnasta" Objetivo: Reconocer señales corporales y conectar autocuidado con la práctica gimnástica. Cómo se realiza: Tras una mini-rutina activa, los niños se sientan o se tumban en colchoneta con ojos cerrados. El docente guía preguntas: "¿Dónde notas calor o tensión tras el salto?" "¿Cómo respira tu cuerpo después del equilibrio?" Cada niño señala con un gesto la zona que siente cargada (por ejemplo, toca suavemente sus muñecas o tobillos). Se refuerza la importancia de pausar, estirar esa zona y beber agua antes de continuar.		Platillos Silhato Colchonetas Espacio amplio y despejado	
4.ierre	Relajación y estiramientos Los estudiantes realizan elongaciones lentas y conscientes, prestando atención a la alineación corporal: estiramiento de columna en gato-vaca, apertura de pecho con brazos alzados y flexión suave de muñecas y tobillos. Cada estiramiento se acompaña de inhalaciones profundas y	Se ubican en correspondencia del número de colchonetas disponibles En parejas. Se ubican sobre las colchonetas en posición tendida supina.	Agua y jabón	18'



	exhalaciones largas para reducir la tensión muscular y promover la calma. Retroalimentación colectiva En círculo, los niños comentan cómo vivieron sus roles de líder, apoyo u observador durante la sesión de gimnasia. Comparten qué ajustes posturales les ayudaron a mantener el equilibrio y cómo se sintieron al ayudar o ser ayudados. El docente refuerza la importancia de la autoobservación y la empatía al reconocer los logros de cada compañero. Refuerzo de valores Se subrayan valores esenciales para la práctica gimnástica: Cooperación: Trabajar juntos para montar secuencias seguras. Tolerancia: Respetar los ritmos y capacidades de cada uno. Respeto: Cuidar el espacio y el cuerpo propio y ajeno al enseñar o seguir un movimiento. Cierre y cuidado personal Para finalizar, se invita a los estudiantes a reforzar sus hábitos de higiene y bienestar con este mensaje: "¡Excelente trabajo! Recuerden lavarse bien las manos, beber agua y mantener una postura correcta al sentarse o caminar para cuidar su cuerpo cada día."			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Expresa emociones mediante gestos, posturas, mirada y sonidos, demostrando seguridad en sus movimientos. - Utiliza adecuadamente su lenguaje corporal y verbal para comunicarse y colaborar con sus compañeros durante las actividades motrices. - Mantiene posturas corporales correctas en equilibrios, saltos y transiciones, garantizando su participación segura. - Aplica hábitos de autocuidado, como higiene de manos y uso de ropa adecuada, antes y durante la clase de gimnasia.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev latinoam cienc soc. niñez juv.* 9(2). 739-760.
<http://www.unamirales.edu.co/publicaciones/campus/index.html>
- AktosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blnq de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M81X1U-1Hh0>
- Prieto Bascon, M. A. (2010). Habilidades motrices básicas. Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas. 1984. 1-10.
https://archivos.esif.es/archivos/andaluza/ensenanza/revistas/esesif/revista/pdf-Numero_37/MIGUEL-ANGEL-PRIETO-BASCON-01.pdf
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gilbert O'farril, A. R.



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL



(2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.2321>


Profesor de la I.E.
Jta. Cesar A. Gutiérrez Díaz
DOCENTE EPPE
Docente de Práctica
UNA PUNO
Enrique José Lumbrales
EST. DE MAGISTERIO NACIONAL
EPPE - UNA P
Estudiante de Práctica
Preprofesional



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 6

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	I	Grado/Sección	2º - A	Fecha	16/08/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Erick Jesús Condori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"¡Desafíos en movimiento! Jugamos, corremos y vencemos con cada paso"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Asume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	2.1.1 Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica, e identifica los signos y síntomas relacionados con el ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración, que aparecen en el organismo al practicar actividades lúdicas. 3.1.2 Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas y evita juegos bruscos, amonazas u apodos; acepta la participación de todos sus compañeros.	Los estudiantes explican, con sus propias palabras y mediante ejemplos vivenciales, por qué es importante realizar calentamiento físico y mental antes de jugar. Además, identifican y describen los cambios en su cuerpo tras la actividad lúdica (como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración), demostrando conciencia corporal. Durante las actividades lúdicas, los estudiantes participan con respeto, sin agresión verbal ni físicamente a sus compañeros, evitando juegos bruscos o apodos. Muestran disposición para incluir a todos los participantes, valorando la convivencia y el juego limpio.	- Explica con claridad la importancia del calentamiento físico y mental antes de las actividades lúdicas, relacionándolo con la prevención de lesiones y la preparación para el juego. - Identifica y describe adecuadamente los cambios corporales que experimenta durante la actividad física (ritmo cardíaco acelerado, respiración agitada, sudoración), demostrando conciencia y autoobservación. - Participa en las actividades lúdicas respetando a sus compañeros, sin utilizar apodos ni realizar juegos bruscos, manteniendo una actitud positiva y empática. - Muestra disposición para incluir a todos los compañeros en el juego, fomentando la colaboración, el respeto mutuo y el cumplimiento de las normas de convivencia.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Participa en actividades comunicativas con entornos virtuales compartidos, mediante el uso de diversas herramientas y medios digitales: por ejemplo, en la participación en videoconferencias.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque Inclusivo o de	VALORES: Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y concertación			
	ACTITUDES: Los estudiantes practican la empatía al apoyar a sus compañeros durante los juegos y actividades, mostrando comprensión y solidaridad ante sus dificultades. Además, asumen, con			



atención a la diversidad	responsabilidad el cumplimiento de las reglas propuestas y el cuidado de su bienestar, promoviendo hábitos saludables en su vida diaria. A su vez, animan a sus compañeros a superar desafíos en las actividades físicas, brindando palabras de aliento y reconociendo el esfuerzo de los demás, lo que fortalece el trabajo en equipo y la sana convivencia.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motrices propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

Los estudiantes explican la importancia del calentamiento físico y mental antes de las actividades lúdicas, reconociendo los cambios que ocurren en su cuerpo como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración. Además, participan con respeto y responsabilidad, evitando juegos bruscos o agresivos, y promoviendo la inclusión y el juego limpio con todos sus compañeros.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con entusiasmo y cercanía, creando un ambiente de confianza y respeto. Recuerda brevemente las normas de convivencia, enfatizando la importancia de una actitud positiva, el cuidado mutuo y el juego limpio para que todos disfruten y se sientan incluidos durante las actividades. Recomendaciones generales Se asegura que cada estudiante lleve ropa cómoda que facilite el movimiento. Se revisa que el espacio esté despejado y seguro. Se destaca la relevancia del calentamiento físico y mental antes de iniciar, explicando cómo ayuda a prevenir lesiones y preparar el cuerpo para la actividad. Presentación del propósito "Hoy aprenderemos por qué es fundamental preparar nuestro cuerpo y mente antes de jugar, cómo nuestro ritmo cardíaco y sudor nos muestran lo que sucede al movernos, y cómo mantener una actitud respetuosa e inclusiva nos ayuda a disfrutar mejor en grupo." Preguntas motivadoras ¿Por qué es importante calentarse antes de jugar? ¿Qué señales nos da nuestro cuerpo, como el ritmo cardíaco y la sudoración, cuando hacemos ejercicio? ¿Cómo podemos mantener una actitud positiva y respetar a todos nuestros jugamos? ¿Por qué es importante incluir a todos y seguir las normas para que el juego sea divertido para todos?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	7'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para preparar el cuerpo y mente, y evitar lesiones, se comienza con una activación general que incluye movimientos suaves, coordinación y atención consciente al propio cuerpo y al espacio compartido. Círculo dinámico de activación (4 minutos):	Se agrupan en dos grupos, al inicio de cada circuito correspondiente	Cóncos	30



	Desplazamientos variados: Caminar hacia adelante, atrás, en zigzag y estrechos, respetando el espacio personal y el de los compañeros. Ejercicios de coordinación: Elevar rodillas, balancear brazos y giros suaves, combinados con desplazamientos al ritmo de respiraciones profundas. Movilidad articular: Movimientos controlados de cuello, hombros, caderas, rodillas y tobillos, conectando con la respiración para preparar el cuerpo y mente. Salto suave y desplazamientos laterales para activar las piernas y favorecer la respuesta motriz. Juego 1: "Los pequeños piratas" Objetivo: Fortalecer la orientación y percepción corporal explorando el espacio con desplazamientos variados y atención al ritmo cardíaco y señales del cuerpo. Cómo jugar: Los estudiantes se desplazan por el espacio según indicaciones (rápido, lento, en puntas, en cuchillas, zigzag, entre conos). Al escuchar una señal, deben congelarse o agruparse según una consigna, promoviendo autocontrol y conciencia corporal, ello con la ludicidad de buscar un tesoro. Juego 2: "Desafío direccional" Descripción: Los estudiantes siguen un circuito marcado con flechas, desplazándose en diferentes direcciones respetando normas de convivencia y cuidando la inclusión de todos. Reglas: Desplazarse sin empujar, respetar el espacio y colaborar con compañeros para imitar posturas o gestos en estaciones del recorrido. Objetivos: Practicar desplazamientos variados con atención y precisión, fomentando la cooperación y la concentración grupal. Juego 3: "¿Qué siente mi cuerpo?" Objetivos: Reconocer las señales corporales (ritmo cardíaco acelerado, respiración agitada, sudoración) y entender su relación con el esfuerzo físico, fortaleciendo la conciencia corporal y el autocuidado. Cómo jugar: Después de una serie de movimientos, los estudiantes se sientan, cierran los ojos y reflexionan sobre cómo se sienten físicamente: ¿Cómo late tu corazón? ¿Cómo está tu respiración? ¿Sientes calor o sudor?	Bastones Platillos Silbato Espacio amplio y despejado	
Cierre	Relajación y estiramientos Los estudiantes realizan movimientos suaves de estiramiento acompañados de respiraciones profundas y conscientes para ayudar a bajar el ritmo cardíaco, reducir la tensión muscular y promover una sensación de bienestar.	Agua y jabón	8'



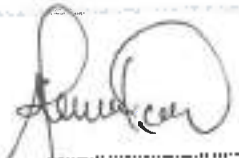
Retroalimentación colectiva Se abre un espacio para que los estudiantes compartan sus experiencias, enfocándose en los cambios que notaron en su cuerpo, como el aumento del ritmo cardíaco y la sudoración, y en cómo la preparación previa (calentamiento) les ayudó a sentirse mejor. El docente resalta la importancia de mantener una actitud positiva y respetuosa durante las actividades. Refuerzo de valores Se enfatiza el valor de la inclusión, el respeto mutuo y el cumplimiento de las normas de convivencia, destacando cómo estas actitudes facilitan el juego en equipo y una buena convivencia dentro del grupo. Cierre y cuidado personal Para concluir, se invita a los estudiantes a cuidar su higiene personal con un mensaje amable y motivador: "Recuerden que calentar nuestro cuerpo nos protege, que escuchar nuestras señales corporales es cuidarnos, y que jugar con respeto e inclusión hace que todos disfrutemos. Ahora, ¡a lavarse las manos y a hidratarse para seguir creciendo fuertes y felices!"	Se ubican en media luna		

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
❖ Explica con sus propias palabras por qué es importante calentar el cuerpo y la mente antes de jugar para evitar lastimaduras y estar preparados. ❖ Reconoce y dice cómo cambia su cuerpo cuando juega, como el corazón que late más rápido, la respiración fuerte y el sudor, mostrando que sabe cuidar su salud. ❖ Juega con sus compañeros respetando, sin hacer apuestas ni hacer juegos bruscos, y siempre con una actitud amable y alegre. ❖ Invita y acepta a todos sus compañeros para jugar juntos, mostrando respeto, ayuda y siguiendo las reglas para que todos se diviertan.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lara, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv.*, 9(2), 739-760.
<http://www.unamizales.edu.co/publicaciones/compagos/compagos-index.html>
- AkrosComunicación (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=M8DQJk-BhIQ>
- Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1- 10.
https://archivos.esif.es/archivos/andalucia-en-sciencia/revistas/esiesif/revista/pa/Numero_37/MQ151_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilez, A. D., & Gibert O'farri, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87- 97. <https://doi.org/10.46642/efde.v25i266.2371>


 Lic. Valentin Aguilar Puma


 Docente de Práctica


 Estudiante de Práctica



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 5

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	1	Grado/Sección	2º "A"	Fecha	12/05/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Condori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"¡Desafíos en movimiento! Jugamos, corremos y vencemos con cada paso"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Asume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	2.1.1 Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica, e identifica los signos y síntomas relacionados con el ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración, que aparecen en el organismo al practicar actividades físicas. 3.1.2 Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas y evita juegos bruscos, amenazas o apodos, acepta la participación de todos sus compañeros.	Los estudiantes explican, con sus propias palabras y mediante ejemplos vivenciales, por qué es importante realizar calentamiento físico y mental antes de jugar. Además, identifican y describen los cambios en su cuerpo tras la actividad física (como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración), demostrando conciencia corporal. Durante las actividades lúdicas, los estudiantes participan con respeto sin agredir verbal ni físicamente a sus compañeros, evitando juegos bruscos o apodos. Muestran disposición para incluir a todos los participantes, valorando la convivencia y el juego limpio.	- Explica con claridad la importancia del calentamiento físico y mental antes de las actividades lúdicas, relacionándolo con la prevención de lesiones y la preparación para el juego. - Identifica y describe adecuadamente los cambios corporales que experimenta durante la actividad física (ritmo cardíaco acelerado, respiración agitada, sudoración), demostrando conciencia y autoobservación. - Participa en las actividades lúdicas respetando a sus compañeros, sin utilizar apodos ni realizar juegos bruscos, manteniendo una actitud positiva y empática. - Muestra disposición para incluir a todos los compañeros en el juego, fomentando la colaboración, el respeto mutuo y el cumplimiento de las normas de convivencia.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Participa en actividades comunicativas con entornos virtuales compartidos, mediante el uso de diversas herramientas y medios digitales; por ejemplo, en la participación en videoconferencias.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque Inclusivo o de	VALORES: Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y concertación			
	ACTITUDES: Los estudiantes practican la empatía al apoyar a sus compañeros durante los juegos y actividades, mostrando comprensión y solidaridad ante sus dificultades. Además, asumen con			



atención a la diversidad	responsabilidad el cumplimiento de las reglas propuestas y el cuidado de su bienestar, promoviendo hábitos saludables en su vida diaria. A su vez, animar a sus compañeros a superar desafíos en las actividades físicas, brindando palabras de aliento y reconociendo el esfuerzo de los demás, lo que fortalece el trabajo en equipo y la sana convivencia.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	
▪	El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades múltiples propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

Los estudiantes explican la importancia del calentamiento físico y mental antes de las actividades lúdicas, reconociendo los cambios que ocurren en su cuerpo como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración. Además, participan con respeto y responsabilidad, evitando juegos bruscos o agresivos, y promoviendo la inclusión y el juego limpio con todos sus compañeros.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con alegría y cercanía, promoviendo un clima de confianza. Recuerda de forma breve las normas de respeto, cuidado y juego limpio para asegurar una convivencia positiva durante las actividades lúdicas con desplazamientos. Recomendaciones generales Se verifica que todos los estudiantes cuenten con vestimenta cómoda que les permita moverse libremente. Se revisa que el espacio esté libre de obstáculos y seguro. Se refuerza la importancia de activar el cuerpo y la mente antes de jugar, para prevenir lesiones y participar con energía y concentración. Presentación del propósito "Hoy nos moveremos en distintas direcciones y enfrentaremos desafíos jugando, mientras aprendemos cómo nuestro cuerpo reacciona y por qué es importante prepararnos antes de comenzar." Preguntas motivadoras ¿Qué tipos de movimientos podemos usar para desplazarnos jugando? ¿Cómo nos ayuda calentur y estar atentos antes de jugar? ¿Qué cambios sentimos en nuestro cuerpo cuando nos movemos mucho?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para preparar el cuerpo y evitar lesiones, se inicia con una activación general que combina desplazamientos suaves, coordinación y atención al entorno: Círculo dinámico de activación (4 minutos): Desplazamientos variados: caminar hacia adelante, atrás, en zigzag y en círculos, respetando el espacio propio y de los compañeros. Ejercicios de coordinación: elevar rodillas, balancear brazos, giros suaves, combinados con desplazamientos.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre.	Conos Bastones Platillos	50'



	Movilidad articular: movimientos controlados de cuello, hombros, caderas, rodillas y tobillos, conectando con la respiración. Saltos suaves y desplazamientos laterales para activar piernas y favorecer la respuesta motriz. Juego 1: "Exploradores del espacio" Objetivo: Explorar el espacio mediante desplazamientos variados, fortaleciendo la orientación y la percepción corporal. Cómo jugar: Los estudiantes se mueven por el espacio siguiendo indicaciones del docente (rápido, lento, en puntas, en cuclillas, en zigzag, entre conos). Al escuchar una señal, deben congelarse o agruparse según una consigna (color, número, forma de desplazarse). Se refuerza la atención, la orientación espacial y el autocontrol en movimiento. Juego 2: "Desafío direccional" Descripción: Los estudiantes siguen un circuito marcado con flechas o líneas, desplazándose en distintas direcciones (adelante, atrás, izquierda, derecha, en diagonal). Reglas: Respetar los caminos y desplazarse sin empujar. Limitar posturas o gestos en estaciones del recorrido. Objetivos: Practicar desplazamientos variados con atención y precisión. Favorecer la concentración y la coordinación grupal. Juego 3: "¿Qué siente mi cuerpo?" Objetivo: Identificar las señales corporales tras el movimiento y comprender su relación con el esfuerzo físico. Cómo jugar: Tras una secuencia de juegos activos, se hace una pausa donde los estudiantes se sientan, cierran los ojos y responden: ¿Cómo late tu corazón? ¿Cómo está tu respiración? ¿Sientes calor o sudor?	Se desplazan por el espacio con libertad Se ubican en el inicio de cada circuito, según el número de estos. Se ubican en media luna	Silbato Espacio amplio y despejado	
Cierre:	Relajación y estiramientos Los estudiantes realizan movimientos suaves de elongación acompañados con ejercicios de respiración consciente para disminuir la tensión muscular y favorecer la calma corporal. Retroalimentación colectiva Se genera un espacio de diálogo donde los niños comparten qué sensaciones físicas y emocionales experimentaron durante la sesión, mientras el docente destaca la importancia de la autoobservación y la empatía hacia los demás. Refuerzo de valores Se enfatiza la cooperación, la tolerancia y el respeto hacia las diferencias, resultando como	Se ubican en media luna	Agua y jabón	18'



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



	estos valores fortalecer la convivencia y el trabajo en equipo durante las actividades grupales. Cierre y cuidado personal Finalmente, se invita a los estudiantes a cuidar su higiene personal con un mensaje amable. "Después del ejercicio, es importante mantenernos limpios y bien hidratados para cuidar nuestra salud y sentirnos bien."			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
❖ Describe con precisión la relevancia del calentamiento físico y mental previo a las actividades físicas, destacando su rol en la prevención de lesiones y la mejora del desempeño durante el juego. ❖ Reconoce y explica los cambios fisiológicos que ocurren en su cuerpo durante la actividad física, como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración acelerada y la sudoración, evidenciando conciencia corporal. ❖ Demuestra una participación respetuosa en los juegos, evitando conductas agresivas o el uso de apodosos, y manteniendo una actitud positiva hacia sus compañeros. ❖ Promueve la inclusión de todos los participantes en las actividades, practicando la colaboración y el respeto, y siguiendo las normas que garantizan una convivencia armoniosa.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv.*, 9(2), 759-760.
<http://www.uniminzales.edu.co/publicaciones/composicion/index.html>
- AkrosComunicación. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa hahña voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8DCU3-BHhQ>
- Prieto Bascon, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas, 1984. 1-10.
https://archivos.esif.es/archivos/andalucia-ensenanza/revistas/esif/revista/pdf/Numero_27/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_00.pdf
- Betancourt Betancourt, F. J., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas. Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. [https://doi.org/10.46642/leidy.25\(266\).2321](https://doi.org/10.46642/leidy.25(266).2321)


Profesor de la I.E


Mr. César A. Guberna Díaz
DOCENTE EFPE
Docencia de Práctica
UNA - PUNO



Estudiante de Práctica
Preprofesional



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 4

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	1	Grado/Sección	2º "A"	Fecha	07/05/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilas Puma.		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Lrick Josué Conderi Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"¡Muévete sin fronteras! Jugamos descubriendo el ritmo, el espacio y la expresión".

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA A	CAPACIDAD B	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable	Comprende su cuerpo Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	1.2.2 Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos. 2.1.i Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica, e identifica los signos y síntomas relacionados con el ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración, que aparecen en el organismo al practicar actividades lúdicas.	Los estudiantes participan en actividades lúdicas que contienen movimientos corporales con diferentes ritmos y música, demostrando cómo usan el cuerpo para expresar emociones e ideas. Explican con sus propias palabras la importancia del calentamiento físico y mental antes de jugar, identificando signos como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración rápida y la sudoración durante la actividad física.	- Utiliza el cuerpo y el movimiento para expresar emociones e ideas durante actividades lúdicas con variados ritmos y música, demostrando creatividad y conexión con la música. - Emplea diferentes elementos (pañuelos, pelotas, cintas, etc.) para enriquecer la expresión corporal en actividades de ritmo y movimiento - Explica la importancia de realizar la activación corporal y psicológica antes de las actividades lúdicas, reconociendo su función para prevenir lesiones y mejorar el desempeño. - Identifica y describe los signos físicos (ritmo cardíaco acelerado, respiración agitada, sudoración) que se presentan durante la práctica de actividades lúdicas, demostrando conciencia corporal.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Participa en actividades comunicativas con entornos virtuales compartidos, mediante el uso de diversas herramientas y medios digitales; por ejemplo, en la participación en videoconferencias.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			



Estrategia Inclusiva o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y concertación ACTITUDES: Los estudiantes practican la empatía al apoyar a sus compañeros durante los juegos y actividades, mostrando comprensión y solidaridad ante sus dificultades. Además, asumen con responsabilidad el cumplimiento de las reglas propuestas y el cuidado de su bienestar, promoviendo hábitos saludables en su vida diaria. A su vez, animan a sus compañeros a superar desafíos en las actividades físicas, brindando palabras de aliento y reconociendo el esfuerzo de los demás, lo que fortalece el trabajo en equipo y la sana convivencia.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motrices propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante utiliza su cuerpo y movimientos acompañados de diversos ritmos y música para expresar emociones e ideas, reconoce la importancia del calentamiento físico y mental antes de la actividad lúdica, e identifica los signos corporales que aparecen durante el ejercicio, como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración acelerada y la sudoración.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con entusiasmo y calidez, recordando de manera sencilla las normas de respeto, cuidado y seguridad para crear un ambiente agradable y motivador durante las actividades rítmicas y lúdicas. Recomendaciones generales Se verifica que cada estudiante tenga ropa cómoda y adecuada para moverse con libertad. Se asegura que el espacio esté despejado y seguro. Se enfatiza la importancia de la activación corporal y mental para evitar lesiones y mejorar el rendimiento en las actividades. Presentación del propósito "Hoy aprenderemos a usar nuestro cuerpo y el movimiento para expresar emociones e ideas a través del ritmo y la música, además de entender por qué es importante preparar nuestro cuerpo y mente antes de jugar." Preguntas motivadoras ¿Cómo podemos usar el movimiento para mostrar lo que sentimos? ¿Por qué es importante calentar y concentrarnos antes de jugar? ¿Qué señales nos da nuestro cuerpo cuando hacemos actividad física?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	8'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para iniciar con energía y seguridad, se realiza una activación corporal utilizando movimientos lúdicos al compás de diferentes ritmos musicales: Círculo rítmico de activación (4 minutos): Desplazamientos en zigzag al ritmo de tambores mates, integrando giros y saltos ligeros. Movilidad articular acompañada de música instrumental, rotaciones de muñecas, codos, hombros, caderas y rodillas de forma fluida.	Se ubican al inicio de cada circuito, de acuerdo al número de participantes.	Balones Conos Bastones	35'



	Ejercicios de pasos cruzados y rebotes con cambio de ritmo (rápido-lento) para despertar la coordinación corporal y la atención rítmica. Juego 1: "Sombras con ritmo" Objetivo: Favorecer la expresión corporal libre y la escucha activa del ritmo. Cómo jugar: En parejas, un estudiante lidera con movimientos al compás de la música (saltos, giros, estiramientos), mientras el otro imita sus movimientos como "sombra". Se utiliza música variada (lenta, rápida, alegre) para estimular diferentes tipos de expresividad. Luego se invierten los roles. Enfoque: Expresión de emociones mediante el cuerpo, atención a los movimientos del otro y creatividad. Juego 2: "Elementos en movimiento" Descripción: Cada estudiante elige un elemento (pañuelo, cinta, aro o pelota liviana) para realizar secuencias de movimientos creativos al ritmo de la música. Reglas: Los movimientos deben seguir el pulso de la música. Se crean mini coreografías en pequeños grupos, mezclando movimientos suaves, explosivos y pausados. Se presentan frente a sus compañeros de forma libre y respetuosa. Objetivos: Fomentar el uso expresivo de objetos, la coordinación rítmica y la cooperación en grupo. Juego 3: "Mi cuerpo habla" Objetivo: Reconocer los signos corporales de la actividad física y reflexionar sobre la preparación previa. Cómo jugar: Al ritmo de una música activa, los estudiantes realizan movimientos continuos (rote, saltos, desplazamientos). Al detener la música, se auto-observan: ¿cómo respiran?, ¿sienten calor?, ¿late más rápido el corazón? Comparten verbalmente lo que sienten y por qué es importante el calentamiento antes de moverse. Enfoque: Conciencia corporal, autoexpresión y comprensión de los efectos del ejercicio en el cuerpo.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre. Se ubican en parejas Se ubican por el espacio de forma libre	Platillos Silbato Pañuelos Aros Cinta Espacio amplio y despejado	
Cierre	Relajación y estiramientos Los estudiantes realizan ejercicios suaves de estiramiento y técnicas de respiración profunda al ritmo de música relajante, favoreciendo la recuperación muscular y previniendo molestias físicas. Retroalimentación colectiva Se realiza un diálogo grupal donde los estudiantes comparten sus experiencias y	Se ubican en media luna	Agua y jabón	7°



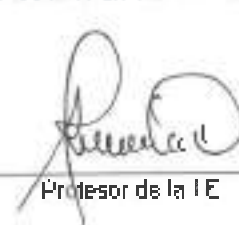
	avances en la expresión corporal y coordinación con la música. El docente destaca la importancia de la comunicación efectiva y la escucha activa durante las actividades lúdicas. Refuerzo de valores Se promueven valores esenciales como el trabajo en equipo, el respeto mutuo, la empatía y la colaboración constante, reconociendo cómo estos contribuyen a un mejor desempeño y convivencia durante el juego. Cierre y cuidado personal Para finalizar, se invita a los estudiantes a cuidar su bienestar con un recordatorio afectuoso. "Ahora, ¡a lavarse las manos y a hidratarse para seguir creciendo fuertes, saludables y llenos de energía para seguir disfrutando el movimiento y la música!"		

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Manifiesta ideas y emociones a través de movimientos corporales coordinados con diferentes ritmos y estilos musicales, demostrando creatividad, flexibilidad y sincronía con la música. - Emplea de manera intencionada y creativa elementos como pañuelos, pelotas o cintas para enriquecer su expresión corporal en actividades rítmicas y lúdicas. - Explica con lenguaje claro y reflexivo la importancia del calentamiento físico y mental antes de las actividades lúdicas, relacionándolo con el cuidado del cuerpo y el desempeño motor. - Reconoce e interpreta adecuadamente señales corporales como el ritmo cardíaco acelerado, la respiración agitada y la sudoración durante la actividad física, evidenciando conciencia y autocuidado.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. Latinoam. Cienc. Soc. Núñez Juv.*, 9(2), 739-760.
<http://www.umantizales.edu.co/publicaciones/campos-cinde/index.html>
- AkrosComunicación. (2017). Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M81W-11-BhoQ>
- Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.
<https://repositorio.cees.es/archivos-andalucia-ensenanza/revistas-esesil/revista.pdf?Numero=37-MIGUEL-ANGEL-PRIETO-BASCON-01.pdf>
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.2321>


Profesor de la IE


Mg. César y Gabriela Ortiz
DOCENTE LPET
IAPA - PUNO
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Esludiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA – ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 3

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	1	Grado/Sección	2º "A"	Fecha	05/05/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Enck Josué Condori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

¡A toda dirección! Exploramos el movimiento y el espacio jugando"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA A	CAPACIDAD B	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable	Comprende su cuerpo Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	1.1.2 Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos. 2.1.1 Explica la importancia de la activación corporal (calentamientos) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica, e identifica los signos y síntomas relacionados con el ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración, que aparecen en el organismo al practicar actividades lúdicas.	Los estudiantes participan en actividades lúdicas que combinan movimientos corporales con diferentes ritmos y música, demostrando cómo usan el cuerpo para expresar emociones e ideas. Explicar con sus propias palabras la importancia del calentamiento físico y mental antes de jugar, identificando signos como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración rápida y la sudoración durante la actividad física.	- Utiliza el cuerpo y el movimiento para expresar emociones e ideas durante actividades lúdicas con variados ritmos y música, demostrando creatividad y conexión con la música. - Emplea diferentes elementos (pálpitos, pelotas, cintas, etc.) para enriquecer la expresión corporal en actividades de ritmo y movimiento. - Explica la importancia de realizar la activación corporal y psicológica antes de las actividades lúdicas, reconociendo su función para prevenir lesiones y mejorar el desempeño. - Identifica y describe los signos físicos (ritmo cardíaco acelerado, respiración agitada, sudoración) que se presentan durante la práctica de actividades lúdicas, demostrando conciencia corporal.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Participa en actividades comunicativas con entornos virtuales compartidos, mediante el uso de diversas herramientas y medios digitales, por ejemplo, en la participación en videoconferencias.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			



Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y concertación ACTITUDES: Los estudiantes practican la empatía al apoyar a sus compañeros durante los juegos y actividades, mostrando comprensión y solidaridad ante sus dificultades. Además, asumen con responsabilidad el cumplimiento de las reglas propuestas y el cuidado de su bienestar, promoviendo hábitos saludables en su vida diaria. A su vez, animan a sus compañeros a superar desafíos en las actividades físicas, brindando palabras de aliento y reconociendo el esfuerzo de los demás, lo que fortalece el trabajo en equipo y la sana convivencia.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motrices propios de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante utiliza su cuerpo y movimientos acompañados de diversos ritmos y música para expresar emociones e ideas, reconoce la importancia del calentamiento físico y mental antes de la actividad lúdica, e identifica los signos corporales que aparecen durante el ejercicio, como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración acelerada y la sudoración.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con entusiasmo y calidez, recordando de manera sencilla las normas de respeto, cuidado y seguridad para crear un ambiente agradable y motivador durante las actividades rítmicas y lúdicas. Recomendaciones generales Se verifica que cada estudiante tenga ropa cómoda y adecuada para moverse con libertad. Se asegura que el espacio esté despejado y seguro. Se enfatiza la importancia de la activación corporal y mental para evitar lesiones y mejorar el rendimiento en las actividades. Presentación del propósito "Hoy aprenderemos a usar nuestro cuerpo y el movimiento para expresar emociones e ideas a través del ritmo y la música, además de entender por qué es importante preparar nuestro cuerpo y mente antes de jugar." Preguntas motivadoras ¿Cómo podemos usar el movimiento para mostrar lo que sentimos? ¿Por qué es importante calentar y concentrarnos antes de jugar? ¿Qué señales nos da nuestro cuerpo cuando hacemos actividad física?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para preparar el cuerpo y evitar lesiones, se inicia con una activación general que combina movimientos suaves al ritmo de música variada. Círculo dinámico de activación (4 minutos): Movimientos rítmicos libres con música, alternando entre caminar, balancear brazos y girar, estimulando la coordinación y la atención. Movilidad articular: Movimientos amplios y controlados de cuello, hombros, caderas y	Se desplazan por los espacios reducidos de forma libre.	Balones Conos Bastones	50'



	tobillos sincronizados con diferentes ritmos musicales. Ejercicios de saltos suaves y desplazamientos laterales al compás para activar las piernas y afinar la respuesta motriz al ritmo. Juego 1: "Danza del espejo" Objetivo: Mejorar la expresión corporal y la atención al ritmo y movimientos de los compañeros. Cómo jugar: En parejas, un niño realiza movimientos corporales con ritmo musical y el otro los imita como si fuera su reflejo. Luego intercambian roles. Se fomenta la creatividad y la observación atenta para expresar emociones a través del cuerpo. Juego 2: "La orquesta del cuerpo" Descripción: Los estudiantes usan distintos elementos (pañuelos, pelotas, cintas) para crear movimientos que acompañan diferentes ritmos musicales. Cada grupo representa un "instrumento" con movimientos específicos. Reglas: Los movimientos deben sincronizarse con la música. Se alternan solos y en grupo para practicar la coordinación y expresión. Objetivos: Fortalecer la conexión entre movimiento, música y emociones. Promover el trabajo en equipo y la creatividad corporal. Juego 3: "Ritmos y señales corporales" Objetivo: Reconocer y expresar las señales físicas que surgen durante la actividad física y su relación con el ritmo cardíaco y la respiración. Cómo jugar: Con música, los estudiantes realizan movimientos variados (bailles, desplazamientos) y luego describen cómo se sienten físicamente (respiración, ritmo cardíaco, sudoración). Se realiza una reflexión grupal sobre la importancia del calentamiento corporal y mental antes de las actividades. Se promueve la conciencia corporal y la autoobservación para cuidar la salud.	Se ubican en parejas Se ubican en relación a la dinámica sugerida Se agrupan en un círculo para iniciar el diálogo futuro.	Platillos Silbato Espacio amplio y despejado	
Cierre	Relajación y estiramientos Los estudiantes realizan ejercicios suaves de estiramiento y técnicas de respiración profunda al ritmo de música relajante, favoreciendo la recuperación muscular y previniendo molestias físicas. Revalorización colectiva Se realiza un diálogo grupal donde los estudiantes comparten sus experiencias y avances en la expresión corporal y coordinación con la música. El docente destaca la importancia	Se ubican en media luna	Agua y jabón	18'



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



de la comunicación efectiva y la escucha activa durante las actividades lúdicas. Refuerzo de valores Se promueven valores esenciales como el trabajo en equipo, el respeto mutuo, la empatía y la colaboración constante, reconociendo cómo estos contribuyen a un mejor desempeño y convivencia durante el juego. Cierre y cuidado personal Para finalizar, se invita a los estudiantes a cuidar su bienestar con un recordatorio afectuoso. "Ahora, ¡a lavarse las manos y a hidratarse para seguir creciendo fuertes, saludables y llenos de energía para seguir disfrutando el movimiento y la música!"			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Expresa ideas y emociones mediante movimientos corporales coordinados con distintos ritmos y tipos de música, mostrando creatividad y sincronía con el ritmo musical. - Utiliza adecuadamente elementos complementarios (pañuelos, pelotas, cintas) para potenciar la expresión corporal y enriquecer las actividades rítmicas y de movimiento. - Explica con claridad la importancia del calentamiento físico y mental previo a las actividades lúdicas, reconociendo su papel en la prevención de lesiones y la mejora del rendimiento. - Identifica y describe correctamente los signos físicos como aumento del ritmo cardíaco, respiración acelerada y sudoración durante la práctica de juegos, evidenciando conciencia y autocuidado corporal.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal, nuevo camino hacia la educación integral.

Rev. latinoam. cienc. soc. niñez. juv., 9(2), 739-760.

<http://www.ice.unizal.edu.co/publicaciones/campus-ciende/index.html>

AkrosComunicación. (2017) Percepción temporal en niños, Blog de Juegos Educativos Para Aprender.

Pachas (2024) Pasa balón voleibol, Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=M8DCRv-BhiQ>

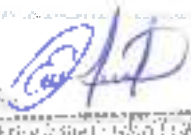
Prieto Bascón, M. A. (2010). Habilidades motrices básicas. Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas, 1984, 1-10.

https://archivos.esic.es/archivos/andalucia-ensenanza/revistas/esic/esicrevista.pdf?Numero_37_MIGUEL_ANGEL_PRIETO-BASCON_06.pdf

Betancourt Betancourt, F. J., Machángara Quilca, A. D., & Gilbert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efid.v25i266.3323>


Profesora de la IE


Mg. César A. Martínez Díaz
DOCENTE (PEP)
UMA - PUNO
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 2

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	I	Grado/Sección	2do "A"	Fecha	02/05/2025
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentin Aguilar Uma		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Condon Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Exploramos el movimiento ;Descubre el poder de tu cuerpo en acción!"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable	Comprende su cuerpo Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	1.1.2 Se orienta en el espacio y tiempo con relación a sí mismo y a otros puntos de referencia; reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.	Se desplaza y participa en juegos respetando puntos de referencia y demostrando equilibrio en distintas posiciones, como en superficies inestables o con un solo pie Asiste a las actividades con vestimenta e higiene adecuadas, manteniendo posturas correctas al jugar, lo que le permite moverse con seguridad y sin dificultad.	- Se orienta correctamente en el espacio y tiempo al participar en juegos, identificando puntos de referencia y respetando los límites del área de juego. - Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones durante las actividades lúdicas, usando bases de sustentación variadas con control corporal. - Asiste con la vestimenta adecuada e higiene personal para la práctica de juegos y actividades físicas. - Adopta posturas corporales correctas que le permiten moverse de forma segura y eficiente durante el desarrollo del juego.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC's	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Participa en actividades comunicativas en entornos virtuales compartidos, mediante el uso de diversas herramientas y medios digitales; por ejemplo, en la participación en videoconferencias.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y conciliación ACTITUDES: Los estudiantes practican la empatía al apoyar a sus compañeros durante los juegos y actividades, mostrando comprensión y solidaridad ante sus dificultades. Además, asumen con responsabilidad el cumplimiento de las reglas propuestas y el cuidado de su bienestar, promoviendo hábitos saludables en su vida diaria. A su vez, animan a sus compañeros a superar desafíos en las			



actividades físicas, brindando palabras de aliento y reconociendo el esfuerzo de los demás, lo que fortalece el trabajo en equipo y la sana convivencia.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motrices propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante participa en juegos y actividades lúdicas, orientándose en el espacio y manteniendo el equilibrio con distintas bases de sustentación, mientras aplica hábitos de cuidado personal y adopta posturas corporales adecuadas que favorecen su seguridad y desempeño.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe con entusiasmo a los estudiantes, recordando con sencillez las normas de respeto, colaboración y seguridad, promoviendo un clima alegre y de confianza para el desarrollo del juego. Recomendaciones generales Se verifica que los niños cuenten con ropa cómoda para moverse y que el espacio esté limpio y despejado. Se menciona la importancia de movernos gradualmente para activar el cuerpo y evitar molestias o caídas. Presentación del propósito "Hoy jugaremos usando diferentes formas de movernos y posturas, explorando cómo mantenemos firmes, coordinados y atentos mientras nos divertimos y cuidamos nuestro cuerpo." Preguntas motivadoras ¿Qué pasa si no estamos atentos al movernos en los juegos? ¿De qué manera nos ayuda el equilibrio a jugar mejor? ¿Cómo podemos usar nuestro cuerpo para movernos de forma segura y divertida?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	7'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad articular Se inicia con una activación sencilla para alistar el cuerpo y prevenir lesiones. Círculo de activación (4 minutos): Caminata en zigzag con pequeños saltos Movilidad articular: giros de muñecas, hombros, rodillas y cuello. Juego corto de "Sigue al líder" con movimientos suaves (reptar, girar, marchar). Juego I: La cuerda mágica Objetivo: Mejorar el equilibrio y la concentración. Descripción: Los niños deben caminar sobre una cuerda (o línea marcada en el suelo) llevando un objeto liviano (como una pelotita) en la mano sin que se les caiga.	Se desplazan por los espacios referidos al circuito del zigzag. Se ubican en relación a la dinámica sugerida	Balones Conos Bastones Platillos Silbato Espacio amplio y despejado	30'



	Se añaden retos: Caminar hacia atrás, hacer una pausa en equilibrio, etc. Juego 2: El guardián de las frutas Objetivo: Estimular la atención y los desplazamientos rápidos. Descripción: Un niño es el "guardián" y cuida una cesta de frutas (pelotas o conos). Los demás deben acercarse sigilosamente a robar una "fruta" y volver a su base sin ser tocados. Si el guardián los ve moverse, deben congelarse. Si son tocados, regresan sin fruta. Juego 3: El tren de movimientos Objetivo: Fomentar la secuencia motriz y la creatividad. Descripción: En grupos, los niños forman un "tren". El primero inventa un movimiento (ej: salto, giro, palmada), y los demás lo imitan mientras avanzan. Cada estación del tren cambia de líder y de movimiento.	Se ubican en una zona determinada como "base". el niño guardián se ubica en el centro cuidando sus frutas para iniciar. Se ubican en una columna.		
Cierre	Vuelta a la calma y cierre de la sesión Se realizan ejercicios de respiración profunda y estiramientos suaves para relajar el cuerpo, facilitar la recuperación y evitar molestias musculares. A continuación, se lleva a cabo una breve conversación grupal donde se destacan los logros del día, como el control del cuerpo, la participación activa y la mejora en los juegos. Se reconoce el esfuerzo de todos y se valoran actitudes como el compañerismo, el respeto y la ayuda mutua. Para cerrar, el docente recuerda con entusiasmo: "¡Muy bien! Ahora a cuidar nuestro cuerpo: lavémosnos las manos, bebamos agua y sigamos creciendo sanos y felices."	Se ubican en media luna	Agua y jabón	8'

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
❖ Se desplaza dentro del área de juego identificando puntos de referencia y respetando los límites establecidos, demostrando orientación espacial y temporal. ❖ Mantiene el equilibrio corporal al adoptar diversas posiciones durante juegos, utilizando de forma adecuada diferentes bases de sustentación. ❖ Asiste con vestimenta cómoda e higiene personal adecuada, demostrando responsabilidad en su preparación para participar en actividades físicas. ❖ Adopta posturas corporales correctas al realizar movimientos, permitiendo una participación segura y eficiente en los juegos.	Observación directa	Lista de cotejo



VII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv.* 9(2). 739-760.

<http://www.animaizales.edu.co/publicaciones/campus/cisde/index.html>

AkrosComunicación. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.

Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8J2C1W-BhiQ>

Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*. 1984. 1-10.

https://archivos.csif.es/archivos-andalucia/ensenanza-revistas-csiesif/revista/pdf/Numero_37/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_EI.pdf

Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quileca, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/edf.v25i266.2321>


Profesor de la IE


Mg. César A. Gutiérrez Díaz
DOCENTE EPEF
UNA - PUNO
Docente de Práctica
UNA - PUNO


ESTUDIANTE DE PRÁCTICA PREPROFESIONAL



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 1

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	1	Grado/Sección	2º "A"	Fecha	28/04/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma.		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Enak Josué Condoni Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Exploramos el movimiento: ¡Descubre el poder de tu cuerpo en acción!"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Assume una vida saludable	Comprende su cuerpo Incorpora prácticas que mejoren su calidad de vida	1.1.2 Se orienta en el espacio y tiempo con relación a sí mismo y a otros puntos de referencia; reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.	Demuestra orientación en el espacio y tiempo, relacionándose consigo misma y con otros, y utiliza diferentes bases de sustentación para mantener el equilibrio en juegos y actividades físicas. Reconoce y practica hábitos de cuidado personal como el aseo y la vestimenta adecuada, adoptando posturas correctas que favorecen su participación activa y segura en actividades lúdicas. Participa en juegos y movimientos corporales, mostrando control y conciencia de sus posibilidades motrices para mejorar su equilibrio y coordinación en el entorno escolar.	- Demuestra habilidad para ubicarse en el espacio y tiempo durante actividades, identificando puntos de referencia y manteniendo el equilibrio con diferentes bases de sustentación. - Practica hábitos de cuidado personal, manteniendo higiene y vestimenta adecuada para la actividad física, mostrando conciencia sobre la importancia de estas cuidados. - Adopta posturas corporales correctas que favorecen su desarrollo y seguridad en la realización de juegos y ejercicios físicos. - Participa activamente en movimientos corporales y juegos, controlando sus gestos motrices para mejorar la coordinación y el equilibrio en el entorno escolar/deportivo.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Participa en actividades comunicativas con entornos virtuales compartidos, mediante el uso de diversas herramientas y medios digitales: por ejemplo, en la participación en videoconferencias.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
	VALORES: Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y concertación			



Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	ACTITUDES: Los estudiantes practican la empatía al apoyar a sus compañeros durante los juegos y actividades, buscando comprensión y solidaridad ante sus dificultades. Además, asumen con responsabilidad el cumplimiento de las reglas propuestas y el cuidado de su bienestar, promoviendo hábitos saludables en su vida diaria. A su vez, aman a sus compañeros a superar desafíos en las actividades físicas, brindando palabras de aliento y reconociendo el esfuerzo de los demás, lo que fortalece el trabajo en equipo y la sana convivencia.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motrices propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante se orienta adecuadamente en el espacio y tiempo durante actividades lúdicas, utiliza diversas bases de sustentación para mantener el equilibrio, adopta hábitos de cuidado personal e higiene, mantiene posturas correctas que favorecen su seguridad y participa activamente en juegos y movimientos, demostrando control y coordinación motriz.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con alegría y calidez, recordando de manera sencilla las normas de convivencia, cuidado y seguridad durante los juegos para crear un ambiente amigable y ordenado. Recomendaciones generales Se revisa que cada niño tenga la vestimenta cómoda y adecuada para moverse con libertad, y que el espacio esté libre de objetos que puedan causar accidentes. Se resalta la importancia de las actividades iniciales para preparar el cuerpo y evitar lesiones. Presentación del propósito "Hoy exploraremos cómo movemos con equilibrio y atención en diferentes juegos, aprendiendo a ubicarnos en el espacio y a cuidar nuestro cuerpo para jugar seguros y divertidos." Preguntas motivadoras ¿Cómo podemos mantener el equilibrio cuando corremos o saltamos? ¿Por qué es importante cuidarnos y mantenernos limpios para jugar mejor? ¿Qué juegos nos ayudan a conocer nuestro cuerpo y a movernos con más confianza?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para preparar el cuerpo y evitar lesiones, se inicia con una activación general que combina movimientos suaves y movilidad articular. Círculo dinámico de activación (4 minutos): Caminata activa alrededor del área de juego, incorporando cambios de ritmo y dirección para estimular la atención. Movilidad articular: Movimientos amplios y controlados de brazos, caderas, tobillos y cuello, ejercicios de salto suave y desplazamientos laterales para activar las piernas y mejorar la coordinación motriz. Juego 1: Carrera de Equilibrio y Relevos	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre.	Balones Conos Bastones Platillos Silbato	50'



	Objetivo: Fortalecer el equilibrio y la coordinación en desplazamientos. Cómo jugar: Se colocan diferentes bases (trínculos, líneas, colchonetas) en el área de juego que los niños deben recorrer manteniendo el equilibrio (por ejemplo, caminando sobre una línea o saltando de un círculo a otro). Se forma un relevo donde cada niño completa el circuito y pasa el turno a un compañero. Se fomenta la comunicación y el trabajo en equipo para lograr el mejor tiempo. Juego 2: "Capibaras, Puma y Papas" Descripción: El docente es el Puma que cuida las papas (conos). Las Capibaras (niños) intentan recoger las papas sin ser vistas. Reglas: Cuando el Puma vigila, las Capibaras deben quedarse congeladas con las manos arriba, como arbustos. Si el Puma ve a una Capibara moverse, la congela hasta que otro compañero la libere tocándola. Cuando el Puma se da vuelta, las Capibaras pueden seguir recogiendo papas y llevarlas a su guarida. Objetivos: Mejorar la atención, control corporal y agilidad. Fomentar la cooperación y el respeto. Juego 3: Creación del "Mapa de Movimientos" Objetivo: Integrar el reconocimiento espacial y la creatividad motriz. Cómo jugar: En grupos pequeños, los niños diseñan un "mapa" en el área de juego usando materiales como cintas, conos o dibujos en el piso, indicando diferentes estaciones con retos motores (saltos, desplazamientos, equilibrios). Luego, cada grupo presenta su mapa y todos lo recorren, respetando las indicaciones y cuidando el espacio. Este ejercicio promueve la orientación espacial, la planificación y el respeto por el espacio propio y ajeno.	Se ubican en los distintos circuitos, con relación al número de participantes. Se ubican en relación a la dinámica sugerida. Se agrupan en un círculo para iniciar el diálogo luego se agrupan en micro grupos para la elaboración creativa del mapa.	Espacio amplio y despejado	
Cierre	Realizan ejercicios de relajación y estiramientos suaves para facilitar la recuperación muscular y prevenir molestias. Se lleva a cabo una retroalimentación colectiva, resaltando los progresos en las técnicas practicadas, subrayando la importancia de la comunicación efectiva durante el juego. Se refuerzan valores esenciales como el trabajo en equipo, el respeto mutuo y la colaboración constante en las actividades. Para finalizar, se invita a los estudiantes a cuidar su bienestar con un amable recordatorio: "Ahora, ¡a lavarse las manos y a hidratarse para seguir creciendo fuertes y saludables!"	Se ubican en media luna	Agua y jabón	18'



VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
❖ Ubica con precisión su cuerpo en el espacio y tiempo durante las actividades, usando puntos de referencia y manteniendo el equilibrio con diversas bases de apoyo. ❖ Mantiene hábitos adecuados de higiene y vestimenta para la actividad física, demostrando comprensión de su importancia para la salud personal. ❖ Adopta posturas corporales correctas durante juegos y ejercicios, asegurando un desempeño seguro y eficiente. ❖ Participa de manera activa en juegos y movimientos corporales, controlando sus acciones motrices para mejorar la coordinación y el equilibrio en el contexto escolar.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral.

Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv. 9(2), 739-760.

http://www.unanizales.edu.co/publicaciones/temas_pos_grad/index.html

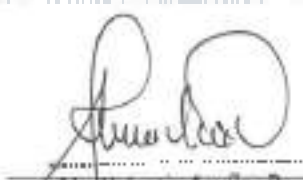
AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender

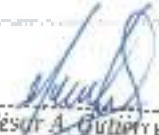
Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=MSDCUj-BbIQ>

Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas, 1984, 1-10.

https://archivos.esif.es/archivos-andalucia-ca-semanazarevistas-esiesif/revista/pdf/Numero_33/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCÓN_01.pdf

Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gihert O'farill, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.2321>


Representante UPR
LEA N° 20621 "SANTA ROSA"


Mr. César A. Gutiérrez Díaz
DOCENTE FPEF
UNA - PUNO
Docente de Práctica
UNA - PUNO



Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 8

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	1° "A"	Fecha	23/06/25
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentín Aguilar Puma.		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Condori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Jugamos y sentimos el ritmo de nuestra tierra"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. Asume una vida saludable	Se expresa corporalmente. Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	1.2.2 Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse, adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permitan la participación en el juego sin afectar su desempeño.	Los estudiantes realizan movimientos como saltos, giros y desplazamientos al ritmo de música tradicional peruana, expresando emociones con entusiasmo. Representan gestos y posturas corporales que comunican alegría, orgullo o entusiasmo, adoptando posturas adecuadas para mantener el equilibrio y evitar caídas. Además, demuestran prácticas básicas de cuidado personal como el lavado de manos y el uso correcto de su vestimenta deportiva antes y después de la actividad física.	Realiza movimientos corporales (saltos, giros, desplazamientos) al ritmo de música tradicional peruana, expresando emociones con entusiasmo. Representa gestos y posturas que comunican alegría, orgullo o entusiasmo al participar en juegos lúdicos con acompañamiento musical. Adopta posturas adecuadas durante la actividad física (manteniendo equilibrio, evita caídas o movimientos bruscos). Demuestra prácticas básicas de cuidado personal antes y después de la actividad (lavado de manos, uso adecuado del vestuario deportivo).
COMPETENCIAS TRANSVERSALES			Desempeño	
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Define metas de aprendizaje.	Determina metas de aprendizaje viables, asociadas a sus necesidades, prioridades de aprendizaje y recursos disponibles, que le permitan lograr la tarea.		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Personaliza entornos virtuales.	Modifica un entorno virtual personalizado cuando clasifica aplicaciones y herramientas de navegación, para utilizarlo según las necesidades, el contexto y las actividades en las que participa.		
ENFOQUES TRANSVERSALES			Acciones observables	
Enfoque Intercultural	VALORES: Respeto a la identidad cultural, justicia y diálogo intercultural			
	ACTITUDES: Reconocimiento al valor de las diversas identidades culturales y relaciones de pertenencia de los estudiantes.			
	Disposición a actuar de manera justa, respetando el derecho de todos, exigiendo sus propios derechos y reconociendo derechos a quienes les corresponden.			
	Fomento de una interacción equitativa entre diversas culturas, mediante el diálogo y el respeto mutuo.			



IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- Antes de la sesión, se debe acondicionar el espacio libre de obstáculos, seleccionar y probar música tradicional peruana (como huayno o festejo), preparar materiales como pañuelos o cintas, organizar la entrada con una dinámica motivadora, tener listas preguntas iniciales para activar conocimientos previos y verificar que los estudiantes lleven ropa cómoda, goma y agua para moverse con seguridad y entusiasmo.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

Los estudiantes utilizan su cuerpo y el movimiento para expresar emociones con alegría al ritmo de músicas tradicionales del Perú, adaptando posturas corporales adecuadas durante la actividad física y demostrando prácticas básicas de cuidado personal.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación: El docente recibe con entusiasmo a los estudiantes, les da la bienvenida con una ronda de palmas y un canto corto relacionado con el Perú (por ejemplo: "Así se mueve mi Perú"). Se forma un círculo y se invita a moverse libremente al compás de una música suave de fondo (huayno instrumental). Recomendaciones generales: Se recuerda a los estudiantes la importancia de moverse con cuidado, sin empujar ni correr. También se les indica que deben escuchar las instrucciones, respetar turnos y cuidar su cuerpo durante la clase. Se revisa si llevan ropa cómoda y agua. Presentación del propósito: El docente explica con lenguaje claro: "Hoy vamos a usar nuestro cuerpo para jugar y movernos con la música de nuestro Perú. Vamos a sentir la alegría de las fiestas patrias mientras saltamos, giramos y aplaudimos con ritmo." Preguntas motivadoras: "¿Alguna vez bailaste una canción peruana con tu familia?" "¿Qué hace tu cuerpo cuando escucha música alegre?" "¿Te gustaría mover tu cuerpo como lo hace el Perú cuando celebra?"	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Activación corporal: "Despierta cuerpo peruano" Los estudiantes se ubican en semicírculo y siguen al docente en una secuencia guiada de movimientos para activar el cuerpo: Movimientos suaves de cabeza, hombros, brazos, cadera y piernas. Saltos pequeños en el lugar al ritmo de un huayno instrumental. Estiramientos con frases motivadoras: "Mi cuerpo está listo para celebrar al Perú!" "Estiro como una llana en la sierra!" "Me muevo como las olas de mar!" Ritmo musical: Musicograma Carnavalito Escuchamos la canción "Carnavalito", un ritmo tradicional andino alegre y muy fácil de seguir, ideal para que los niños se muevan libremente con el cuerpo. Su estructura musical es sencilla.	Se ubican en media luna	Equipo de sonido Espacio amplio y despejado	50'



	Durante la actividad, los estudiantes escucharán la canción y seguirán el ritmo con movimientos corporales, como: Palmadas y pasos al ritmo base Saltillos o giros en las partes rípidas Movimientos de brazos al compás. El objetivo es que los niños sientan la música del Perú en su cuerpo, coordinando movimientos rítmicos con alegría y seguridad, sin necesidad de objetos. Secuencia libre con música peruana: "Así se mueve mi tierra" (Himno) Se reproducen fragmentos breves de música tradicional peruana (huayno, saya, festejo). Los estudiantes se mueven libremente siguiendo el ritmo, expresando alegría, orgullo y emoción. El docente guía con preguntas: "¿Cómo se movería tu cuerpo si bailarás con tu abuelo una danza peruana?" "¿Qué emoción te hace sentir esta música?" Juego infantil "La gallinita ciega" La gallinita ciega es un juego tradicional infantil en el que un niño es elegido como "gallinita" y se le cubren los ojos lo se le indica que los cierre). Los demás compañeros forman un círculo a su alrededor. La gallinita gira sobre sí misma y luego debe caminar tratando de atrapar a uno de sus compañeros usando solo el oído y el tacto. Cuando atrapa a alguien, debe adivinar quién es tocando su rostro, cabello o manos. Si acierta, ese compañero pasa a ser la nueva gallinita. Es un juego que favorece la percepción auditiva, el equilibrio, la coordinación y el respeto por las reglas y los turnos, y además promueve la convivencia y la diversión colectiva. Juego de reserva: Los 7 pecados peruanos "Los 7 pecados" es un juego tradicional de persecución que se desarrolla en espacios amplios y con muchos jugadores. Un participante asume el rol de cuidador en el centro del área de juego, mientras el resto de los estudiantes se desplaza de un extremo a otro intentando evitar ser tocados. Cada vez que un jugador es alcanzado, se le adjudica un "pecado" o falta. Al acumular siete, asume el rol del cuidador o realiza un retro físico breve, según la variante aplicada. Este juego estimula capacidades motrices como la velocidad, el cambio de dirección y el control del cuerpo en movimiento, al mismo tiempo que promueve la autorregulación, el respeto por las normas, la tolerancia a la frustración y la equidad en la participación. Es una estrategia lúdica eficaz para desarrollar habilidades socioemocionales en contextos escolares del nivel primario.	Se ubican en media luna Se ubican de forma libre por el espacio Forman un círculo alrededor de la "gallinita ciega" Se ubican de forma libre por el espacio delimitado	Pañuelo Balón	
Cierre	Relajación y estiramientos: Los estudiantes se colocan en círculo y el docente los guía en una breve rutina de respiración profunda (inhalar por la nariz, exhalar por la boca), acompañada de estiramientos suaves de brazos, piernas y espalda al ritmo de una melodía suave peruana. Se les invita a cerrar los ojos por unos		Agua y jabón	18'



segundos mientras imaginan que bailan con su familia en una fiesta peruana. Retroalimentación colectiva: Se les pregunta: "¿Qué fue lo que más te gustó mover hoy con la música del Perú?" "¿Cómo sentiste tu cuerpo al jugar y expresarte?" Los niños comparten sus respuestas libremente. El docente valora las ideas destacando el esfuerzo y la participación. Refuerzo de valores: Se resalta cómo, a través del juego y la música, han demostrado respeto, alegría, colaboración y orgullo por las tradiciones del Perú. El docente recuerda que moverse con cuidado y respetar a los demás también es una forma de celebrar a la patria. Extensión y cuidado personal: Se invita a los niños a practicar en casa algunos de los movimientos que más les gustaron, compartidos con sus familiares, y cuidar su cuerpo descansando, alimentándose bien y manteniendo la higiene personal después de hacer actividad física.	Se ubican en media luna		

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Coordina movimientos corporales (saltos, giros y desplazamientos) siguiendo el ritmo de la música tradicional peruana, expresando emociones con entusiasmo. - Utiliza gestos y posturas corporales para comunicar emociones como alegría, orgullo o entusiasmo durante actividades lúdicas con música. - Mantiene posturas corporales adecuadas durante la actividad física, demostrando equilibrio, control y evitando movimientos que pongan en riesgo su integridad. - Aplica prácticas básicas de cuidado personal antes y después de la sesión, como el lavado de manos y el uso correcto del vestuario deportivo.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

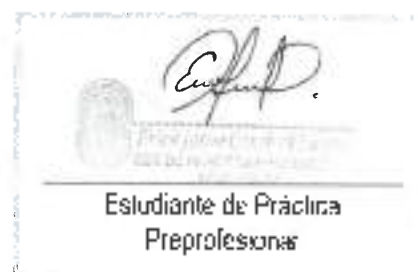
- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. educ. soc. niñez juv.*, 9(2), 739-760.
<http://www.untanizales.edu.co/publicaciones/comprov/index.html>
- AkrosComunicacion. (2017). Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.
https://archivos.cesif/archivos/andaluca.ensenanza/revistas/cesif/revista_pdf/Numero_37/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf
- Betancourt Betancourt, J. F., Machangara Quileca, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/edf.v25i266.2321>
- Mendez, G. A., & Mendez, G. C. (2007). Los juegos en el currículum de e.f.(1000 juegos para desarrollo motor) (1st ed., Vol. 1). PAIDOTRIBO.
http://www.libreria deportiva.com/libros/los-juegos-en-el-curriculum-de-e-f-1000-juegos-para-desarrollo-motor_7066



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



Musicograma Carnivalito - YouTube. (2021, February 8).
<https://www.youtube.com/watch?v=-37wC8KoeX0>





UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 7

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación física
Bimestre	II	Grado/Sección	I° "A"	Fecha	16/06/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma.		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Córdova Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"De lo aprendido a lo vivido: expresando mi conocimiento en acción"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se expresa corporalment Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	1.2.1 Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro, que lo ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	Se comunica eficazmente usando su lenguaje corporal, verbal y sonoro para expresar sus ideas y emociones con seguridad y confianza y confianza. Asimismo, demuestra el cuidado personal al mantener prácticas adecuadas de aseo y vestimenta, lo cual contribuye a su participación efectiva y cómoda en las actividades físicas. Además, adopta posturas corporales correctas que favorecen su desempeño tanto en los juegos como en situaciones cotidianas. Finalmente, participa activamente en juegos cooperativos y de oposición, mostrando respeto hacia sus compañeros y colaborando para llegar a consensos sobre las reglas que regulan el juego.	Utiliza su lenguaje corporal, verbal y sonoro para expresar ideas y emociones con seguridad y confianza. Aplica prácticas de cuidado personal, aseo y vestimenta adecuada, que facilitan su participación efectiva en las actividades. Adopta posturas corporales correctas que favorecen su desempeño en actividades lúdicas y cotidianas. Participa activamente en juegos cooperativos y de oposición respetando a sus compañeros y alcanzando acuerdos sobre las reglas de juego.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta.			
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo: El estudiante hace uso de un presentador visual.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos y libertad. ACTITUDES: Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito público y privado.			



Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente dispone el espacio del patio de forma segura y atractiva, favoreciendo un desarrollo dinámico y ordenado de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales considerando las características físicas y necesidades individuales de los niños, respaldando su planificación en conocimientos actualizados sobre las habilidades motrices propias de esta etapa del desarrollo infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante demuestra cómo integra y aplica las habilidades motrices y sociales adquiridas en la práctica de gimnasia. Resolverá situaciones motrices de manera autónoma, utilizando su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicarse con seguridad y confianza, consolidando así un sentido de pertenencia y aceptación en el espacio de juego. Participará activamente en juegos cooperativos y de oposición, mostrando respeto hacia sus compañeros y oponentes, y alcanzando acuerdos que fomentan el trabajo en equipo. Además, expresará sus emociones y sentimientos a través del cuerpo durante las actividades, transformando el aprendizaje en experiencias vividas que fortalecen la cooperación y la resolución pacífica de conflictos.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con entusiasmo, creando un ambiente acogedor y destacando la importancia de la reflexión sobre lo aprendido y la colaboración entre compañeros. Se enfatiza la conexión mente-cuerpo, iniciando con una breve actividad de respiración y relajación para preparar a los estudiantes para la sesión final. Recomendaciones generales Vestimenta y espacio: El docente verifica que los estudiantes lleven ropa cómoda y calzado adecuado, y que el área de práctica esté organizada y libre de obstáculos para garantizar un ambiente seguro durante la actividad. Preparación corporal. Antes de iniciar, los estudiantes realizan ejercicios suaves de estiramiento y movilidad articular, enfocándose en mantener una postura correcta y en activar el cuerpo de manera controlada. Presentación del propósito "Hoy, en nuestra semana final de unidad, valoraremos todo lo aprendido durante la unidad, utilizando el movimiento para mostrar nuestra coordinación, expresarnos corporalmente y fortalecer el trabajo en equipo, mientras cuidamos de nuestra salud." Preguntas motivadoras ¿Qué postura te ayudará a demostrar tu equilibrio y control en los ejercicios? ¿Cómo contribuye la hidratación a tu rendimiento? ¿Qué movimientos puedes utilizar para apoyar a tus compañeros y mantener el ritmo durante la actividad?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'



Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para iniciar, realizamos un circuito dinámico que active las articulaciones y prepare el cuerpo para las actividades. Los estudiantes ejecutan desplazamientos controlados, como caminatas de puntillas y talones, seguidos de giros lentos de muñecas, tobillos y cuello. Finalizan con saltos suaves y desplazamientos en zigzag para trabajar el equilibrio y la coordinación. Actividad 1: "Demuestra tu equilibrio" Los estudiantes ponen en práctica las posturas y movimientos que han aprendido a lo largo de la unidad. En parejas, cada niño realiza una secuencia corta de equilibrio y movimientos gimnásticos a mano libre, mientras su compañero observa y ofrece retroalimentación constructiva. Luego intercambian roles. Se enfatiza el control corporal y la expresión corporal como forma de comunicación. Actividad 2: "Relevos con rodamiento y parada de cabeza" Divididos en equipos, los niños realizan relevos combinando rodamiento hacia adelante y hacia atrás con paradas de cabeza asistidas por el docente o con apoyo de la pared. Cada estudiante debe completar su turno con movimientos seguros y controlados, promoviendo la concentración y la confianza en sus habilidades. Actividad 3: "Cierre musical y coordinación grupal" Con música de fondo, se realiza una actividad grupal donde los niños sincronizan movimientos rítmicos que incluyen saltos, giros y desplazamientos a mano libre. Se fomenta la cooperación para mantener el ritmo y la coordinación colectiva, celebrando los logros alcanzados durante la unidad.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre. Se ubican de forma libre en el espacio existente Se agrupan en dos equipos Se ubican en la figura idónea que elijan con el docente	Colchonetas Conos o cintas Espacio amplio y despejado	50'
Cierre	Relajación y estiramientos Para finalizar, los estudiantes realizan estiramientos suaves y controlados, enfocándose en la flexibilidad y la relajación muscular. Realizan ejercicios como elongaciones de brazos, piernas y cuello, acompañados de respiraciones profundas que ayudan a aliviar la tensión y favorecer la circulación. Retroalimentación colectiva En círculo, los niños comparten cómo se sintieron durante las actividades, qué habilidades mejoraron, cómo superaron los retos y de qué manera colaboraron en equipo. El docente promueve la reflexión sobre la importancia de la cooperación y el autocuidado, destacando los logros alcanzados en la unidad. Refuerzo de valores Se resaltan valores fundamentales para el desarrollo físico y social, tales como: Responsabilidad: Ser conscientes del propio cuerpo y respetar sus límites.	Se ubican en rueda luna	Aguay jalun	18'



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL



	Colaboración: Trabajar en conjunto para alcanzar metas comunes y apoyar a los demás. Empatía: Reconocer y valorar los esfuerzos y logros de los compañeros. Extensión y cuidado personal Al concluir la sesión, el docente recuerda la importancia de mantener hábitos saludables, invitando a los estudiantes a reforzar su higiene personal, mantenerse hidratados y conservar una postura adecuada durante el día, para cuidar su bienestar y continuar progresando en las actividades físicas.			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
• Utiliza gestos, expresiones faciales y sonidos para comunicar emociones e ideas con seguridad durante la práctica de gimnasia. • Mantiene hábitos adecuados de higiene y viste ropa apropiada que permite moverse con libertad y seguridad durante las actividades gimnásticas. • Mantiene posturas corporales correctas y alineadas que optimizan su desempeño y previenen lesiones en ejercicios y juegos de gimnasia. • Participa de manera respetuosa y colaborativa en juegos cooperativos y de oposición, respetando las reglas y facilitando acuerdos con sus compañeros durante la práctica gimnástica.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral.

Rev latinoam cienc soc niñez juv, 9(2), 739-760.

<http://www.unamizates.edu.co/publicaciones/campus/cinde/index.html>

AkrosComunicación. (2017). Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.

Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.

https://archivos.esi/les/archivos/andakia/ensenanza/revistas/esiesi/revista/pdf/Numero_37_MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf

Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quiles, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efda.25i266.2321>

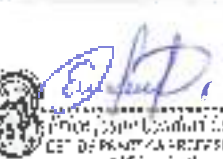
Mendez, G. A., & Mendez, G. C. (2007). Los juegos en el currículum de e.f. (1000 juegos para desarrollo motor) (1st ed., Vol. 1). PAIDOTRIBO.
<https://www.libreriaeducativa.com/libros/los-juegos-en-el-curriculum-de-e-f-1000-juegos-para-desarrollo-motor-7066>



Profesor de la IE



Mg. César A. Gutiérrez Díaz
 DOCENTE EFF
 UNA - PUNO
 Docente de Práctica
 UNA - PUNO



ESTUDIANTE DE PRÁCTICA
 ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA
 UNA - PUNO
 Estudiante de Práctica
 Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 6

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	1° "A"	Fecha	09/06/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentín Aguilar Puma		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Condori Lauque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Me muevo con confianza y cuido mi cuerpo al moverme"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalment e	2.1 Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y somero, que lo ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado.	Demuestran su capacidad para resolver situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, como gestos, contacto visual, y actitud corporal, lo que les permite sentirse seguros, confiados y aceptados en el espacio de juego. Además, participan activamente en juegos cooperativos y de oposición, tanto en parejas como en pequeños grupos, mostrando una actitud de respeto hacia sus compañeros y oponentes. A través de estos juegos, los estudiantes aprenden a llegar a consensos sobre la manera de jugar, promoviendo la colaboración, el trabajo en equipo y la resolución pacífica de conflictos.	Resuelve situaciones motrices utilizando su lenguaje corporal (gestos, contacto visual, actitud corporal) y verbal, lo que le permite moverse con seguridad y confianza. Participa activamente en juegos cooperativos y de oposición, demostrando voluntad para llegar a consensos y respetar las reglas del juego, aceptando a los oponentes como compañeros de juego. Utiliza su lenguaje corporal, y somero para expresar emociones y sentimientos durante la actividad física, lo que refuerza su confianza y aceptación dentro del grupo. Se involucra en actividades en parejas o grupos pequeños, utilizando sus habilidades motrices y socioemocionales para fomentar la cooperación, el trabajo en equipo y la resolución pacífica de conflictos.
Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos: acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.		
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta.			
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC's	Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo: El estudiante hace uso de un presentador visual.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos y libertad. ACTITUDES: Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito público y privado. Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad.			



IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motrices propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante resolverá situaciones motrices de manera autónoma utilizando su lenguaje corporal, verbal y sonoro, lo que le permitirá sentirse seguro, confiado y aceptado en el espacio de juego. Participará activamente en juegos cooperativos y de oposición, mostrando respeto hacia sus compañeros y oponentes, y llegando a consensos sobre la manera de jugar. Además, expresará sus emociones y sentimientos corporalmente durante las actividades, promoviendo la cooperación, el trabajo en equipo y la resolución pacífica de conflictos.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente da la bienvenida con entusiasmo, creando un ambiente relajado y promoviendo la importancia del respeto mutuo y el trabajo conjunto. Se hace énfasis en la conexión mente-cuerpo, comenzando con una breve actividad de relajación para preparar a los estudiantes para la actividad física. Recomendaciones generales Vestimenta y espacio: El docente asegura que los estudiantes vistan ropa cómoda y calzado adecuado, y que el área de práctica esté libre de obstáculos, garantizando un ambiente seguro para los ejercicios. Preparación corporal: Antes de comenzar, los estudiantes realizan ejercicios suaves de estiramiento y movilidad articular para activar el cuerpo y mejorar la flexibilidad, cuidando siempre la postura y el alineamiento corporal. Presentación del propósito "Hoy, en nuestra clase de actividad física, exploraremos cómo utilizar el movimiento para mejorar nuestra coordinación, expresarnos con el cuerpo y trabajar en equipo, mientras aprendemos a cuidar de nuestra salud." Preguntas motivadoras ¿Qué tipo de postura te ayudará a sentirte más equilibrado durante los ejercicios? ¿Cómo te ayuda estar hidratado antes de realizar actividades físicas? ¿Qué movimientos puedes hacer para facilitar el ritmo de la actividad y colaborar con tus compañeros?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para acondicionar el cuerpo y prevenir lesiones, se inicia con un circuito que favorece la movilidad articular, activación motriz y desplazamientos suaves. Circuito dinámico de activación: Desplazamientos controlados: Caminatas suaves de puntillas y talones, manteniendo la postura erguida. Movilidad articular: Círculos lentos de muñecas, tobillos y cuello, seguidos de movimientos amplios de cadera.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre.	Colchonetas Conos o cintas	50'



	Activación motriz: Saltos suaves y desplazamientos en zigzag, manteniendo el equilibrio. Juego 1: "Rodamiento en relevos" Objetivo: Familiarizar a los niños con el rodamiento y mejorar su coordinación y control corporal. Como se realiza: Los niños se dividen en equipos y deben rodar hacia adelante y hacia atrás en una colchoneta de forma controlada. Cada niño realiza un rodamiento hacia adelante y luego hacia atrás, regresa a su equipo y pasa el turno al siguiente compañero. El equipo que termine primero, con los movimientos más controlados y precisos, gana. Actividad 2: "Pararse de cabeza" Objetivo: Desarrollar fuerza y equilibrio al practicar el pararse de cabeza de manera segura. Cómo se realiza: Los niños comienzan en una posición de cuclillas y practican colocar sus manos en el suelo para prepararse para el pararse de cabeza. Se les guía para mantener la postura con la ayuda de una pared o apoyo, asegurándose de que la alineación sea correcta y que utilicen el cuello y los hombros para equilibrarse. El docente supervisa y ajusta la técnica para evitar lesiones. Juego 3: "Relevos de equilibrio" Objetivo: Mejorar el equilibrio y la coordinación a través de ejercicios de relevos en los que deben mantener posiciones estáticas. Cómo se realiza: Los niños se agrupan en equipos y deben completar una carrera de relevos manteniendo el equilibrio en diversas posiciones (como equilibrio sobre una pierna o en postura de tabla). Cada niño debe correr hacia una estación, realizar el ejercicio de equilibrio durante unos segundos, y luego pasar el turno al siguiente compañero. El equipo que complete el recorrido sin perder el equilibrio o caerse, gana el juego.	Se ubican en columnas en relación al número de colchonetas Se ubican en columnas en referencia al número de colchonetas Se agrupan en dos equipos	Espacio amplio y despejado	
Cierre	Relajación y estiramientos Para finalizar, los estudiantes realizan estiramientos suaves y controlados, enfocándose en la flexibilidad y relajación muscular. Ejercicios como estiramientos laterales de torso, extensión de piernas y rotación de hombros y tobillos, acompañados de respiraciones profundas para aliviar la tensión y mejorar la circulación. Retroalimentación colectiva En círculo, los niños comparten cómo se sintieron durante las actividades, qué estrategias utilizaron para superar los desafíos y cómo trabajaron en equipo. El docente fomenta la reflexión sobre la importancia de la colaboración y el autocuidado, destacando los logros alcanzados durante la sesión. Refuerzo de valores Se subrayan valores esenciales para el desarrollo físico y social de los niños, tales como:	Se ubican en media luna	Agua y jabón	18'



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA – ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



Responsabilidad: Ser conscientes del propio cuerpo y respetar los límites personales. Colaboración: Ayudar a los demás y trabajar juntos para alcanzar objetivos comunes. Empatía: Apoyar a los compañeros en todo momento, reconociendo sus esfuerzos y logros. Cierre y cuidado personal Al concluir la sesión, el docente recuerda a los estudiantes la importancia de mantener hábitos saludables. Se les invita a reforzar la higiene personal, mantenerse hidratados y adoptar una postura adecuada a lo largo del día, para cuidar su bienestar y seguir mejorando en las actividades físicas.			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
• Demuestra seguridad y confianza al realizar movimientos motrices como el rodamiento y el pararse de cabeza, utilizando su lenguaje corporal (gestos, postura y contacto visual) para mantenerse equilibrado. • Participa activamente en juegos de relevos y actividades de equilibrio, respetando las reglas del juego y trabajando en equipo para lograr los objetivos comunes. • Expresa emociones y sentimientos a través de su lenguaje corporal y sonoro mientras realiza las actividades físicas, como el rodamiento y el pararse de cabeza, reforzando su confianza y aceptación dentro del grupo. • Se involucra en actividades de pareja o grupos pequeños, utilizando sus habilidades motrices y socioemocionales para fomentar la cooperación, el trabajo en equipo y la resolución de desafíos durante las actividades gimnásticas.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral.

Rev. Ictimam, cienc. soc. niñez juv, 2(2), 739-760.

<http://www.umantales.edu.co/publicaciones/compus/index/index.html>

AkrosComunicación. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender

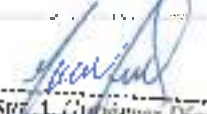
Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8DcEU-BhiQ>

Prieto Baseón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas, 1984, 1–10.

https://archivos.csit.es/archivos/andalucia-ensenanza/revistas/esiesif/revista/pdf/Numero_37/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASEON_DI.pdf

Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87–97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.2321>


Profesor de la I.E.


Mg. César L. Gutiérrez Díaz
DOCENTE CPEP
UNA - PUNO
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Enayuse Lázaro López
EST. DE PRÁCTICA PREPROFESIONAL
Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 5

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	1° "A"	Fecha	02/06/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma,		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Condori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Unidos por el ritmo, juntos en la gimnasia"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Asume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos, acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	Demuestran su capacidad para adoptar hábitos de higiene y mantener posturas adecuadas mientras realizan actividades físicas. A través de estiramientos y movimientos controlados, los niños aprenden a cuidar su cuerpo, evitando lesiones y promoviendo un desempeño óptimo en las actividades. Además, refuerzan la importancia de una vestimenta cómoda y adecuada para facilitar el movimiento durante los ejercicios. Interactúan cooperativamente en juegos de equilibrio, aplicando habilidades motrices y trabajando en equipo. Esta actividad fomenta la comunicación, coordinación y el desarrollo físico y socioemocional.	Mantiene hábitos de higiene adecuados antes y después de la actividad física. Conserva una postura correcta y adecuada durante los ejercicios y estiramientos. Interactúa de manera respetuosa y colaborativa con sus compañeros durante las actividades grupales. Aplica correctamente las habilidades motrices necesarias para realizar movimientos de equilibrio con coordinación y control corporal.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo. El estudiante hace uso de un presentador visual.			
VALORES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos y libertad. ACTITUDES Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito público y privado. Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad.			

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?



- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motrices propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante resolverá situaciones motrices en gimnasia de manera autónoma, expresando sus emociones y mensajes a través de gestos, posturas y comunicación verbal con seguridad, adoptando hábitos básicos de aseo y vestimenta adecuados, y manteniendo posturas corporales correctas que le permitan participar activamente y cuidar su bienestar durante las actividades.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente da la bienvenida con entusiasmo, crea un ambiente relajado y recalca las normas de respeto y trabajo en equipo. Se destaca la importancia de mantener una actitud positiva y la conexión mente-cuerpo, comenzando con una breve actividad de respiración para preparar a los estudiantes. Recomendaciones generales Vestimenta y espacio: Se asegura de que los niños lleven ropa cómoda, calzado adecuado y el cabello recogido. Además, revisa que el área de práctica esté libre de obstáculos. Preparación corporal: Antes de comenzar, los niños realizan una serie de movimientos suaves, como balanceos y estiramientos ligeros, para aflojar el cuerpo y mejorar la flexibilidad, cuidando siempre la postura. Presentación del propósito "Hoy, en nuestra sesión de actividad física, exploraremos cómo utilizar el movimiento para expresar emociones, mejorar nuestra coordinación y disfrutar del trabajo en equipo, mientras aplicamos hábitos saludables." Preguntas motivadoras ¿Qué postura usas para sentirte fuerte y estable durante un ejercicio de equilibrio? ¿Cómo te beneficia estar bien hidratado antes de empezar a moverte? ¿Cómo tus movimientos pueden ayudar a que tus compañeros sigan el ritmo de la actividad?	Se organiza al grupo en media luna.	Registro auxiliar Símbolo Ropa cómoda Calzado adecuado	17'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para acondicionar el cuerpo y prevenir lesiones, se inicia con un circuito que favorece la movilidad articular, activación motriz y desplazamientos suaves: Círculo dinámico de activación Desplazamientos controlados: Caminatas suaves de puntillas y talones, prestando atención a la postura y alineación. Movilidad articular: Círculos lentos de muñecas, tobillos y cuello, seguidos de movimientos de cadera en círculos amplios. Activación motriz: Saltos suaves y desplazamientos en zigzag, manteniendo el equilibrio y control en cada paso.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre.	Calcetines Cintas o cintas Esteras o colchonetas suaves	50'



	Juego 1: "Equilibrio con figuras" Objetivo: Mejorar la coordinación y el equilibrio mediante posturas estáticas y movimientos controlados. Cómo se realiza: En parejas, un niño realiza una postura estática (por ejemplo, equilibrio sobre una pierna) y su compañero debe mantener esa postura durante unos segundos. El desafío consiste en mantener la postura mientras realizan movimientos suaves como mover los brazos o balancearse ligeramente sin perder el equilibrio. Después de cada ronda, se intercambian roles y se cuidan los movimientos para evitar lesiones. Actividad 2: "Familiarización con el rodamiento" Objetivo: Introducir a los niños en el rodamiento hacia adelante y hacia atrás, mejorando su coordinación y confianza en los movimientos. Cómo se realiza: Los niños practican rodar hacia adelante en la colchoneta, primero llevando la barbilla al pecho y luego moviendo el cuerpo hacia adelante de forma controlada. Luego, los niños intentan rodar hacia atrás, asegurándose de usar las manos para proteger la cabeza y controlar el movimiento. Se les guía para que lo realicen de manera lenta y controlada, enfatizando la importancia de la alineación y la seguridad durante el rodamiento. Al final de la actividad, los estudiantes se sienten cómodos realizando el rodamiento de manera fluida. Juego 3: "Conexión con el cuerpo" Objetivo: Reconocer las sensaciones del cuerpo y fomentar el autocuidado durante la actividad física. Cómo se realiza: Tras una serie de ejercicios dinámicos, los niños se tumban en el suelo o se sientan cómodamente. El docente guía una breve reflexión sobre cómo se sienten tras la actividad: "¿Dónde sientes tensión después de los saltos?" "¿Cómo está tu respiración después de los movimientos rápidos?" Los niños deben señalar las áreas de su cuerpo que sienten más tensas o fatigadas y hacer pequeños estiramientos en esas zonas. Se les recuerda la importancia de hidratarse y estirar para evitar molestias musculares.	Se ubican en parejas Se ubican en columnas en referencia al número de colchonetas Se ubican en media luna	Pelotas o elementos suaves El espacio amplio y despejado	
Cierre	Relajación y estiramientos Los estudiantes realizan estiramientos suaves y controlados, enfocándose en la flexibilidad y la relajación muscular. Ejercicios como estiramientos laterales de torso, extensión de piernas hacia adelante y rotación de hombros y tobillos. Cada estiramiento se acompaña de respiraciones profundas para aliviar la tensión y mejorar la circulación. Retroalimentación colectiva	Se ubican en media luna	Agua y jabón	18'



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



En círculo, los niños comparten cómo se sintieron durante las actividades, qué estrategias usaron para superar desafíos y cómo colaboraron en equipo. El docente fomenta la reflexión sobre la importancia del trabajo en grupo y la autoobservación, destacando cómo los compañeros se ayudan mutuamente durante las actividades. Refuerzo de valores Se enfatizan valores clave para el desarrollo físico y social durante la actividad: Responsabilidad: Ser conscientes del propio cuerpo y respetar los límites personales. Colaboración: Ayudar a los demás y trabajar en conjunto para cumplir objetivos comunes. Empatía: Escuchar y apoyar a los compañeros en todo momento, reconociendo sus logros y esfuerzos. Cierre y cuidado personal Para concluir, se invita a los estudiantes a mantener hábitos saludables con el siguiente mensaje: “¡Buen trabajo hoy! No olviden lavar bien sus manos, mantenerse hidratados y adoptar una postura adecuada.”			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Mantiene prácticas de higiene personal como el lavado de manos y el uso de vestimenta adecuada antes y después de la actividad física. - Conserva una postura correcta y alineada en todo momento durante los ejercicios, estiramientos y movimientos, evitando posiciones que puedan generar incomodidad o lesiones. - Participa de manera respetuosa y colaborativa en actividades grupales, siguiendo las reglas del juego, apoyando a los compañeros y respetando los turnos y ritmos de los demás. - Realiza movimientos de equilibrio con control corporal, demostrando coordinación al mantener la postura y ajustar el cuerpo según sea necesario para mantener la estabilidad.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv.* 9(2), 739-760.
<http://www.unamaziles.edu.co/publicaciones/compos-cuando-index.html>
- AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8DCUJ-BhUQ>
- Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*. 1984. 1-10.
https://archivos.esfles/archivos-andalucia/crescenzar/revistas/esiesif/revista_pdf/Numero_37/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gilbert O'Farrell, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.2321>


 Profesor de la F.E.


 My César A. Gutiérrez Díaz
 DOCENTE EFEP
 UNA - PUNO
 Docente de Práctica
 UNA - PUNO


 Práctico/a Unión Física
 EST. N. MARTÍN-RODRÍGUEZ
 Estudiante de Práctica
 Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 4

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Blanco	II	Grado/Sección	1 ^{ra} "A"	Fecha	26/05/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Erick Jasué Cuyturi Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Mis movimientos revelan mis emociones"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable	Se expresa corporalmente Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	1.2.1 Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro, que lo ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño	Resuelve situaciones motrices utilizando su lenguaje corporal (gestos, contacto visual, actitud y apariencia), así como su comunicación verbal y sonora, para expresar emociones y mensajes con seguridad y confianza. Además, adopta posturas corporales adecuadas durante las actividades lúdicas y en su vida diaria, que le permiten participar activamente sin afectar su desempeño. También incorpora prácticas básicas de cuidado personal, como el aseo y la vestimenta adecuada, que contribuyen a su bienestar y rendimiento durante el juego y la actividad física	Expresa emociones y mensajes mediante gestos, posturas, contacto visual y sonidos, mostrando seguridad y confianza en sus movimientos. Utiliza adecuadamente su lenguaje corporal y verbal para comunicarse y sentirse aceptado durante las actividades motrices. Adopta posturas corporales correctas que favorecen su participación activa y segura en juegos y ejercicios. Aplica prácticas básicas de cuidado personal (aseo y vestimenta adecuada) antes y durante las actividades físicas, asegurando un desempeño óptimo.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES		Desempeño		
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo: El estudiante hace uso de un presentador visual.			
ENFOQUES TRANSVERSALES		Acciones observables		
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad		VALORES: Conciencia de derechos y libertad. ACTITUDES: Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito público y privado. Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad.		



IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motrices propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante resolverá situaciones motrices en gimnasia de manera autónoma, expresando sus emociones y mensajes a través de gestos, posturas y comunicación verbal con seguridad, adoptando hábitos básicos de aseo y vestimenta adecuados, y manteniendo posturas corporales correctas que le permitan participar activamente y cuidar su bienestar durante las actividades.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente da la bienvenida con entusiasmo, fomenta un ambiente de confianza y recuerda brevemente las normas de respeto, cuidado y juego limpio. Se enfatiza la importancia de expresar emociones con el cuerpo al entrar en calor, preparando tanto la mente como el lenguaje corporal para la gimnasia. Recomendaciones generales Vestimenta y espacio. Se verifica que los niños lleven ropa cómoda, calzado antideslizante y cabello recogido. El área de práctica debe estar libre de obstáculos. Preparación corporal: Antes de empezar, realizan estiramientos dinámicos suaves para activar músculos y articulaciones, cuidando la alineación postural desde el primer movimiento. Presentación del propósito "Hoy, en nuestra sesión de gimnasia, descubriremos cómo resolver retos motrices usando gestos, posturas y sonidos para comunicarnos con seguridad, al mismo tiempo que incorporamos hábitos de higiene y adoptamos posturas que protegen nuestro cuerpo." Preguntas motivadoras ¿Qué gesto o postura usarías para mostrar confianza en un equilibrio sobre la colchoneta? ¿Cómo te ayuda mantener las manos limpias y las uñas cuidadas durante los ejercicios gimnásticos? ¿De qué manera tus gestos y sonidos pueden facilitar que tus compañeros te entiendan al dirigir una secuencia?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para acondicionar el cuerpo y prevenir lesiones en la sesión de gimnasia, se inicia con un circuito que incorpora desplazamientos suaves, movilidad articular y activación motriz: Círculo dinámico de activación (4 minutos): Desplazamientos controlados: Gateo de codo y pasos de cangrejo, cuidando la alineación de la columna y la mirada al frente.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre.	Cónos Bastones	50'



	Movilidad articular: Círculos lentos de muñecas, hombros y tobillos, y balanceos de tronco en pie, sincronizados con la respiración. Activación motriz: Saltos escuela moderados y desplazamientos laterales en puntas de pies, manteniendo el centro de gravedad estable. Juego 1: "Secuencia con gestos" Objetivo: Resolver una mini-rutina gimnástica usando gestos y posturas para comunicarse con el grupo. Cómo se realiza: En parejas, un niño diseña una secuencia breve (3-4 movimientos) en la colchoneta, añadiendo un gesto o sonido (por ejemplo, palmada) entre cada figura. El compañero "traduce" la secuencia copiando postura, gesto y ritmo. Cambian roles y construyen una nueva rutina, cuidando la higiene de manos antes de iniciar y la postura en cada figura. Juego 2: "Gimnasta espejo y guía" Objetivo: Fomentar la atención, el liderazgo y la adopción de roles para guiar movimientos de equilibrio. Cómo se realiza: En parejas, uno asume el rol de "guía" sobre una viga baja o línea en el suelo, y el otro el de "espejo". El guía camina lento haciendo un movimiento de equilibrio (por ejemplo, pierna elevada), marcando contacto visual y un gesto claro con la mano. El "espejo" imita postura, gesto y ritmo, manteniendo postura erguida y mirada fija en el guía. Intercambian roles tras un minuto, recordando lavarse las manos antes de subirse a la viga. Juego 3: "Escucha tu cuerpo gimnasta" Objetivo: Reconocer señales corporales y conectar autocuidado con la práctica gimnástica. Cómo se realiza: Tras una mini-rutina activa, los niños se sientan o se tumban en colchoneta con ojos cerrados. El docente guía preguntas: "¿Dónde notas calor o tensión tras el salto?" "¿Cómo respira tu cuerpo después del equilibrio?" Cada niño señala con un gesto la zona que siente cargada (por ejemplo, toca suavemente sus muñecas o tobillos). Se refuerza la importancia de pausar, estirar esa zona y beber agua antes de continuar.	Platillos Silbato Colchonetas Espacio amplio y despejado	
Cierre	Relajación y estiramientos Los estudiantes realizan elongaciones lentas y conscientes, prestando atención a la alineación corporal, estiramiento de columna en gato-vaca, apertura de pecho con brazos alzados y flexión suave de muñecas y tobillos. Cada estiramiento se acompaña de inhalaciones profundas y	Se ubican en correspondencia del número de colchonetas disponibles En parejas. Se ubican sobre las colchonetas en posición tendido supino.	Agua y jabón 18'



	exhalaciones largas para reducir la tensión muscular y promover la calma. Retroulimentación colectiva En círculo, los niños comentan cómo vivieron sus roles de líder, apoyo u observador durante la sesión de gimnasia. Comparten qué ajustes pastorales les ayudaron a mantener el equilibrio y cómo se sintieron al ayudar o ser ayudados. El docente refuerza la importancia de la autoobservación y la empatía al reconocer los logros de cada compañero. Refuerzo de valores Se subrayan valores esenciales para la práctica gimnástica: Cooperación: Trabajar juntos para montar estructuras seguras. Tolerancia: Respetar los ritmos y capacidades de cada uno. Respeto: Cuidar el espacio y el cuerpo propio y ajeno al enseñar o seguir un movimiento. Cierre y estado personal Para finalizar, se invita a los estudiantes a reforzar sus hábitos de higiene y bienestar con este mensaje: "¡Excelente trabajo! Recuerden lavarse bien las manos, beber agua y mantener una postura correcta al sentarse o caminar para cuidar su cuerpo cada día."			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Expresa emociones mediante gestos, posturas, mirada y sonidos, demostrando seguridad en sus movimientos. - Utiliza adecuadamente su lenguaje corporal y verbal para comunicarse y colaborar con sus compañeros durante las actividades neuríacas. - Mantiene posturas corporales correctas en equilibrios, saltos y transiciones, garantizando su participación segura. - Aplica hábitos de autocuidado, como higiene de manos y uso de ropa adecuada, antes y durante la clase de gimnasia.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev latinoam.cienc.soc. niñez juv.*, 9(2), 739-760.
<http://www.unamizales.edu.co/publicaciones/compras/ciudad/index.html>
- AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8D3C1U-1HhQ>
- Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.
https://archivos.esi.es/archivos/andalucia/en-senanza-revistas/esiesi/revista/pd5/Numero_37-MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'farril, A. R.



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL



(2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas. Educación Física y Deportes*, 25(266), 87- 97. [https://doi.org/10.46642/efdy.25\(266\).2321](https://doi.org/10.46642/efdy.25(266).2321)



Profesor de la I.E



My César A. Gutiérrez Díaz
DOCENTE EPEF
UNA - PUNO

Docente de Práctica
UNA - PUNO



Erick Josue Limpo Lopez
EST. DE PRÁCTICA PROFESIONAL
EPEF - UNP

Estudiante de Práctica
Preprofesional



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 3

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70621 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	1	Grado/Sección	1° "A"		Fecha
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguirre Puma.		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Córdova Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"¡Desafíos en movimiento! Jugamos, corremos y vencemos con cada paso"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Asume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	2.1.1 Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica, e identifica los signos y síntomas relacionados con el ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración, que aparecen en el organismo al practicar actividades lúdicas. 2.1.2 Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas y evita juegos bruscos, amenzas u apodosos; acepta la participación de todos sus compañeros.	Los estudiantes explican, con sus propias palabras y mediante ejemplos vivenciales, por qué es importante realizar calentamiento físico y mental antes de jugar. Además, identifican y describen los cambios en su cuerpo tras la actividad lúdica (como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración), demostrando conciencia corporal. Durante las actividades lúdicas, los estudiantes participan con respeto, sin agrado verbal ni físicamente a sus compañeros, evitando juegos bruscos o apodosos. Muestran disposición para incluir a todos los participantes, valorando la convivencia y el juego limpio.	- Explica, con claridad, la importancia del calentamiento físico y mental antes de las actividades lúdicas, relacionándolo con la prevención de lesiones y la preparación para el juego. - Identifica y describe adecuadamente los cambios corporales que experimenta durante la actividad física (ritmo cardíaco acelerado, respiración agitada, sudoración), demostrando conciencia y autoobservación. - Participa en las actividades lúdicas respetando a sus compañeros, sin utilizar apodosos ni realizar juegos bruscos, manteniendo una actitud positiva y empática. - Muestra disposición para incluir a todos los compañeros en el juego, fomentando la colaboración, el respeto mutuo y el cumplimiento de las normas de convivencia.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Participa en actividades comunicativas con entornos virtuales compartidos, mediante el uso de diversas herramientas y medios digitales; por ejemplo, en la participación en videoconferencias.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque Inclusivo o de	VALORES: Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y concertación ACTITUDES: Los estudiantes practican la empatía al apoyar a sus compañeros durante los juegos y actividades, mostrando comprensión y solidaridad ante sus dificultades. Además, asumen con			



atención a la diversidad	responsabilidad el cumplimiento de las reglas propuestas y el cuidado de su bienestar, promoviendo hábitos saludables en su vida diaria. A su vez, animan a sus compañeros a superar desafíos en las actividades físicas, brindando palabras de aliento y reconociendo el esfuerzo de los demás, lo que fortalece el trabajo en equipo y la sana convivencia.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motoras propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

Los estudiantes explican la importancia del calentamiento físico y mental antes de las actividades lúdicas, reconociendo los cambios que ocurren en su cuerpo como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración. Además, participan con respeto y responsabilidad, evitando juegos bruscos o agresivos, y promoviendo la inclusión y el juego limpio con todos sus compañeros.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con alegría y cercanía, promoviendo un clima de confianza. Recuerda de forma breve las normas de respeto, cuidado y juego limpio para asegurar una convivencia positiva durante las actividades lúdicas con desplazamientos. Recomendaciones generales Se verifica que todos los estudiantes cuenten con vestimenta cómoda que les permita moverse libremente. Se revisa que el espacio esté libre de obstáculos y seguro. Se refuerza la importancia de activar el cuerpo y la mente antes de jugar, para prevenir lesiones y participar con energía y concentración. Presentación del propósito "Hoy nos moveremos en distintas direcciones y enfrentaremos desafíos jugando, mientras aprendemos cómo nuestro cuerpo reacciona y por qué es importante prepararnos antes de comenzar." Preguntas motivadoras ¿Qué tipos de movimientos podemos usar para desplazarnos jugando? ¿Cómo nos ayuda calentar y estar atentos antes de jugar? ¿Qué cambios sentimos en nuestro cuerpo cuando nos movemos mucho?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para preparar el cuerpo y evitar lesiones, se inicia con una activación general que combina desplazamientos suaves, coordinación y atención al entorno: Círculo dinámico de activación (4 minutos): Desplazamientos variados: caminar hacia adelante, atrás, en zigzag y en círculos, respetando el espacio propio y de los compañeros. Ejercicios de coordinación: elevar rodillas, balancear brazos, giros suaves, combinados con desplazamientos.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre	Conos Bastones Platillos	50'



	Movilidad articular: movimientos controlados de cuello, hombros, caderas, rodillas y tobillos, conectando con la respiración. Salto suave y desplazamientos laterales para activar piernas y favorecer la respuesta motriz. Juego 1: "Exploradores del espacio" Objetivo: Explorar el espacio mediante desplazamientos variados, fortaleciendo la orientación y la percepción corporal. Cómo jugar: Los estudiantes se mueven por el espacio siguiendo indicaciones del docente (rápido, lento, en puntas, en cuclillas, en zigzag, entre conos). Al escuchar una señal, deben congelarse o agruparse según una consigna (color, número, forma de desplazarse). Se refuerza la atención, la orientación espacial y el autocontrol en movimiento. Juego 2: "Desafío direccional" Descripción: Los estudiantes siguen un circuito marcado con flechas o líneas, desplazándose en distintas direcciones (adelante, atrás, izquierda, derecha, en diagonal). Reglas: Respetar los caminos y desplazarse sin empujar. Imitar posturas o gestos en estaciones del recorrido. Objetivos: Practicar desplazamientos variados con atención y precisión. Favorecer la concentración y la coordinación grupal. Juego 3: "¿Qué siente mi cuerpo?" Objetivo: Identificar las señales corporales tras el movimiento y comprender su relación con el esfuerzo físico. Cómo jugar: Tras una secuencia de juegos activos, se hace una pausa donde los estudiantes se sientan, cierran los ojos y responden: ¿Cómo late tu corazón? ¿Cómo está tu respiración? ¿Sientes calor o frío?	Se desplazan por el espacio con libertad Se ubican en el inicio de cada circuito, según el número de estos. Se ubican en media luna	Sillón Espacio amplio y despejado	
Cierre	Relajación y estiramientos Los estudiantes realizan movimientos suaves de elongación combinados con ejercicios de respiración consciente para disminuir la tensión muscular y favorecer la calma corporal. Retroalimentación colectiva Se genera un espacio de diálogo donde los niños comparten qué sensaciones físicas y emocionales experimentaron durante la sesión, mientras el docente destaca la importancia de la autoobservación y la empatía hacia los demás. Refuerzo de valores Se enfatiza la cooperación, la tolerancia y el respeto hacia las diferencias, resaltando cómo	Se ubican en media luna	Agua y jabón	18'



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



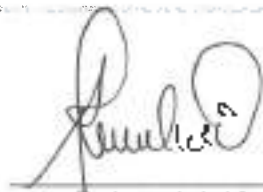
estos valores fortalecen la convivencia y el trabajo en equipo durante las actividades grupales. Cierre y cuidado personal Finalmente, se invita a los estudiantes a cuidar su higiene personal con un mensaje amable. "Después del ejercicio, es importante mantenernos limpios y bien hidratados para cuidar nuestra salud y sentirnos bien."			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
❖ Describe con precisión la relevancia del calentamiento físico y mental previo a las actividades lúdicas, destacando su rol en la prevención de lesiones y la mejora del desempeño durante el juego. ❖ Reconoce y explica los cambios fisiológicos que ocurren en su cuerpo durante la actividad física, como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración acelerada y la sudoración, evidenciando conciencia corporal. ❖ Demuestra una participación respetuosa en los juegos, evitando conductas agresivas o el uso de apodos, y manteniendo una actitud positiva hacia sus compañeros. ❖ Promueve la inclusión de todos los participantes en las actividades, practicando la colaboración y el respeto, y siguiendo las normas que garantizan una convivencia armoniosa.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv.*, 9(21), 739-760.
http://www.unamizales.edu.co/publicaciones/campus_cinde/index.html
- AkrosComunicación. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=M8DQ'Uli-BhU>
- Prieto Bascón, M. A. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.
[https://archivos.esi.es/archivos/andaluza_ensenanza/revistas-esiesi/revistaq.pdf?Numero_37 MIGUEL ANGE L. PRIETO BASCON III.pdf](https://archivos.esi.es/archivos/andaluza_ensenanza/revistas-esiesi/revistaq.pdf?Numero_37%20MIGUEL%20ANGE%20PRIETO%20BASC%20ON%20III.pdf)
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quiles, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas. Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46632/efdy.25i266.2321>


Profesor de la I. E.


Ma. Chon A. Gutiérrez Díaz
COORDINADORA
Docente de Práctica
UNA - PUNO



Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 2

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	1	Grado/Sección	1° "A"	Fecha	05/05/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma,		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Erick Jusúé Cordero Jaque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

¡A toda dirección! Exploramos el movimiento y el espacio jugando"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable	Comprende su cuerpo Incorpora prácticas que mejoren su calidad de vida	1.1.2 Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos. 2.1.1 Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica. e identifica los signos y síntomas relacionados con el ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración, que aparecen en el organismo al practicar actividades lúdicas.	Las estudiantes participan en actividades lúdicas que combinan movimientos corporales con diferentes ritmos y música, demostrando como usan el cuerpo para expresar emociones e ideas. Explican con sus propias palabras la importancia del calentamiento físico y mental antes de jugar, identificando signos como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración rápida y la sudoración durante la actividad física.	- Utiliza el cuerpo y el movimiento para expresar emociones e ideas durante actividades lúdicas con variados ritmos y música, demostrando creatividad y conexión con la música. - Emplea diferentes elementos (pañuelos, pelotas, cintas, etc.) para enriquecer la expresión corporal en actividades de ritmo y movimiento. - Explica la importancia de realizar la activación corporal y psicológica antes de las actividades lúdicas, reconociendo su función para prevenir lesiones y mejorar el desempeño. - Identifica y describe los signos físicos (ritmo cardíaco acelerado, respiración agitada, sudoración) que se presentan durante la práctica de actividades lúdicas, demostrando conciencia corporal.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Participa en actividades comunicativas con entornos virtuales compartidos, mediante el uso de diversos herramientas y medios digitales: por ejemplo, en la participación en videoconferencias.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			



Esfuerzo Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y concertación ACTITUDES: Los estudiantes practican la empatía al apoyar a sus compañeros durante los juegos y actividades, mostrando comprensión y solidaridad ante sus dificultades. Además, asumen con responsabilidad el cumplimiento de las reglas propuestas y el cuidado de su bienestar, promoviendo hábitos saludables en su vida diaria. A su vez, animan a sus compañeros a superar desafíos en las actividades físicas, brindando palabras de aliento y reconociendo el esfuerzo de los demás, lo que fortalece el trabajo en equipo y la sana convivencia.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motoras propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante utiliza su cuerpo y movimientos acompañados de diversos ritmos y música para expresar emociones e ideas, reconoce la importancia del calentamiento físico y mental antes de la actividad lúdica, e identifica los signos corporales que aparecen durante el ejercicio, como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración acelerada y la sudoración.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con entusiasmo y calidez, recordando de manera sencilla las normas de respeto, cuidado y seguridad para crear un ambiente agradable y motivador durante las actividades rítmicas y lúdicas. Recomendaciones generales Se verifica que cada estudiante tenga ropa cómoda y adecuada para moverse con libertad. Se asegura que el espacio este despejado y seguro. Se enfatiza la importancia de la activación corporal y mental para evitar lesiones y mejorar el rendimiento en las actividades. Presentación del propósito "Hoy aprenderemos a usar nuestro cuerpo y el movimiento para expresar emociones e ideas a través del ritmo y la música, además de entender por qué es importante preparar nuestro cuerpo y mente antes de jugar." Preguntas motivadoras ¿Cómo podemos usar el movimiento para mostrar lo que sentimos? ¿Por qué es importante calentar y conectararnos antes de jugar? ¿Qué señales nos da nuestro cuerpo cuando hacemos actividad física?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para preparar el cuerpo y evitar lesiones, se inicia con una activación general que combina movimientos suaves al ritmo de música variada: Círculo dinámico de activación (4 minutos): Movimientos rítmicos libres con música, alternando entre caminar, balancear brazos y girar, estimulando la coordinación y la atención. Movilidad articular: Movimientos amplios y controlados de cuello, hombros, caderas y	Se desplazan por los espacios delimitados de forma libre.	Balones Conos Bastones	50'



	tubillos sincronizados con diferentes ritmos musicales. Ejercicios de saltos suaves y desplazamientos laterales al compás para activar las piernas y afinar la respuesta motriz al ritmo. Juego 1: "Danza del espejo" Objetivo: Mejorar la expresión corporal y la atención al ritmo y movimientos de los compañeros. Cómo jugar: En parejas, un niño realiza movimientos corporales con ritmo musical y el otro los imita como si fuera su reflejo. Luego intercambian roles. Se fomenta la creatividad y la observación atenta para expresar emociones a través del cuerpo. Juego 2: "La orquesta del cuerpo" Descripción: Los estudiantes usan distintos elementos (pañuelos, pelotas, cintas) para crear movimientos que acompañan diferentes ritmos musicales. Cada grupo representa un "instrumento" con movimientos específicos. Reglas: Los movimientos deben sincronizarse con la música. Se alternan solos y en grupo para practicar la coordinación y expresión. Objetivos: Fortalecer la conexión entre movimiento, música y emociones. Promover el trabajo en equipo y la creatividad corporal. Juego 3: "Ritmos y señales corporales" Objetivo: Reconocer y expresar las señales físicas que surgen durante la actividad física y su relación con el ritmo cardíaco y la respiración. Cómo jugar: Con música, los estudiantes realizan movimientos variados (saltos, desplazamientos) y luego describen cómo se sienten físicamente (respiración, ritmo cardíaco, sudoración). Se realiza una reflexión grupal sobre la importancia del calentamiento corporal y mental antes de las actividades. Se promueve la conciencia corporal y la autoobservación para cuidar la salud.	Se ubican en parejas Se ubican en relación a la dinámica sugerida Se agrupan en un círculo para iniciar el diálogo lúdico	Platillos Silbato Espacio amplio y despejado	
Cierre	Relajación y estiramientos Los estudiantes realizan ejercicios suaves de estiramiento y técnicas de respiración profunda al ritmo de música relajante, favoreciendo la recuperación muscular y previniendo molestias físicas. Reflexión colectiva Se realiza un diálogo grupal donde los estudiantes comparten sus experiencias y avances en la expresión corporal y coordinación con la música. El docente destaca la importancia	Se ubican en media luna	Agua y jabón	18'



	de la comunicación efectiva y la escucha activa durante las actividades lúdicas. Refuerzo de valores Se promueven valores esenciales como el trabajo en equipo, el respeto mutuo, la empatía y la colaboración constante, reconociendo como estos contribuyen a un mejor desempeño y convivencia durante el juego. Cierre y cuidado personal Para finalizar, se invita a los estudiantes a cuidar su bienestar con un recordatorio afectuoso: "Ahora, ¡a lavarse las manos y a hidratarse para seguir creciendo fuertes, saludables y llenos de energía para seguir disfrutando el movimiento y la música!"			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
❖ Expresa ideas y emociones mediante movimientos corporales coordinados con distintos ritmos y tipos de música, mostrando creatividad y sincronía con el ritmo musical. ❖ Utiliza adecuadamente elementos complementarios (pañuelos, pelotas, cintas) para potenciar la expresión corporal y enriquecer las actividades rítmicas y de movimiento. ❖ Explica con claridad la importancia del calentamiento físico y mental previo a las actividades lúdicas, renunciando su papel en la prevención de lesiones y la mejora del rendimiento. ❖ Identifica y describe correctamente los signos físicos como aumento del ritmo cardíaco, respiración acelerada y sudoración durante la práctica de juegos, evidenciando conciencia y autoconocimiento corporal.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral.

Rev.latinam.cienc.soc.niñez juv, 9(2), 739-760.

<http://ojs.unmaizales.edu.co/publicaciones/campus/cinde/index.html>

AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.

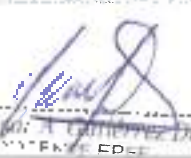
Pachas (2024) Pasa halón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M81DCTU-Bh0>

Prieto Bascon, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.

https://archivos.esi.es/archivos/andaluza-ensenanza/revistas/esies/revista.pdf?Numero_57_MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_III.pdf

Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'farri, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.2321>


Profesora de la I.E.


Docente de Práctica
UNA - PUNO


Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA – ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 1

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	I	Grado/Sección	1° "A"	Fecha	28/04/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma		
Tiempo	90 minutos	Profesor Practicante	Erick José Canduri Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Exploramos el movimiento ;Descubre el poder de tu cuerpo en acción!"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN			EVALUACIÓN	
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable	Comprende su cuerpo Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	1.1.2 Se orienta en el espacio y tiempo, estableciendo relación a sí mismo y a otros puntos de referencia; reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permitan la participación en el juego sin afectar su desempeño.	Demuestra orientación en el espacio y tiempo, relacionándose consigo mismo y con otros, y utiliza diferentes bases de sustentación para mantener el equilibrio en juegos y actividades físicas. Reconoce y practica hábitos de cuidado personal como el aseo y la vestimenta adecuada, adoptando posturas correctas que favorecen su participación activa y segura en actividades lúdicas. Participa en juegos y movimientos corporales, mostrando control y conciencia de sus posibilidades motrices para mejorar su equilibrio y coordinación en el entorno escolar.	- Demuestra habilidad para ubicarse en el espacio y tiempo durante actividades, identificando puntos de referencia y manteniendo el equilibrio con diferentes bases de sustentación. - Practica hábitos de cuidado personal manteniendo higiene y vestimenta adecuada para la actividad física, mostrando conciencia sobre la importancia de estos cuidados. Adopta posturas corporales correctas que favorecen su desempeño y seguridad en la realización de juegos y ejercicios físicos. - Participa activamente en movimientos corporales y juegos controlando sus gestos motrices para mejorar la coordinación y el equilibrio en el entorno escolar deportivo.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Participa en actividades comunicativas con entornos virtuales compartidos, mediante el uso de diversas herramientas y medios digitales; por ejemplo, en la participación en videoconferencias.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
VALORES. Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y concertación				



Enfoque inclusivo o de atención a la diversidad	ACTITUDES: Los estudiantes practican la empatía al apoyar a sus compañeros durante los juegos y actividades, mostrando comprensión y solidaridad ante sus dificultades. Además, asumen con responsabilidad el cumplimiento de las reglas propuestas y el cuidado de su bienestar, promoviendo hábitos saludables en su vida diaria. A su vez, animan a sus compañeros a superar desafíos en las actividades físicas, brindando palabras de aliento y reconociendo el esfuerzo de los demás. Lo que fortalece el trabajo en equipo y la sana convivencia.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motorias propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante se orienta adecuadamente en el espacio y tiempo durante actividades lúdicas, utiliza diversas bases de sustentación para mantener el equilibrio, adopta hábitos de cuidado personal e higiene, mantiene posturas correctas que favorecen su seguridad y participa activamente en juegos y movimientos, demostrando control y coordinación motriz.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con alegría y calidez, recordando de manera sencilla las normas de convivencia, cuidado y seguridad durante los juegos para crear un ambiente amigable y ordenado. Recomendaciones generales Se revisa que cada niño tenga la vestimenta cómoda y adecuada para moverse con libertad, y que el espacio esté libre de objetos que puedan causar accidentes. Se resalta la importancia de las actividades iniciales para preparar el cuerpo y evitar lesiones. Presentación del propósito "Hoy exploraremos cómo movernos con equilibrio y atención en diferentes juegos, aprendiendo a ubicarnos en el espacio y a cuidar nuestro cuerpo para jugar seguros y divertidos." Preguntas motivadoras ¿Cómo podemos mantener el equilibrio cuando corremos o saltamos? ¿Por qué es importante cuidarnos y mantenernos limpios para jugar mejor? ¿Qué juegos nos ayudan a conocer nuestro cuerpo y a movernos con más confianza?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	17'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para preparar el cuerpo y evitar lesiones, se inicia con una activación general que combina movimientos suaves y movilidad articular: Círculo dinámico de activación (4 minutos): Caminata activa alrededor del área de juego, incorporando cambios de ritmo y dirección para estimular la atención. Movilidad articular: Movimientos amplios y controlados de brazos, caderas, tobillos y cuello. Ejercicios de salto suave y desplazamientos laterales para activar las piernas y mejorar la coordinación motriz. Juego 1: Carrera de Equilibrio y Relevos	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre.	Halcones Casos Bastones Planchas Silbato	30'



	Objetivo: Fortalecer el equilibrio y la coordinación en desplazamientos. Cómo jugar: Se colocan diferentes bases (cercos, líneas, colchonetas) en el área de juego que los niños deben recorrer manteniendo el equilibrio (por ejemplo, caminando sobre una línea o saltando de un círculo a otro). Se forma un relevo donde cada niño completa el circuito y pasa el turno a un compañero. Se fomenta la comunicación y el trabajo en equipo para lograr el mejor tiempo. Juego 2: "Capibaras, Puma y Papas" Descripción: El docente es el Puma que caza las papas (conos). Las Capibaras (niños) intentan recoger las papas sin ser vistas. Reglas: Cuando el Puma vigila, las Capibaras deben quedarse congeladas con las manos arriba, como armostras. Si el Puma ve a una Capibara moverse, la congela hasta que otro compañero la libere tocándola. Cuando el Puma se da vuelta, las Capibaras pueden seguir recogiendo papas y llevarlas a su guarida. Objetivos: Mejorar la atención, control corporal y agilidad. Fomentar la cooperación y el respeto. Juego 3: Creación del "Mapa de Movimientos" Objetivo: Integrar el reconocimiento espacial y la creatividad motriz. Cómo jugar: En grupos pequeños, los niños diseñan un "mapa" en el área de juego usando materiales como cintas, conos o dibujos en el piso, indicando diferentes estaciones con retos motores (saltos, desplazamientos, equilibrios). Luego, cada grupo presenta su mapa y todos lo recorren, respetando las indicaciones y cuidando el espacio. Este ejercicio promueve la orientación espacial, la planificación y el respeto por el espacio propio y ajeno.		Espacio amplio y despejado	
Cierre	Realizan ejercicios de relajación y estiramientos suaves para facilitar la recuperación muscular y prevenir molestias. Se lleva a cabo una retroalimentación colectiva, resaltando los progresos en las técnicas practicadas, subrayando la importancia de la comunicación efectiva durante el juego. Se refuerzan valores esenciales como el trabajo en equipo, el respeto mutuo y la colaboración constante en las actividades. Para finalizar, se invita a los estudiantes a cuidar su bienestar con un amable recordatorio: "Ahora, ¡a lavarse las manos y a hidratarse para seguir creciendo fuertes y saludables!"	Se ubican en media luna	Agua y jabón	18'



VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
❖ Ubica con precisión su cuerpo en el espacio y tiempo durante las actividades, usando puntos de referencia y manteniendo el equilibrio con diversas bases de apoyo. ❖ Mantiene hábitos adecuados de higiene y vestimenta para la actividad física, demostrando comprensión de su importancia para la salud personal. ❖ Adopta posturas corporales correctas durante juegos y ejercicios, asegurando un desempeño seguro y eficiente. ❖ Participa de manera activa en juegos y movimientos corporales, controlando sus acciones mutuas para mejorar la coordinación y el equilibrio en el contexto escolar.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev latinoam.cienc. soc. núñez juv*, 9(2), 739-760.
<http://www.manizales.edu.co/publicaciones/tempos/index.html>
- AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8DUJULBhiQ>
- Prieto-Bascón, M. Á. (2010). Habilidades morrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984. 1-10.
<https://archivos.esit.es/archivos/andaluca.enssenanza/revistas/esesd/revista.pdf> Número 37/MIGUEL ANGELES PRIETO BASCON DE PDF
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efdv.25i266.2321>


Profesora de la I E


Mg. César A. Gutiérrez Díaz
DOCENTE ENEF
Docente de Práctica
UMA - PUNO


Estudiante de Práctica
Preprofesional



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 8

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Blanco	II	Grado/Sección	I° "C"	Fecha	27/06/23
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Candori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Jugamos y honramos nuestras raíces"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable	Se expresa corporalment e Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	2.2.2 Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse: adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.	Los estudiantes realizan movimientos como saltos, giros y desplazamientos al ritmo de música tradicional peruana, expresando emociones con entusiasmo. Representan gestos y posturas corporales que comunican alegría, orgullo o entusiasmo adoptando posturas adecuadas para mantener el equilibrio y evitar caídas. Además, demuestran prácticas básicas de cuidado personal, como el lavado de manos y el uso correcto de su vestimenta deportiva antes y después de la actividad física.	Realiza movimientos corporales (saltos, giros, desplazamientos) al ritmo de música tradicional peruana, expresando emociones con entusiasmo. Representa posturas y posturas que comunican alegría, orgullo o entusiasmo al participar en juegos lúdicos con acompañamiento musical. Adopta posturas adecuadas durante la actividad física (manteniendo equilibrio, evita caídas o movimientos bruscos). Demuestra prácticas básicas de cuidado personal antes y después de la actividad (lavado de manos, uso adecuado del vestuario deportivo).
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Define metas de aprendizaje.	Determina metas de aprendizaje viables, asociadas a sus necesidades, prioridades de aprendizaje y recursos disponibles, que le permitan lograr la tarea		
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Personaliza entornos virtuales.	Modifica un entorno virtual personalizado cuando clasifica aplicaciones y herramientas de navegación, para utilizarlo según las necesidades, el contexto y las actividades en las que participa.		
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque Intercultural	VALORES: Respeto a la identidad cultural, justicia y diálogo intercultural			
	ACTITUDES: Reconocimiento al valor de las diversas identidades culturales y relaciones de pertenencia de los estudiantes. Disposición a actuar de manera justa, respetando el derecho de todos, exigiendo sus propios derechos y reconociendo derechos a quienes les corresponde.			



Fomento de una interacción equitativa entre diversas culturas, mediante el diálogo y el respeto mutuo.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- Antes de iniciar la clase, el docente debe verificar que el espacio esté limpio y libre de obstáculos para garantizar la seguridad durante el juego y los desplazamientos. Se recomienda preparar la música Carnavallito en un dispositivo de audio con buen volumen, así como trazar previamente la rayuela con tiza o cinta en el suelo. Además, es importante confirmar que los estudiantes lleven ropa cómoda, hayan tomado agua y comprendan las normas básicas de convivencia y autocuidado, como respetar turnos, moverse con precaución y escuchar al docente.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

Los estudiantes expresan ideas y emociones mediante movimientos rítmicos y gestuales al compás de música tradicional peruana. Participan en juegos lúdicos como la rayuela respetando turnos, reglas y cuidando su cuerpo durante la actividad física, demostrando alegría, coordinación y actitudes de respeto hacia los demás.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación: El docente recibe con entusiasmo a los estudiantes, iniciando una ronda de palmos siguiendo distintos ritmos (rápido lento, fuerte suave). Luego, canta o tararea una melodía breve inspirada en su localidad (por ejemplo, una tonada de huayno, carnaval o saya típica del lugar). Invita a los niños a formar un gran círculo y moverse libremente al compás de una música instrumental suave, explorando con el cuerpo cómo se siente vivir en la tierra que los vio nacer. Recomendaciones generales: El docente recuerda que en el movimiento también hay cuidado: "Nos movemos con alegría, pero sin empujarnos, sin correr de golpe, escuchando bien a los demás." Se verifica que lleven ropa cómoda, hayan tomado agua y estén atentos para disfrutar la clase con seguridad. Presentación del propósito: "Hoy vamos a usar nuestro cuerpo para jugar y expresar el orgullo de haber nacido en esta tierra. Vamos a movernos con ritmo, con emoción, y compartir lo que sentimos cuando recordamos nuestras costumbres, nuestras fiestas y cómo se vive aquí." Preguntas motivadoras: "¿Qué te hace sentir feliz de vivir en esta tierra?" "¿Qué sonidos o ritmos recuerdas de una fiesta en tu barrio?"	Se organiza al grupo en media luna y círculo.	Registro audio Silbato Reproductor de audio	7'
Desarrollo	Activación corporal rítmica: "Yo quiero ser" Los estudiantes se ubican en semicírculo y siguen al docente en una secuencia guiada de movimientos al ritmo de una música, para activar el cuerpo: Movimientos suaves de cabeza, hombros, brazos, cadera y piernas. Saltos pequeños en el lugar al ritmo de la melodía. Estiramientos con frases motivadoras: "Yo quiero ser ingeniero; "Yo quiero ser futbolista por mi Perú; "Yo quiero ser doctor; Ritmo musical: Musivograma Carnavallito Usaremos la canción "Carnavallito", un ritmo tradicional andino alegre y muy fácil de seguir, ideal	Se ubican en media luna	Reproductor de audio Espacio amplio y seguro Chalk, tiza o cinta adhesiva Flejes o fichas pequeñas	30'



	para que los niños se muevan libremente con el cuerpo. Su estructura musical es sencilla. Durante la actividad, los estudiantes escucharán la canción y seguirán el ritmo con movimientos corporales, como: Palmadas y pasos al ritmo base Salitos o giros en las partes rápidas. Movimientos de brazos al compás. El objetivo es que los niños sientan la música del Perú en su cuerpo, coordinando movimientos rítmicos con alegría y seguridad, sin necesidad de objetos. Juego infantil “La rayuela” La rayuela es un juego ancestral que se juega trazando en el suelo una figura con casillas numeradas (del 1 al 8 o al 10) en forma de cruz o escalera. Los estudiantes lanzan una piedra o ficha (llamada tejo) que debe caer dentro de la casilla correspondiente sin tocar las líneas. Luego, deben recorrer el camino saltando en un solo pie (en casillas individuales) o con ambos pies (en casillas dobles), recogiendo el tejo sin perder el equilibrio ni pisar fuera del trazo. El objetivo es completar todo el recorrido respetando las reglas y turnos. Este juego desarrolla el equilibrio, la coordinación, la concentración y el respeto por las normas, fortaleciendo también el vínculo con las costumbres de la comunidad.	Se ubican en media luna		
Cierre	Relajación y estiramientos: El docente guía una breve secuencia de estiramientos suaves con música instrumental de fondo (puede ser una versión lenta de huayno o carnavalito). Los estudiantes, en círculo, realizan movimientos lentos con brazos, cuello y piernas, respirando profundo. Se acompaña cada estiramiento con frases como: “Respiro profundo... y me relajo.” “Mi cuerpo está feliz por moverse.” “Mi corazón bailó con mi tierra.” Retroalimentación colectiva: Se invita a los estudiantes a comentar cómo se sintieron durante el juego de la rayuela y al moverse con la música. El docente pregunta: – ¿Qué parte te gustó más de moverte con la música? – ¿Te fue fácil o difícil estar en la rayuela? – ¿Qué aprendiste hoy con tu cuerpo? Refuerzo de valores: El docente destaca las actitudes observadas: cooperación al respetar turnos, cuidado al moverse, alegría al participar, y orgullo por jugar como lo hacían sus padres o abuelos. Recafirma: “Hoy celebramos lo que somos, jugando con respeto, alegría y con el ritmo que vive en nuestra tierra.” Extensión y cuidado personal: Se recuerda la importancia de cuidar el cuerpo: – “Cuando juegues en casa, estírate un poco antes.” – “Bebe agua después de moverte.”	Se ubican en media luna	Agua y jabón	8'



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL



	• "Cuida cómo pisas y cómo caes, eso también es quererle." Finalmente, el docente despide con una rinda de palmas rítmicas y una frase de cierre: "Mi cuerpo se mueve con orgullo porque nació en esta tierra!"			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Coordina movimientos corporales (saltos, giros y desplazamientos) siguiendo el ritmo de la música tradicional peruana, expresando emociones con entusiasmo. - Utiliza gestos y posturas corporales para comunicar emociones como alegría, orgullo o entusiasmo durante actividades lúdicas con música. - Mantiene posturas corporales adecuadas durante la actividad física, demostrando equilibrio, control y evitando movimientos que pongan en riesgo su integridad. - Aplica prácticas básicas de cuidado personal antes y después de la sesión, como el lavado de manos y el uso correcto del vestuario deportivo.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev latinoam. cienc. soc. niñez juv*, 9(2), 739-760.

<http://www.unizanizales.edu.uy/publicaciones/campos-ende/index.html>

AkrosComunicación. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.

Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.

https://archivos.csil.es/archivos/andalucia-ensenanza/revistas-exis/sifre-ista/pdf/Numero_33/MICRIET_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf

Betancourt Betancourt, F. P., Machángara Quilca, A. D., & Gilbert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.4064/lefd.v25i266.2321>

Mendez, G. A., & Mendez, G. C. (2007). Los juegos en el currículum de e.f.(1000 juegos para desarrollo motor) (1st ed., Vol. 1). PAIDOTRIBO. https://www.libreria deportiva.com/libros/los-juegos-en-el-curriculum-de-e-f-1000-juegos-para-desarrollo-motor_7066

Musicograma Carnivalito - YouTube. (2021, February 8). <https://www.youtube.com/watch?v=17wC8KoaXto>


 Lic. Valentín Aguilar Puma
 C.E.P. N° 70673 - 50170 RLV
 Profesor de la I.E.


 Mg. César A. Gutiérrez Díaz
 DOCENTE FPEF
 Docente de Práctica
 UNA - PUNO


 Encargado Control "Inglés"
 Encargado Control "Español"
 Estudiante de Práctica
 Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 7

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70622 Suma Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	["C"]	Fecha	20/06/2025
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentin Aguilar Poma.		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Erick Insua Caudari Laque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Lo que aprendí... ¡también lo puedo mostrar!"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se expresa corporalment Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	1.2.1 Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro, que lo ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse, adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos; acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.	Se comunica eficientemente usando su lenguaje corporal, verbal y sonoro para expresar sus ideas y emociones con seguridad y confianza. Asimismo, demuestra el cuidado personal al mantener prácticas adecuadas de aseo y vestimenta, lo cual contribuye a su participación efectiva y cómoda en las actividades físicas. Además, adopta posturas corporales correctas que favorecen su desempeño tanto en los juegos como en situaciones cotidianas. Finalmente, participa activamente en juegos cooperativos y de oposición, mostrando respeto hacia sus compañeros y colaborando para llegar a consensos sobre las reglas que regulan el juego.	Utiliza su lenguaje corporal, verbal y sonoro para expresar ideas y emociones con seguridad y confianza. Aplica prácticas de cuidado personal, como aseo y vestimenta adecuada, que facilitan su participación efectiva en las actividades. Adopta posturas corporales correctas que favorecen su desempeño en actividades lúdicas y cotidianas. Participa activamente en juegos cooperativos y de oposición, respetando a sus compañeros y alcanzando acuerdos sobre las reglas de juego.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta.			
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones u posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo. El estudiante hace uso de un presentador visual.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES Conciencia de derechos y libertad.			
	ACTITUDES Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito público y privado.			



Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente dispone el espacio del patio de forma segura y atractiva, favoreciendo un desarrollo dinámico y ordenado de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales considerando las características físicas y necesidades individuales de los niños, respaldando su planificación en conocimientos actualizados sobre las habilidades motrices propias de esta etapa del desarrollo infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante demostrará cómo integra y aplica las habilidades motrices y sociales adquiridas en la práctica de gimnasia. Resolverá situaciones motrices de manera autónoma, utilizando su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicarse con seguridad y confianza, consolidando así su sentido de pertenencia y aceptación en el espacio de juego. Participará activamente en juegos cooperativos y de oposición, mostrando respeto hacia sus compañeros y oponentes, y alcanzando acuerdos que fomentan el trabajo en equipo. Además, expresará sus emociones y sentimientos a través del cuerpo durante las actividades, transformando el aprendizaje en experiencias vividas que fortalecen la cooperación y la resolución pacífica de conflictos.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con energía y calidez, fomentando un ambiente positivo y receptivo donde se valoran los avances individuales y colectivos alcanzados a lo largo de la unidad. Se promueve una reflexión profunda sobre el aprendizaje integrado, haciendo énfasis en la conexión armónica entre mente y cuerpo. Para centrar la atención y preparar el organismo para la actividad física, se inicia con una actividad breve de respiración consciente y relajación muscular que invita a la calma y al enfoque. Recomendaciones generales Vestimenta y espacio: Se realiza una revisión cuidadosa para asegurar que cada estudiante lleve ropa cómoda y calzado adecuado que permita libertad y seguridad en sus movimientos. Se verifica que el espacio de práctica esté ordenado, despejado y seguro, optimizando las condiciones para un desempeño óptimo y sin riesgos. Preparación corporal: Los estudiantes ejecutan una serie de estiramientos y movilizaciones articulares suaves y progresivos, con especial atención en la alineación postural y el control corporal, preparando así los músculos y articulaciones para la práctica de gimnasia avanzada. Presentación del propósito "En esta semana culminante de nuestra unidad, pondremos en práctica y celebraremos todo lo aprendido. Usaremos el movimiento para exhibir nuestra coordinación, capacidad expresiva y espíritu de colaboración. Además, reafirmaremos nuestro compromiso con el cuidado integral de la salud física y emocional." Preguntas motivadoras ¿Qué postura o técnica emplearás para demostrar tu equilibrio y control con precisión durante los ejercicios?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	7'



	¿Cómo crees que la adecuada hidratación influye en tu energía y rendimiento físico durante la sesión? ¿Qué estrategias motrices puedes implementar para sincronizar tus movimientos con los de tus compañeros y potenciar el trabajo en equipo?			
Desarrollo	¡Activa tu cuerpo, despierta tu energía! Para comenzar, realizamos un circuito dinámico especialmente diseñado para activar las articulaciones y preparar cada músculo para las actividades que vienen. Los estudiantes practican desplazamientos controlados caminatas de puntillas y talones—, seguidos por giros lentos y conscientes de muñecas, tobillos y cuello. Cerramos con saltes suaves y desplazamientos en zigzag que desafían el equilibrio y afinan la coordinación motriz, asegurando una base sólida para el resto de la sesión. Actividad 1: “Equilibrio en acción: ¡Muévete con precisión!” Los estudiantes ponen a prueba su dominio corporal mostrando las posturas y movimientos gimnásticos aprendidos durante la unidad. En parejas, cada niño realiza una secuencia corta y creativa de equilibrio y gimnasia a mano libre, mientras su compañero observa atentamente y brinda retroalimentación positiva y constructiva. Posteriormente, intercambian roles para que ambos desarrollen habilidades de ejecución y análisis. Se potencia el control del cuerpo y la expresión corporal como un lenguaje vivo que comunica seguridad y creatividad. Actividad 2: “Relevos de destreza: rodando y equilibrando” Divididos en equipos, los niños participan en un desafío emocionante combinando rodamiento hacia adelante y atrás con paradas de cabeza, apoyados por el docente o una pared para garantizar la seguridad. Cada integrante debe completar su turno con movimientos precisos, seguros y controlados. Esta dinámica torture la concentración, la confianza y el trabajo en equipo, fomentando la superación personal y colectiva. Actividad 3: “Ritmos en movimiento: danza y coordinación grupal” Para culminar, con música vibrante y contagiosa, se lleva a cabo una actividad grupal donde los niños sincronizan movimientos rítmicos que incluyen saltos, giros y desplazamientos libres. Esta experiencia fortalece la cooperación para mantener el ritmo, impulsa la coordinación colectiva y celebra los logros adquiridos a lo largo de la unidad, transformando el aprendizaje en una experiencia de alegría y conexión.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre Se ubican en parejas Se agrupan en dos equipos Se ubican en la figura idónea que elijan con el docente	Cochonetas Conos o cintas Manillas Espacio amplio y despejado Líquido de sonido	30'
Cierre	Relajación profunda: conecta y libera Para cerrar la sesión, los estudiantes realizan estiramientos suaves y controlados que promueven la flexibilidad y la relajación muscular. Ejercitan la elongación de brazos, piernas y cuello, acompañados de respiraciones profundas y conscientes que facilitan la liberación de tensiones y mejoran la	Se ubican en media luna	Agua y jabón	8'



	circulación sanguínea, preparando el cuerpo para el descanso. Retroalimentación en círculo: Aprendemos juntos. Reunidos en círculo, los niños comparten sus sensaciones, reflexionan sobre las habilidades que fortalecieron y cuentan cómo enfrentaron los retos durante la unidad. El docente fomenta un espacio de reflexión y diálogo, subrayando la importancia de la cooperación y el cuidado personal como pilares para el desarrollo integral. Refuerzo de valores: La base de nuestro crecimiento Se destacan valores esenciales para el crecimiento físico y social, tales como: Responsabilidad: Reconocer y respetar las señales del propio cuerpo y sus límites. Colaboración: Trabajar en equipo, apoyándose mutuamente para alcanzar objetivos comunes. Empatía: Valorar y reconocer los esfuerzos y logros de los compañeros, fortaleciendo lazos de respeto y apoyo. Extensión y cuidado personal: Hábitos para toda la vida Para concluir, el docente recuerda la importancia de mantener hábitos saludables fuera del aula, invitando a los estudiantes a reforzar la higiene personal, mantenerse bien hidratados y conservar una postura adecuada en su vida diaria, promoviendo así el bienestar y el progreso continuo en su desarrollo físico y emocional.			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Utiliza gestos, expresiones faciales y sonidos para comunicar emociones e ideas con seguridad durante la práctica de gimnasia. - Mantiene hábitos adecuados de higiene y viste ropa apropiada que permite moverse con libertad y seguridad durante las actividades gimnásticas. - Mantiene posturas corporales correctas y alineadas que optimizan su desempeño y previenen lesiones en ejercicios y juegos de gimnasia. - Participa de manera respetuosa y colaborativa en juegos cooperativos y de oposición, respetando las reglas y facilitando acuerdos con sus compañeros durante la práctica gimnástica.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral.

Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv., 9(2), 739-760.

<http://www.unizanahed.edu.co/juizagradeunescampus/index.htm>

Akros Comunicación. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.

Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas. 1984, 1-10.

https://archivos.ces.es/archivos/andaluca/enseanza/revistas/ciesi/revista.pdf?numeri=32/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf

Betancourt Belancourt, F. V., Muchúgara Quilca, A. D., & Gilbert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecciones: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.16913/lecciones.25.266.121>

Mendez, G. A., & Mendez, G. C. (2007). Los juegos en el currículum de e.f. (1000 juegos para desarrollo motor) (1st ed., Vol. 1). PAIDOTRIBO. https://www.libreria deportiva.com/brevlos-juegos-en-el-curriculum-de-g-a-1000-juegos-para-desarrollo-motor_7066



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL



Profesor de la I.E.



My. C.A. Dr. A. Amador Díaz

DOCENTE EPEF

Docente de Práctica

UNA PUNO



Practicante de Práctica Preprofesional

Estudiante de Práctica Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA – ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 6

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	I - "C"		Fecha 13/06/2025
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentin Agudal Puma.		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Trick Josué Condori Luyque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Me muevo con confianza y cuido mi cuerpo al moverme"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Se expresa corporalmente	1.2.1 Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro, que lo ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado.	Demuestran su capacidad para resolver situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, como gestos, contacto visual, y actitud corporal, lo que les permite sentirse seguros, confiados y aceptados en el espacio de juego. Además, participan activamente en juegos cooperativos y de oposición, tanto en parejas como en pequeños grupos mostrando una actitud de respeto hacia sus compañeros y oponentes. A través de estos juegos, los estudiantes aprenden a llegar a consensos sobre la manera de jugar, promoviendo la colaboración, el trabajo en equipo y la resolución pacífica de conflictos.	Resuelve situaciones motrices utilizando su lenguaje corporal (gestos, contacto visual, actitud corporal) y verbal, lo que le permite moverse con seguridad y confianza. Participa activamente en juegos cooperativos y de oposición, demostrando capacidad para llegar a consensos y respetar las reglas del juego, aceptando a los oponentes como compañeros de juego. Utiliza su lenguaje corporal y sonoro para expresar emociones y sentimientos durante la actividad física, lo que refuerza su confianza y aceptación dentro del grupo. Se involucra en actividades en parejas o grupos pequeños, utilizando sus habilidades motrices y socioemocionales para fomentar la cooperación, el trabajo en equipo y la resolución pacífica de conflictos.
Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos, acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar.		
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta.			
Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respaldan sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo: El estudiante hace uso de un presentador visual.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque Inclusivo a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos y libertad ACTITUDES: Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito público y privado. Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad.			



IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motrices propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante abordará situaciones motrices de forma independiente, empleando su lenguaje corporal, verbal y sonoro, lo que le proporcionará seguridad, confianza y aceptación en el entorno de juego. Participará con entusiasmo en juegos cooperativos y competitivos, demostrando respeto por sus compañeros y oponentes, y alcanzando acuerdos sobre cómo se debe jugar. Asimismo, manifestará sus emociones y sentimientos a través de su cuerpo durante las actividades, favoreciendo la cooperación, el trabajo en equipo y la resolución armoniosa de conflictos.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con entusiasmo, creando un ambiente acogedor y destacando la importancia de la concentración y el trabajo en equipo. Se enfatiza la relación entre la mente y el cuerpo, iniciando con una breve actividad de calentamiento para preparar a los estudiantes para la práctica de gimnasia. Recomendaciones generales Vestimenta y espacio: El docente verifica que los estudiantes lleven ropa cómoda y calzado adecuado, y que el área esté organizada, sin obstáculos, para garantizar seguridad durante los ejercicios de gimnasia. Preparación corporal: Antes de empezar, los estudiantes realizan ejercicios de estiramiento y movilidad articular suaves, enfocándose en la alineación corporal y la activación de los músculos. Presentación del propósito "Hoy, en nuestra clase de gimnasia, exploraremos cómo utilizar el movimiento y las posturas para mejorar nuestra coordinación, fortalecer nuestro cuerpo y aprender a trabajar en equipo, mientras aplicamos buenos hábitos físicos." Preguntas motivadoras ¿Qué postura crees que te ayudará a mantener el equilibrio al hacer el rodamiento? ¿Por qué es importante estar bien hidratado antes de realizar ejercicios de gimnasia? ¿Cómo puedes usar tus movimientos para ayudar a tus compañeros a seguir el ritmo durante las actividades?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Símbolo	7'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para acondicionar el cuerpo y prevenir lesiones, se inicia con un circuito que favorece la movilidad articular, activación motriz y desplazamientos suaves: Círculo dinámico de activación: Desplazamientos controlados: Caminatas suaves de puntillas y talones, prestando atención a la postura y alineación.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre.	Colchonetas, Cones o cintas	30'



Movilidad articular: Giros lentos de muñecas, tobillos y cuello, seguidos de movimientos amplios de cadera. Activación motriz: Saltos suaves y desplazamientos en zigzag, manteniendo el equilibrio Juego 1: "Ritmos con el cuerpo" Objetivo: Desarrollar coordinación y conciencia corporal a través de movimientos sincronizados con música. Cómo se realiza: Los niños escuchan una canción con ritmo marcado y deben seguir los movimientos que el docente indique, como saltar, aplaudir, girar o hacer movimientos de brazos y piernas al ritmo de la música. El docente puede aumentar la complejidad de los movimientos a medida que los niños dominan los básicos, añadiendo variaciones en los pasos o desafiando a los niños a inventar sus propios movimientos mientras siguen el ritmo. El desafío es mantener la sincronización con la música, mejorando el control corporal y el sentido del ritmo. Juego 2: "Giros musicales en pareja" Objetivo: Desarrollar equilibrio y coordinación mientras se sigue el ritmo musical en pareja. Cómo se realiza: Los niños se colocan en parejas y deben realizar giros o movimientos de balancín mientras siguen el ritmo de la música. Cuando la música se detiene, las parejas deben mantener una postura estática (como el equilibrio sobre una pierna o postura de "puente"). El desafío es realizar los giros y movimientos de manera controlada, sin perder el equilibrio, y sincronizarse perfectamente con su compañero. Actividad 1: "Rodamientos avanzados" Objetivo: Mejorar la coordinación, la flexibilidad y la seguridad al practicar el rodamiento hacia adelante y hacia atrás. Cómo se realiza: Los niños practican rodar hacia adelante en la colchoneta llevando la barbilla al pecho y moviendo el cuerpo hacia adelante de forma controlada. Luego, intentan rodar hacia atrás, asegurándose de usar las manos para proteger la cabeza y controlar el movimiento. A medida que avanzan, los niños incorporan rodamientos más complejos, como rodar hacia un lado o hacer un "salto rodante", enfatizando siempre la alineación y la seguridad. El docente supervisa y corrige para evitar lesiones. Actividad 2: "Pararse de cabeza de forma segura" Objetivo: Desarrollar fuerza, equilibrio y control al practicar el pararse de cabeza de manera progresiva y controlada. Cómo se realiza:	Se desplazan con libertad Se ubican en parejas Se ubican en columnas en relación al número de colchonetas	Espacio amplio y despejado Equipo de sonido	



	Los niños practican primero desde una posición de cuclillas. Luego colocan las manos en el suelo para intentar el pararse de cabeza. Se les guía para mantener la postura correctamente, usando el apoyo de la pared o de compañeros para mejorar la alineación y evitar caídas. El docente supervisa el uso adecuado de los hombros y el cuello para equilibrarse correctamente. Los niños realizan el ejercicio en series cortas, asegurándose de realizar los movimientos de manera fluida y sin riesgo.	Se ubican en columnas en relación al número de colchonetas		
Cierre	Cierre y reflexión final Al finalizar la sesión, los estudiantes realizan estiramientos suaves y controlados, concentrándose en la flexibilidad y relajación muscular. El docente guía respiraciones profundas mientras se realizan estiramientos de piernas, hombros y tobillos, promoviendo la circulación y aliviando cualquier tensión acumulada. Retroalimentación colectiva En círculo, los niños comparten sus experiencias sobre las actividades realizadas. Discuten cómo se sintieron durante los ejercicios, qué estrategias utilizaron para lograr sus objetivos y cómo trabajaron en equipo. El docente resalta la importancia de la cooperación y el autocuidado, celebrando los logros alcanzados durante la sesión. Refuerzo de valores Se destacan valores importantes como la responsabilidad, la colaboración y la empatía, que son esenciales para el desarrollo físico y social de los estudiantes. El docente fomenta el respeto hacia el cuerpo propio y el de los demás, así como el trabajo en conjunto para superar desafíos y lograr metas comunes. Cuidado personal El docente finaliza con un mensaje recordando a los estudiantes la importancia de mantener hábitos saludables: "Recuerden lavarse bien las manos, hidratarse y mantener una postura adecuada durante todo el día para cuidar su cuerpo y seguir mejorando en las actividades físicas".	Se ubican en media luna	Agua y jabón	8'

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Demuestra seguridad y confianza al realizar movimientos motrices como el rodamiento y el pararse de cabeza, utilizando su lenguaje corporal (gestos, postura y contacto visual) para mantenerse equilibrado. - Participa activamente en juegos de relevos y actividades de equilibrio, respetando las reglas del juego y trabajando en equipo para lograr los objetivos comunes. - Expresa emociones y sentimientos a través de su lenguaje corporal y sonoro mientras realiza las actividades físicas, como el rodamiento y el pararse de cabeza, reforzando su confianza y aceptación dentro del grupo. - Se involucra en actividades de pareja o grupos pequeños, utilizando sus habilidades motrices y socioemocionales para fomentar la cooperación, el trabajo en equipo y la resolución de desafíos durante las actividades físicas.	Observación directa	Lista de cotejo



VIII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev.latinoam.cienc.soc.niñez juv.* 9(2). 739-760.

http://www.umamizales.edu.co/publicaciones/campus_cirulo/index.html

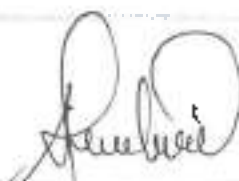
AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.

Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8LBUU-BEQ>

Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*. 1984. 1-10.

https://archivos.esit.es/archivos/andaluces/seniora/revistas/esiesif/revista.pdf Numero_37.MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf

Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecciones: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.232>


Profesor de la I.E


Mg. César A. Gutiérrez Díaz
DOCENTE EPFT
UNA - PUNO
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Escuela Profesional de Educación Física
UNA - PUNO
Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 5

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	I - "C"	Fecha	06/06/2025
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentín Aguilar Puma		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Condori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"En gimnasia, juntos nos movemos, juntos ganamos"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Assume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse: adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño. 3.1.1 Participa en juegos cooperativos y de oposición en parejas y pequeños grupos: acepta al oponente como compañero de juego y llega a consensos sobre la manera de jugar	Demuestran su capacidad para adoptar hábitos de higiene y mantener posturas adecuadas mientras realizan actividades físicas. A través de estiramientos y movimientos controlados los niños aprenden a cuidar su cuerpo, evitando lesiones y promoviendo un desempeño óptimo en las actividades. Además, refuerzan la importancia de una vestimenta cómoda y adecuada para facilitar el movimiento durante los ejercicios. Interactúan cooperativamente en juegos de equilibrio, aplicando habilidades motrices y trabajando en equipo esta actividad fomenta la comunicación, coordinación y el desarrollo físico y socioemocional.	Mantiene hábitos de higiene adecuados antes y después de la actividad física. Conserva una postura correcta y alineada durante los ejercicios y estiramientos. Interactúa de manera respetuosa y colaborativa con sus compañeros durante las actividades grupales. Aplica correctamente las habilidades motrices necesarias para realizar movimientos de equilibrio con coordinación y control corporal
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. Ejemplo: El estudiante hace uso de un presentador visual.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Actitudes observables			
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos y libertad. ACTITUDES: Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito público y privado. Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad.			

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?



- El docente organiza el espacio del patio de forma segura y estimulante, promoviendo un ambiente adecuado para la realización de juegos y actividades lúdicas. Al preparar los materiales, considera las características físicas y las necesidades de los niños, basando su planificación en conocimientos recientes sobre las habilidades motrices correspondientes a esta etapa de desarrollo.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante abordará de forma independiente situaciones motrices en gimnasia, utilizando gestos, posturas y comunicación verbal para expresar emociones y mensajes con confianza. Además, adoptará hábitos esenciales de higiene y vestimenta apropiados, y mantendrá una postura corporal adecuada que le permita participar activamente y proteger su bienestar durante las actividades.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con entusiasmo, crea un ambiente relajado y destaca la importancia de ciertos valores y actitudes para la sesión. Se enfatiza la conexión entre cuerpo y mente, iniciando con una actividad que prepare a los estudiantes para la actividad física. Recomendaciones generales Vestimenta y espacio: Se asegura de que los estudiantes lleven ropa adecuada, calzado correcto y estén preparados físicamente. También revisa que el área de práctica esté limpia y libre de peligros. Preparación corporal Antes de iniciar, se realizan ejercicios ligeros para activar el cuerpo y mejorar la flexibilidad, asegurándose de que la postura sea correcta en todo momento. Presentación del propósito "Hoy, en nuestra sesión, vamos a explorar cómo usar el movimiento para mejorar nuestra coordinación, fortalecer el trabajo en equipo y aplicar buenos hábitos durante la actividad física." Preguntas motivadoras ¿Cómo te sentirías más estable al realizar un ejercicio de equilibrio? ¿Por qué es importante estar bien hidratado antes de comenzar una actividad física? ¿De qué manera tus movimientos pueden ayudar a tus compañeros a seguir el ritmo de la actividad?	Los estudiantes estarán sentados en media luna	Registro auxiliar Silbato Ropa cómoda Calzado adecuado	7'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para acondicionar el cuerpo y prevenir lesiones, se inicia con un circuito que favorece la movilidad articular, activación nutriz y desplazamientos suaves. Círculo dinámico de activación: Desplazamientos controlados: Caminatas suaves de puntillas y talones, manteniendo la postura erguida y la alineación del cuerpo. Movilidad articular: Giros lentos de muñecas, hombros y cuello, seguidos de movimientos de cadera en círculos amplios. Activación nutriz: Saltos suaves y desplazamientos en zigzag, asegurando que el cuerpo mantenga el equilibrio y control en cada paso. Juego 1: "Tutifruti" Objetivo: Mejorar la rapidez de reacción, la coordinación, la atención y la memoria motriz. Cómo se realiza:	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre.	Balón de volei Colchonetas Conos o cintas Espacio amplio y despejado	30'



	Cada niño elige una fruta de su elección y cuando un niño lanza la pelota diciendo el nombre de una fruta en voz alta, el niño que haya elegido esa fruta debe correr hacia la pelota. Al atraparla, debe decir "¡Stop!" y los demás deben quedarse congelados. Luego, el niño que atrapó la pelota cuenta los pasos en función al número de sílabas de su fruta (por ejemplo, "manzana" tiene 3 sílabas, por lo que dará tres pasos). Posteriormente, lanza la pelota hacia uno de sus compañeros para intentar quitarle una vida. Cada niño comienza con 5 vidas, y el juego continúa hasta que solo quede uno con vida. Actividad 2: "Ahora practicamos el rodamiento" Objetivo: Iniciar a los niños en el rodamiento hacia adelante y hacia atrás, asegurando su coordinación y confianza en los movimientos. Cómo se realiza: Los niños practican rodar hacia adelante en la colchoneta, llevando la barbilla al pecho y moviendo el cuerpo hacia adelante de forma controlada. Luego, los niños intentan rodar hacia atrás, asegurándose de usar las manos para proteger la cabeza y controlar el movimiento. El docente guía a los niños para realizar el rodamiento de manera lenta y controlada, asegurándose de que mantengan una alineación segura en todo momento. Al finalizar, los estudiantes deben sentirse cómodos realizando el rodamiento de manera fluida y segura.	Los estudiantes estarán en el área de práctica, moviéndose libremente en relación al juego Se ubican en columnas en referencia al número de colchonetas		
Cierre	Relajación y estiramientos Los estudiantes realizan ejercicios de estiramiento suaves y controlados, enfocándose en la flexibilidad y relajación muscular. Cada estiramiento se acompaña de respiraciones profundas para aliviar la tensión y asegurar el bienestar general. Retroalimentación colectiva En círculo, los niños comparten cómo se sintieron durante las actividades, qué estrategias usaron para superar desafíos y cómo trabajaron en equipo. El docente fomenta la reflexión sobre la importancia del trabajo en grupo y la autoobservación. Reforzo de valores Se destacan valores esenciales para el desarrollo físico y social, como el respeto hacia el propio cuerpo, la cooperación con los compañeros y la empatía durante las actividades. Cierre y cuidado personal Para finalizar, se invita a los estudiantes a mantener hábitos saludables, como la higiene y la hidratación, y a recordar la importancia de mantener una postura correcta en su vida diaria.	Se ubican en media luna	Agua y jabón	8'

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Mantiene prácticas de higiene personal como el lavado de manos y el uso de vestimenta adecuada antes y después de la actividad física. - Conserva una postura correcta y alineada en todo momento durante los ejercicios, estiramientos y movimientos, evitando posiciones que puedan generar incomodidad o lesiones.	Observación directa	Lista de cotejo



- Participa de manera respetuosa y colaborativa en actividades grupales, siguiendo las reglas del juego, apoyando a los compañeros y respetando los turnos y ritmos de los demás. - Realiza movimientos de equilibrio con control corporal, demostrando coordinación al mantener la postura y ajustar el cuerpo según sea necesario para mantener la estabilidad.		

VIII. BIBLIOGRAFÍA

Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral
Rev latinoam. cienc soc hñez juv, 9(2), 739-760

https://www.organizales.edu.co/publicaciones/campos_cande_index.html

AkrosComunicación. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender

Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube https://www.youtube.com/watch?v=M8J0CH_HhiQ

Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas. 1984, 1-10.

https://archivos.csif.es/archivos/andalucia_enseñanza_revistas/csifcsif/revistas/pdf/Numero_37/MARÍA-ÁNGEL PRIETO BASCON_01.pdf

Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quileca, A. D., & Gibert O'farrell, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97 <https://doi.org/10.46642/efdx.25i266.2321>


Profesor de la FE


Ma. César A. Gutiérrez Díaz
DOCENTE FEPEI
UNA - PUNO
Docente de Práctica
UNA - PUNO



Escuela Profesional de Educación Física
UNA - PUNO
Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 4

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	II	Grado/Sección	1 ^{er} "C"	Fecha	30/05/2025
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentín Aguilar Peña.		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Frick Josué Córdova Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Sentir en movimiento: Mi cuerpo habla lo que mi voz calla"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable	Se expresa corporalmente Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	1.2.1 Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gesto, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.); verbal y sonoro, que lo ayudan a sentirse seguro, confiado y aceptado. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al asearse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.	*Resuelve situaciones motrices utilizando su lenguaje corporal (gestos, contacto visual, actitud y apariencia), así como su comunicación verbal y sonora, para expresar emociones y mensajes con seguridad y confianza. Además, adopta posturas corporales adecuadas durante las actividades lúdicas y en su vida cotidiana, lo que le permite participar activamente sin afectar su desempeño. Incorpora, asimismo, hábitos básicos de cuidado personal, como la higiene y la vestimenta apropiada, que favorecen su bienestar y optimizan su rendimiento en el juego y en las actividades físicas.*	Expresa emociones y mensajes mediante gestos, posturas, contacto visual y sonidos, mostrando seguridad y confianza en sus movimientos. Utiliza adecuadamente su lenguaje corporal y verbal para comunicarse y sentirse aceptado durante las actividades motrices. Adopta posturas corporales correctas que favorecen su participación activa y segura en juegos y ejercicios. Aplica prácticas básicas de cuidado personal (aseo y vestimenta adecuada) antes y durante las actividades físicas, asegurando un desempeño óptimo.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Construye objetos virtuales a partir de información seleccionada de diversas fuentes y materiales digitales que respalden sus opiniones o posturas en los diversos trabajos que realiza. (Ejemplo: El estudiante hace uso de un presentador visual).			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos y libertad. ACTITUDES: Disposición a conocer, reconocer y valorar los derechos individuales y colectivos que tenemos las personas en el ámbito público y privado.			



Disposición a elegir de manera voluntaria y responsable la propia forma de actuar dentro de una sociedad.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- "El docente organiza el espacio del patio de manera segura y estimulante, favoreciendo el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales considerando las características físicas y las necesidades específicas de los niños, y fundamenta su planificación en conocimientos actualizados sobre las habilidades motrices propias de esta etapa infantil. Para ello, se propone esta actividad de 'mini gimnasia' que integra movimiento y diversión de forma adecuada."

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante resolverá situaciones motrices en gimnasia de manera autónoma, expresando sus emociones y mensajes a través de gestos, posturas y comunicación verbal con seguridad. Adeptará hábitos básicos de higiene y vestimenta adecuados, manteniendo posturas corporales correctas que le permitan participar activamente y cuidar su bienestar durante las actividades.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y Ambientación: El docente recibe a los estudiantes con entusiasmo y crea un ambiente de confianza, destacando la importancia del respeto mutuo, el cuidado y el juego limpio. Se enfatiza cómo el lenguaje corporal es una herramienta esencial para expresar emociones durante la gimnasia, iniciando el calentamiento y preparando tanto la mente como el cuerpo para la actividad física. Recomendaciones Generales: Vestimenta y Espacio: Se asegura de que los niños usen ropa cómoda, calzado antideslizante y tengan el cabello recogido. Además, se revisa que el área de práctica esté libre de obstáculos, garantizando un entorno seguro para los ejercicios. Preparación Corporal: Antes de comenzar, los niños realizan estiramientos dinámicos para activar músculos y articulaciones, con especial atención en la alineación postural desde el primer movimiento, previniendo lesiones y asegurando un rendimiento óptimo. Presentación del Propósito: "Hoy en nuestra sesión de gimnasia, exploraremos cómo resolver desafíos motrices utilizando gestos, posturas y sonidos, mientras expresamos nuestras emociones con seguridad. Además, integraremos hábitos de higiene y adaptaremos posturas que protejan nuestro cuerpo durante la actividad física." Preguntas Motivadoras: ¿Qué gesto o postura usarías para mostrar seguridad mientras mantienes el equilibrio en la colchoneta? ¿Cómo te beneficia mantener las manos limpias y las uñas cuidadas durante los ejercicios gimnásticos?	Se organiza al grupo en media luna	Ropa cómoda y calzado antideslizante Área de práctica libre de obstáculos Silbato	7'



	¿Cómo pueden tus gestos y sonidos ayudar a que tus compañeros comprendan mejor la secuencia que estás dirigiendo?			
Desarrollo	Preparación Corporal y Movilidad: Para acondicionar el cuerpo y prevenir lesiones en la sesión de gimnasia, comenzamos con un circuito que favorece la movilidad articular, activación motriz y desplazamientos suaves: Círculo Dinámico de Activación (4 minutos): Desplazamientos controlados: Gateo de oso y pasos de cangrejo, asegurando la alineación correcta de la columna y mirando siempre al frente. Movilidad articular: Realización de círculos lentos con muñecas, hombros y tobillos, junto a balanceos de tronco en pie, sincronizados con la respiración. Activación motriz: Realización de saltos estrella moderados y desplazamientos laterales en puntas de pies, manteniendo el centro de gravedad estable. Juego 1: "La Carrera de los Animales" Objetivo: Desarrollar la coordinación motriz y la expresión corporal a través de diferentes movimientos animales. Cómo se realiza: Los niños deben imitar el movimiento de diferentes animales en un recorrido marcado en el suelo (por ejemplo, como un oso, un cangrejo, un conejo, etc.) Cada vez que el docente diga un animal, los niños deben realizar el movimiento correspondiente, cuidando su postura y alineación. Se pueden incluir actividades adicionales como correr o saltar en ciertas estaciones. Al finalizar, se refuerzan los hábitos de higiene y postura en cada movimiento realizado. Juego 2: "Gimnasia en Pareja: Estatuas de Equilibrio" Objetivo: Mejorar el equilibrio y la concentración mientras se desarrollan interacciones cooperativas entre los niños. Cómo se realiza: En parejas, uno de los niños realiza una postura de equilibrio (por ejemplo, de pie sobre una pierna) y su compañero debe intentar imitar la postura exacta. El desafío consiste en mantener la postura durante 30 segundos mientras ambos niños deben tener contacto visual y trabajar juntos para no caer.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre. Se desplazan de forma libre por un espacio referido En parejas.	Colchonetas Cintas o cintas Equipo de sonido	30'
Cierre	Relajación y Estiramientos: Los estudiantes realizan estiramientos suaves y controlados, como flexión lateral y rotaciones, con respiraciones profundas para liberar tensiones y relajar el cuerpo. Retroalimentación Colectiva: En círculo, los niños comparten cómo vivieron las actividades, qué les ayudó a mantenerse	Se ubican en media luna	Equipo de sonido	8'



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



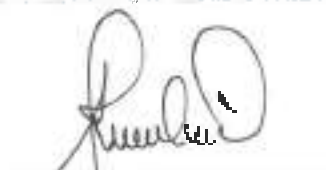
	concentrados y cómo culizararon. El docente refuerza la importancia de aprender de los demás. Refuerzo de Valores: Conciencia de derechos y libertad: Reconocer y respetar los derechos propios y ajenos, y la importancia de actuar con libertad responsable. Colaboración: Trabajar en equipo para alcanzar metas comunes. Cuidado: Respetar el espacio propio y de los demás. Cierre y Cuidado Personal: "Recuerden lavarse las manos, beber agua y mantener una buena postura para cuidar su cuerpo."			

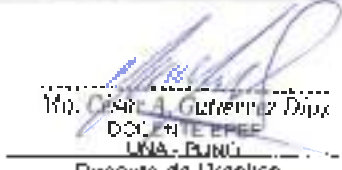
VII. EVALUACIÓN

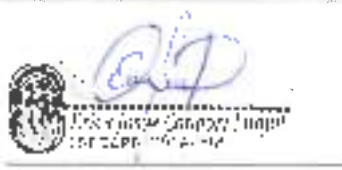
INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
- Expresa emociones mediante gestos, posturas, mirada y sonrisas, demostrando seguridad en sus movimientos. - Utiliza adecuadamente su lenguaje corporal y verbal para comunicarse y colaborar con sus compañeros durante las actividades motrices. - Mantiene posturas corporales correctas en equilibrios, saltos y transiciones, garantizando su participación segura. - Aplica hábitos de autocuidado, como higiene de manos y uso de ropa adecuada, antes y durante la clase de gimnasia.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. niños y juv.* 9(2), 739-760.
<http://www.umamizales.edu.co/publicaciones/campus/index.html>
- AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8E0C1U-Bh0Q>
- Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.
https://archivos.esif.es/archivos-andalucia-ensenanza/revistas/esifsi/revista.pdf?Numero=37.MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_III.pdf
- Betancourt Betancourt, T. F., Machángara Quilca, A. D., & Gilbert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/cfd.v25i266.2321>


Profesor de la UE


Mo. Gloria A. Gutierrez Dopy
DOCENTE EFEE
UNA - PUNO
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 3

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70523 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	1	Grado/Sección	1° "C"	Fecha	16/05/2023
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentin Aguilar Puma		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Erick Josué Candori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"¡Desafíos en movimiento! Jugamos, corremos y vencemos con cada paso"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Asume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades socio motrices	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices	2.1.1 Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica, e identifica los signos y síntomas relacionados con el ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración, que aparecen en el organismo al practicar actividades lúdicas. 3.1.2 Muestra una actitud de respeto en la práctica de actividades lúdicas y evita juegos bruscos, amenazas o apodos; acepta la participación de todos sus compañeros.	Los estudiantes explican, con sus propias palabras y mediante ejemplos vivenciales, por qué es importante realizar calentamientos físico y mental antes de jugar. Además, identifican y describen los cambios en su cuerpo tras la actividad lúdica (como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración), demostrando conciencia corporal. Durante las actividades lúdicas, los estudiantes participan con respeto, sin agredir verbal ni físicamente a sus compañeros, evitando juegos bruscos o apodos. Muestran disposición para incluir a todos los participantes, valorando la convivencia y el juego limpio.	- Explica con claridad la importancia del calentamiento físico y mental antes de las actividades lúdicas, relacionándolo con la prevención de lesiones y la preparación para el juego. - Identifica y describe adecuadamente los cambios corporales que experimenta durante la actividad física (ritmo cardíaco acelerado, respiración agitada, sudoración), demostrando conciencia y autoobservación. - Participa en las actividades lúdicas respetando a sus compañeros, sin utilizar apodos ni realizar juegos bruscos, manteniendo una actitud positiva y empática. - Muestra disposición para incluir a todos los compañeros en el juego, fomentando la colaboración, el respeto mutuo y el cumplimiento de las normas de convivencia.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC's	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Participa en actividades comunicativas con entornos virtuales compartidos, mediante el uso de diversas herramientas y medios digitales; por ejemplo, en la participación en videoconferencias.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque Inclusivo o de	VALORES: Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y concertación ACTITUDES: Los estudiantes practican la empatía al apoyar a sus compañeros durante los juegos y actividades, mostrando comprensión y solidaridad ante sus dificultades. Además, usamen con			



atención a la diversidad	responsabilidad el cumplimiento de las reglas propuestas y el cuidado de su bienestar, promoviendo hábitos saludables en su vida diaria. A su vez, animan a sus compañeros a superar desafíos en las actividades físicas, brindando palabras de aliento y reconociendo el esfuerzo de los demás, lo que fortalece el trabajo en equipo y la sana convivencia.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motrices propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

Los estudiantes explican la importancia del calentamiento físico y mental antes de las actividades lúdicas, reconociendo los cambios que ocurren en su cuerpo como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración. Además, participan con respeto y responsabilidad, evitando juegos bruscos o agresivos, y promoviendo la inclusión y el juego limpio con todos sus compañeros.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con entusiasmo y cercanía, creando un ambiente de confianza y respeto. Recuerda brevemente las normas de convivencia, enfatizando la importancia de una actitud positiva, el cuidado mutuo y el juego limpio para que todos disfruten y se sientan incluidos durante las actividades. Recomendaciones generales Se asegura que cada estudiante lleve ropa cómoda que facilite el movimiento. Se revisa que el espacio esté despejado y seguro. Se destaca la relevancia del calentamiento físico y mental antes de iniciar, explicando cómo ayuda a prevenir lesiones y preparar el cuerpo para la actividad. Presentación del propósito "Hoy aprenderemos por qué es fundamental preparar nuestro cuerpo y mente antes de jugar, cómo nuestro ritmo cardíaco y sudar nos muestran lo que sucede al movernos, y cómo mantener una actitud respetuosa e inclusiva nos ayuda a disfrutar mejor en grupo." Preguntas motivadoras ¿Por qué es importante calentar antes de jugar? ¿Qué señales nos da nuestro cuerpo, como el ritmo cardíaco y la sudoración, cuando hacemos ejercicio? ¿Cómo podemos mantener una actitud positiva y respetar a todos mientras jugamos? ¿Por qué es importante incluir a todos y seguir las normas para que el juego sea divertido para todos?	Se organiza al grupo en media luna.	Registro auxiliar Silbato	7'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para preparar el cuerpo y mente, y evitar lesiones, se comienza con una activación general que incluye movimientos suaves, coordinación y atención consciente al propio cuerpo y al espacio compartido. Círculo dinámico de activación (4 minutos):	Se agrupan en dos grupos, al inicio de cada circuito correspondiente.	Cintas	30



	Desplazamientos variados: Caminar hacia adelante, atrás, en zigzag y círculos, respetando el espacio personal y el de los compañeros. Ejercicios de coordinación: Elevar rodillas, balancear brazos y giros suaves, combinados con desplazamientos al ritmo de respiraciones profundas. Movilidad articular: Movimientos controlados de cuello, hombros, caderas, rodillas y tobillos, conectando con la respiración para preparar el cuerpo y mente. Salto suave y desplazamientos laterales para activar las piernas y favorecer la respuesta motriz. Juego 1: "Los pequeños piratas" Objetivo: Fortalecer la orientación y percepción corporal explorando el espacio con desplazamientos variados y atención al ritmo cardíaco y señales del cuerpo. Cómo jugar: Los estudiantes se desplazan por el espacio según indicaciones (rápido, lento, en puntas, en cuclillas, zigzag, entre conos). Al escuchar una señal, deben congelarse o agruparse según una consigna, promoviendo autocontrol y conciencia corporal, ello con la ludicidad de buscar un tesoro. Juego 2: "Desafío direccional" Descripción: Los estudiantes siguen un circuito marcado con flechas, desplazándose en diferentes direcciones respetando normas de convivencia y cuidando la inclusión de todos. Reglas: Desplazarse sin empujar, respetar el espacio y colaborar con compañeros para imitar posturas o gestos en estaciones del recorrido. Objetivos: Practicar desplazamientos variados con atención y precisión, fomentando la cooperación y la concentración grupal. Juego 3: "¿Qué siente mi cuerpo?" Objetivo: Reconocer las señales corporales (ritmo cardíaco acelerado, respiración agitada, sudoración) y entender su relación con el esfuerzo físico, fortaleciendo la conciencia corporal y el autocuidado. Cómo jugar: Después de una serie de movimientos, los estudiantes se sientan, cierran los ojos y reflexionan sobre cómo se sienten físicamente: ¿Cómo late tu corazón? ¿Cómo está tu respiración? ¿Sientes calor o sudor?	Se desplazan por el espacio con libertad Se ubican en el inicio de cada circuito correspondiente, según el número de estos. Se ubican en media luna	Bastones Platillos Selham Espacio amplio y despejado	
Cierre	Relajación y estiramientos Los estudiantes realizan movimientos suaves de estiramiento acompañados de respiraciones profundas y conscientes para ayudar a bajar el ritmo cardíaco, reducir la tensión muscular y promover una sensación de bienestar.		Agua y jabón	8'



Retroalimentación colectiva Se abre un espacio para que los estudiantes compartan sus experiencias, enfocándose en los cambios que notaron en su cuerpo, como el aumento del ritmo cardíaco y la sudoración, y en cómo la preparación previa (calentamiento) les ayudó a sentirse mejor. El docente resalta la importancia de mantener una actitud positiva y respetuosa durante las actividades. Refuerzo de valores Se enfatiza el valor de la inclusión, el respeto mutuo y el cumplimiento de las normas de convivencia, destacando cómo estas actitudes facilitan el juego en equipo y una buena convivencia dentro del grupo. Cierre y cuidado personal Para concluir, se invita a los estudiantes a cuidar su higiene personal con un mensaje amable y motivador: "Recuerden que calentar nuestro cuerpo nos protege, que escuchar nuestras señales corporales es cuidarnos, y que jugar con respeto e inclusión hace que todos disfrutemos. Ahora, ¡a lavarse las manos y a hidratarse para seguir creciendo fuertes y felices!"	Se ubican en media luna		

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
❖ Explica con sus propias palabras por qué es importante calentar el cuerpo y la mente antes de jugar para evitar las lesiones y estar preparados. ❖ Reconoce y dice cómo cambia su cuerpo cuando juega, como el corazón que late más rápido, la respiración fuerte y el sudor, mostrando que sabe cuidar su salud. ❖ Juega con sus compañeros respetando, sin decir apodosos ni hacer juegos bruscos, y siempre con una actitud amable y alegre. ❖ Invita y acepta a todos sus compañeros para jugar juntos, mostrando respeto, ayuda y siguiendo las reglas para que todos se diviertan.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. Ictinotum: revista soc. ind. de juv.*, 9(2), 739-760.
<http://www.unamizales.edu.co/publicaciones-campos-ciende/index.html>
- AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8D3C11-1HhQ>
- Prieto Bascón, M. Á. (2010) Habilidades matrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.
https://archivos.esif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/exesif/revista.pdf-Numero_37_MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quiles, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/edf.v25i266.2321>


 Profesor de la 1ª E


 Docente de Práctica
 UNA - PUNO


 Estudiante de Práctica
 Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 2

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 20623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	1	Grado/Sección	1 ^{er} "C"	Fecha	09/05/2025
Número de Horas	2	Profesor Titular	Valentino Aguilar Punta.		
Tiempo	45 minutos	Profesor Participante	Lrick Josué Camilo Llaque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"¡Muévete sin fronteras! Jugamos descubriendo el ritmo, el espacio y la expresión".

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

COMPETENCIA A	CAPACIDAD B	DESEMPEÑOS PRECISADOS	EVALUACIÓN	
			Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. Asume una vida saludable	Comprende su cuerpo. Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	1.2.2 Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de actividades lúdicas con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos. 2.1.1 Explica la importancia de la activación corporal (calentamiento) y psicológica (atención, concentración y motivación) antes de la actividad lúdica, e identifica los signos y síntomas relacionados con el ritmo cardíaco, la respiración agitada y la sudoración, que aparecen en el organismo al practicar actividades lúdicas.	Los estudiantes participan en actividades lúdicas que combinan movimientos corporales con diferentes ritmos y música, demostrando cómo usar el cuerpo para expresar emociones e ideas. Explican con sus propias palabras la importancia del calentamiento físico y mental antes de jugar, identificando signos como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración rápida y la sudoración durante la actividad lúdica.	- Utiliza el cuerpo y el movimiento para expresar emociones e ideas durante actividades lúdicas con variados ritmos y música, demostrando creatividad y conexión con la música. - Emplea diferentes elementos (pañuelos, pelotas, cintas, etc.) para enriquecer la expresión corporal en actividades de ritmo y movimiento. - Explica la importancia de realizar la activación corporal y psicológica antes de las actividades lúdicas, reconociendo su función para prevenir lesiones y mejorar el desempeño. - Identifica y describe los signos (frecuencia cardíaca acelerada, respiración agitada, sudoración) que se presentan durante la práctica de actividades lúdicas, demostrando conciencia corporal.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Participa en actividades comunicativas con entornos virtuales compartidos, mediante el uso de diversas herramientas y medios digitales; por ejemplo, en la participación en videoconferencias.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			



Enfoque Inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y concertación ACTITUDES: Los estudiantes practican la empatía al apoyar a sus compañeros durante los juegos y actividades, mostrando comprensión y solidaridad ante sus dificultades. Además, asumen con responsabilidad el cumplimiento de las reglas propuestas y el cuidado de su bienestar, promoviendo hábitos saludables en su vida diaria. A su vez, animan a sus compañeros a superar desafíos en las actividades físicas, brindando palabras de aliento y reconociendo el esfuerzo de los demás, lo que fortalece el trabajo en equipo y la sana convivencia.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motrices propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante utiliza su cuerpo y movimientos acompañados de diversos ritmos y música para expresar emociones e ideas, reconoce la importancia del calentamiento físico y mental antes de la actividad lúdica, e identifica los signos corporales que aparecen durante el ejercicio, como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración acelerada y la sudoración.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe a los estudiantes con entusiasmo y calidez, recordando de manera sencilla las normas de respeto, cuidado y seguridad para crear un ambiente agradable y motivador durante las actividades rítmicas y lúdicas. Recomendaciones generales Se verifica que cada estudiante tenga ropa cómoda y adecuada para moverse con libertad. Se asegura que el espacio esté despejado y seguro. Se enfatiza la importancia de la activación corporal y mental para evitar lesiones y mejorar el rendimiento en las actividades. Presentación del propósito "Hoy aprenderemos a usar nuestro cuerpo y el movimiento para expresar emociones e ideas a través del ritmo y la música, además de entender por qué es importante preparar nuestro cuerpo y mente antes de jugar." Preguntas motivadoras ¿Cómo podemos usar el movimiento para mostrar lo que sentimos? ¿Por qué es importante calentar y concentrarnos antes de jugar? ¿Qué señales nos da nuestro cuerpo cuando hacemos actividad física?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	8'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad Para iniciar con energía y seguridad, se realiza una activación corporal utilizando movimientos lúdicos al compás de diferentes ritmos musicales: Círculo rítmico de activación (4 minutos): Desplazamientos en zigzag al ritmo de tambores suaves, integrando giros y saltos ligeros. Movilidad articular acompañada de música instrumental: rotaciones de muñecas, codos, hombros, caderas y rodillas de forma fluida.	Se ubican al inicio de cada circuito, de acuerdo al número de participantes.	Balones Corros Bastones	35'



	Ejercicios de pasos cruzados y rebotes con cambio de ritmo (rápido - lento) para despertar la coordinación corporal y la atención rítmica. Juego 1: "Sombras con ritmo" Objetivo: Favorecer la expresión corporal libre y la escuela activa del ritmo. Cómo jugar: En parejas, un estudiante lidera con movimientos al compás de la música (saltos, giros, estiramientos), mientras el otro imita sus movimientos como "sombra". Se utiliza música variada (lenta, rápida, alegre) para estimular diferentes tipos de expresividad. Luego se invierten los roles. Enfoque: Expresión de emociones mediante el cuerpo, atención a los movimientos del otro y creatividad. Juego 2: "Elementos en movimiento" Descripción: Cada estudiante elige un elemento (pañuelo, cinta, arco o pelota liviana) para realizar secuencias de movimientos creativos al ritmo de la música. Reglas: Los movimientos deben seguir el pulso de la música. Se crean mini coreografías en pequeños grupos, mezclando movimientos suaves, explosivos y pausados. Se presentan frente a sus compañeros de forma libre y respetuosa. Objetivos: Fomentar el uso expresivo de objetos, la coordinación rítmica y la cooperación en grupo. Juego 3: "Mi cuerpo habla" Objetivo: Reconocer los signos corporales de la actividad física y reflexionar sobre la preparación previa. Cómo jugar: Al ritmo de una música activa, los estudiantes realizan movimientos continuos (trote, saltos, desplazamientos). Al detener la música, se auto observan: ¿cómo respiran?, ¿sienten calor?, ¿late más rápido el corazón? Comparten verbalmente lo que sienten y por qué es importante el calentamiento antes de moverse. Enfoque: Conciencia corporal, autoexpresión y comprensión de los efectos del ejercicio en el cuerpo.	Se desplazan por los espacios referidos de forma libre. Se ubican en parejas Se ubican por el espacio de forma libre	Platillos Silla Pañuelos Arco Cinta Espacio amplio y despendido	
Cierre	Relajación y estiramientos Los estudiantes realizan ejercicios suaves de estiramiento y técnicas de respiración profunda al ritmo de música relajante, favoreciendo la recuperación muscular y previniendo molestias físicas. Retroalimentación colectiva Se realiza un diálogo grupal donde los estudiantes comparten sus experiencias y	Se ubican en media luna	Agua y jabón	7°



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



avances en la expresión corporal y coordinación con la música. El docente destaca la importancia de la comunicación efectiva y la escucha activa durante las actividades lúdicas. Refuerzo de valores Se continúan valores esenciales como el trabajo en equipo, el respeto mutuo, la empatía y la colaboración constante, reconociendo cómo estos contribuyen a un mejor desempeño y convivencia durante el juego. Cierre y cuidado personal Para finalizar, se invita a los estudiantes a cuidar su bienestar con un recordatorio afectuoso: "Ahora, ¡a lavarse las manos y a hidratarse para seguir creciendo fuertes, saludables y llenos de energía para seguir disfrutando el movimiento y la música!"			

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
❖ Manifiesta ideas y emociones a través de movimientos corporales coordinados con diferentes ritmos y estilos musicales, demostrando creatividad, fluidez y sincronía con la música. ❖ Emplea de manera intencionada y creativa elementos como pañuelos, pelotas o cintas para enriquecer su expresión corporal en actividades rítmicas y lúdicas. ❖ Explica con lenguaje claro y reflexivo la importancia del calentamiento físico y mental antes de las actividades lúdicas, relacionándolo con el cuidado del cuerpo y el desempeño motor. ❖ Reconoce e interpreta adecuadamente señales corporales como el ritmo cardíaco acelerado, la respiración agitada y la sudoración durante la actividad física, evidenciando conciencia y autocuidado.	Observación directa	Lista de cotejo

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv.* 9(2), 739-760.
<http://www.unantzides.edu.co/publicaciones/campus/index/index.html>
- AkrosComunicación. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol. Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=M8J0U0-HbiQ>
- Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.
http://archivos.esfies.archivosandalucia.ensenanza.revistas4es.es/revista/pdfs/Numero_37_MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON.pdf
- Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., & Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas Educación Física y Deportes*, 25(266), 87- 97. <https://doi.org/10.46642/revd.v25i266.2321>

Profesor de la P.E.

Docente de Práctica
 UNA PUNO

Estudiante de Práctica
 Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA – ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 1

I. DATOS INFORMATIVOS

Institución Educativa	N° 70623 Santa Rosa			Área	Educación Física
Bimestre	1	Grado/Sección	1r "C."	Fecha	02/05/2025
Número de Horas	1	Profesor Titular	Valentín Aguilar Puma.		
Tiempo	45 minutos	Profesor Practicante	Frick Josué Condori Luque		

II. TÍTULO DE LA SESIÓN

"Exploramos el movimiento: ¡Descubre el poder de tu cuerpo en acción!"

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN

EL PROFESISTO DE APRENDIENDO Y EVALUACIÓN			EVALUACIÓN	
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑOS PRECISADOS	Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable	Comprende su cuerpo Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	1.1.2 Se orienta en el espacio y tiempo con relación a sí mismo y a otros puntos de referencia; reconoce sus posibilidades de equilibrio con diferentes bases de sustentación en acciones lúdicas. 2.2.1 Incorpora prácticas de cuidado al usarse y vestirse; adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades lúdicas y en la vida cotidiana, que le permiten la participación en el juego sin afectar su desempeño.	Se desplaza y participa en juegos respetando puntos de referencia y demostrando equilibrio en distintas posiciones, como en superficies inestables o con un solo pie. Asiste a las actividades con vestimenta e higiene adecuadas, manteniendo posturas correctas al jugar, lo que le permite moverse con seguridad y sin dificultad	- Se orienta correctamente en el espacio y tiempo al participar en juegos, identificando puntos de referencia y respetando los límites del área de juego. - Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones durante las actividades lúdicas, usando bases de sustentación variadas con control corporal. - Asiste con la vestimenta adecuada e higiene personal para la práctica de juegos y actividades físicas. - Adopta posturas corporales correctas que le permiten moverse de forma segura y eficiente durante el desarrollo del juego.
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	Desempeño			
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TICs	Organiza estrategias y procedimientos que se propone en función del tiempo y los recursos necesarios para alcanzar la meta. Participa en actividades comunicativas con entornos virtuales compartidos, mediante el uso de diversas herramientas y medios digitales, por ejemplo, en la participación en videoconferencias.			
ENFOQUES TRANSVERSALES	Acciones observables			
Enfoque inclusivo o de atención a la diversidad	VALORES: Conciencia de derechos, libertad y responsabilidad y diálogo y concertación ACTITUDES: Los estudiantes practican la empatía al apoyar a sus compañeros durante los juegos y actividades, mostrando comprensión y solidaridad ante sus dificultades. Además, asumen con responsabilidad el cumplimiento de las reglas propuestas y el cuidado de su bienestar, promoviendo hábitos saludables en su vida diaria. A su vez, animan a sus compañeros a superar desafíos en las			



actividades físicas, brindando palabras de aliento y reconociendo el esfuerzo de los demás, lo que fortalece el trabajo en equipo y la sana convivencia.

IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- El docente organiza el espacio del patio de manera segura y atractiva para facilitar el desarrollo fluido de juegos y actividades lúdicas. Prepara los materiales tomando en cuenta las características físicas y necesidades de los niños, y fundamenta su planificación con conocimientos actualizados sobre habilidades motrices propias de esta etapa infantil.

V. APRENDIZAJE ESPERADO

El estudiante participa en juegos y actividades lúdicas, orientándose en el espacio y manteniendo el equilibrio con distintas bases de sustentación, mientras aplica hábitos de cuidado personal y adopta posturas corporales adecuadas que favorecen su seguridad y desempeño.

VI. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE (Secuencia Didáctica)

MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	ORGANIZACIÓN	RECURSOS Y MATERIALES	TIEMPO
Inicio	Saludo y ambientación El docente recibe con entusiasmo a los estudiantes, recordando con sencillez las normas de respeto, colaboración y seguridad, promoviendo un clima alegre y de confianza para el desarrollo del juego. Recomendaciones generales Se verifica que los niños cuenten con ropa cómoda para moverse y que el espacio esté limpio y despejado. Se menciona la importancia de movernos gradualmente para activar el cuerpo y evitar molestias o caídas. Presentación del propósito “Hoy jugaremos usando diferentes formas de movernos y posturas, explorando como mantenemos firmes, coordinados y atentos mientras nos divertimos y cuidamos nuestro cuerpo.” Preguntas motivadoras ¿Qué pasa si no estamos atentos al movernos en los juegos? ¿De qué manera nos ayuda el equilibrio a jugar mejor? ¿Cómo podemos usar nuestro cuerpo para movernos de forma segura y divertida?	Se organiza al grupo en media luna	Registro auxiliar Silbato	7'
Desarrollo	Preparación corporal y movilidad articular Se inicia con una activación sencilla para alistar el cuerpo y prevenir lesiones: Círculo de activación (4 minutos): Caminata en zigzag con pequeños saltos Movilidad articular: giros de muñecas, hombros, rodillas y cuello. Juego corto de “Sigue al líder” con movimientos suaves (reptar, girar, marchar). Juego 1: La cuerda mágica Objetivo: Mejorar el equilibrio y la concentración. Descripción: Los niños deben caminar sobre una cuerda (o línea marcada en el suelo) llevando un objeto liviano (como una pelutita) en la mano sin que se les caiga.	Se desplazan por los espacios referidos al circuito del zigzag. Se ubican en relación a la dinámica sugerida.	Balones Conos Bastones Planillos Silbato Espacio amplio y despejado	30'



	Se añaden retos: Caminar hacia atrás, hacer una pausa en equilibrio, etc. Juego 2: El guardián de las frutas Objetivo: Estimular la atención y los desplazamientos rápidos. Descripción: Un niño es el "guardián" y cinda una cesta de frutas (pelotas o conos). Los demás deben acercarse sigilosamente a robar una "fruta" y volver a su base sin ser tocados. Si el guardián los ve moverse, deben congelarse. Si son tocados, regresan sin fruta. Juego 3: El tren de movimientos Objetivo: Fomentar la secuencia motriz y la creatividad. Descripción: En grupos, los niños forman un "tren". El primero inventa un movimiento (ej: salto, giro, palmada), y los demás lo imitan mientras avanzan. Cada estación del tren cambia de líder y de movimiento.	Se ubican en una zona determinada como "base", el niño guardián se ubica en el centro cuidando sus frutas para iniciar. Se ubican en una columna.		
Cierre	Vuelta a la calma y cierre de la sesión Se realizan ejercicios de respiración profunda y estiramientos suaves para relajar el cuerpo, facilitar la recuperación y evitar molestias musculares. A continuación, se lleva a cabo una breve conversación grupal donde se destacan los logros del día, como el control del cuerpo, la participación activa y la mejora en los juegos. Se reconoce el esfuerzo de todos y se valoran actitudes como el compañerismo, el respeto y la ayuda mutua. Para cerrar, el docente recuerda con entusiasmo: "¡Muy bien! Ahora a cuidar nuestro cuerpo: lavémonos las manos, bebamos agua y sigamos creciendo sanos y felices."	Se ubican en media luna.	Agua y jabón	8'

VII. EVALUACIÓN

INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
❖ Se desplaza dentro del área de juego identificando puntos de referencia y respetando los límites establecidos, demostrando orientación espacial y temporal. ❖ Mantiene el equilibrio corporal al adoptar diversas posiciones durante juegos, utilizando de forma adecuada diferentes bases de sustentación. ❖ Asiste con vestimenta cómoda e higiene personal adecuada, demostrando responsabilidad en su preparación para participar en actividades físicas. ❖ Adopta posturas corporales correctas al realizar movimientos, permitiendo una participación segura y eficiente en los juegos.	Observación directa	Lista de cotejo



VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Lora, J. (2011). La educación corporal: nuevo camino hacia la educación integral. *Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv.* 9(2). 759-760.
<http://www.institutos.edu.co/publicaciones-campos-ciende/index.html>
- AkrosComunicacion. (2017) Percepción temporal en niños. Blog de Juegos Educativos Para Aprender.
- Pachas (2024) Pasa balón voleibol Youtube https://www.youtube.com/watch?v=M8Dh_ZU1HqQ
- Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 1984, 1-10.
https://archivos.csif.es/activos/andaluza/ensenanza/textos/csif/revista/pdf/Numero_37/MEGUI-ANGEL_PRIETO-BASCÓN_01.pdf
- Betancourt Betancourt, F. P., Machangara Quilea, A. D., & Gilbert O'farril, A. R. (2020). Juegos pre-deportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.4064/25/ed.v25i266.2321>



Profesor de la IE



My. César A. Martínez Díaz
DOCENTE EFEP
Docente de Física
UNA - PUNO



Enrique José Condori Luque
EST. DE PRÁCTICA PREPROFESIONAL
F. estudiante de Práctica
Preprofesional



Lista de cotejo

Sesión 10

I. DATOS INFORMATIVOS

- 1.1. **DRE** : Puno
 1.2. **UGEL** : Puno
 1.3. **Institución Educativa Primaria** : N° 70625 Santa Rosa
 1.4. **Director** : Bona Brindis Pineda Serrano
 1.5. **Docente de Práctica EPEF** : Cesar Armando Gutierrez Diaz
 1.6. **Profesora aula** : Valentin Aguilar Puma
 1.7. **Profesor Practicante** : Erick Josue Condori Luque
 1.8. **Ciclo** : V **Grado y sección** : 6° "C"

Fecha: 06/06/2025

SESIÓN: "Cada gesto cuenta: la fuerza de tu expresión corporal"
COMPETENCIA:
- Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad - Interactúa a través de sus habilidades socio motrices
CAPACIDADES:
- Se expresa corporalmente - Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices

APELLIDOS Y NOMBRES	INDICADORES DE EVALUACION								EVALUACION	
	Expresa con seguridad y originalidad su estilo personal al realizar movimientos gimnásticos, demostrando control corporal y fluidez.		Asume con responsabilidad y actitud positiva los distintos roles asignados durante las actividades físicas, adaptando su lenguaje corporal adecuadamente.		Participa activamente en juegos, actividades grupales, colaborando con sus compañeros y contribuyendo al logro de objetivos comunes		Manifiesta respeto, solidaridad e inclusión hacia todos los integrantes del grupo, fomentando un ambiente de trabajo colaborativo y armonioso.		Nivel de desempeño	
	Logrado		Logrado		Logrado		Logrado		Logro 4	A/D
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Logro 5	A
1. Areacchi Gomes, Daniel Yack	✓		✓			X	✓		3	A
2. Arriaza Inquilla, Yaniel Danit	✓		✓		✓			X	3	A
3. Asencio Laura, Andrea Luciana	✓		✓			X	✓		3	A
4. Cuipana Arias, Brandon Josimar	✓		✓		✓			X	3	A
5. Curruel Quispe, Ariana Abiga	✓			X	✓		✓		3	A
6. Galindo Flores, Cecilia Noelia	✓			X	✓		✓		3	A
7. Mannari Checalla, Juana Karina	✓		✓			X	✓		3	A
8. Mannari Eduardo Diego	✓		✓		✓			X	3	A



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



Angel										
9 Mamani Ramos, Neyman Alex	✓		✓			X	✓		3	A
10 Maza Paye, Jhamileth Abigail	✓		✓			X	✓		3	A
11 Monzo Flores, Brenda Mishell	✓			X	✓		✓		3	A
12 Quespe Qaispe, Matias Neymar	✓		✓		✓			X	3	A
13 Ramos Alencs, Jorge Alfredo	✓		✓			X	✓		3	A
14 Riquelme Cueta, Dayana Violet		X	✓		✓		✓		3	A
15 Ticona Palomino, Gina Evelin	✓			X	✓		✓		3	A
16 Vela Romero, Duan Marié	✓		✓			X	✓		3	A
17 Vileca Eduardo, Danitza Mia	✓			X	✓		✓		3	A
18 Zuñiga Coyle, Nicolas Maykol	✓		✓			X	✓		3	A


Lic. Vladimir Aguilar Puma
C.O.P. N° 20023 - "SANTA ROSA"


Mg. Cesar Gonzales Diaz
DOCENTE E.P.
Docente de Práctica
UNA - PUNO


ESTUDIANTE DE PRÁCTICA
Preprofesional



Lista de cotejo

Sesión 8

I. DATOS INFORMATIVOS

- 1.1. DRE : Puno
1.2. UGEL : Puno
1.3. Institución Educativa Primaria : N° 70823 Santa Rosa
1.4. Director : Rosa Brindis Pineda Serruto
1.5. Docente de Práctica EPEF : Cesar Armando Gutierrez Diaz
1.6. Profesora aula : Valentin Aguilar Puma
1.7. Profesor Practicante : Erick Josue Condori Lopez
1.8. Cielo : V Grado y sección: 6° "C"

Fecha: 30/05/2025

SESIÓN: "Movimientos con confianza y sentido"	
COMPETENCIA:	
- Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad - Asume una vida saludable	
CAPACIDADES:	
- Se expresa corporalmente - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	

APELLIDOS Y NOMBRES	INDICADORES DE EVALUACION								EVALUACION	
	Expresa con creatividad y seguridad su estilo propio al desempeñar diferentes roles en actividades físicas.		Participa activamente cuidando su postura al practicar prácticas autocuidado durante actividades.		Identifica y evita posturas o movimientos que puedan afectar negativamente su salud.		Explica de forma clara la importancia de la vacunación para la prevención de enfermedades y el bienestar personal.		Nivel de desempeño	
	Logrado		Logrado		Logrado		Logrado		Logro 4	AD
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Logro 5	A
1. Arezchi Gomes, Daniel Yack	✓		✓			X	✓		3	A
2. Arcoapaza Inquilla, Yamel Daniel	✓		✓		✓			X	3	A
3. Asencio Laura, Andrea Luciana	✓		✓		✓			X	3	A
4. Chipana Arias, Brandon Josimar	✓			X	✓		✓		3	A
5. Coronel Quispe, Ariana Abiga		X	✓		✓		✓		3	A
6. Galindo Flores, Cecilia Noelin	✓			X	✓		✓		3	A
7. Mamani Checaña, Juana Karina	✓			X	✓		✓		3	A
8. Mamani Eduardo Diego Angel	✓		✓		✓			X	3	A



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



	Angel									
9	Mamari Ramos, Neymar Alex	/	/			X	/		3	A
10	Mara Paye, Jhamileth Alegail	/	/			X	/		3	A
11	Munzo Flores, Brenda Mishell	/	/	/				X	3	A
12	Quispe Quispe, Matias Neymar	/	/	/				X	3	A
13	Ramos Alcos, Jorge Alfredo	/	/			X	/		3	A
14	Riquelme Cueta, Dayana Violet	/	/	/				X	3	A
15	Ticona Palomino, Citia Evelyn		X	/	/		/		3	A
16	Vila Romero, Duan Marié	/		X	/		/		3	A
17	Vitea Eduardo, Danitza Mia	/	/	/				X	3	A
18	Zuñiga Coylla, Nicolas Maykot	/	/			X	/		3	A


Luz Valentin Aguirre Puma
I.E.P. N° 70623 - "SANTA ROSA"


César A. Gutiérrez Pizarro
DOCENTE EPEF
Docente de Física
UNA - PUNO


Erick Justo Contreras
EST. DE PRÁCTICA PREPROFESIONAL
EPEF - UNA
Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



		Vanessa									
2	7	Mamani Yucra, Emyr Rusbel P	✓		✓		X	✓		3	A
	8	Mayta Centeno, Facid Bernar FF	-		-			-		-	-
3	9	Medina Asqui, Melissa SP	✓		✓	✓			X	3	A
2	10	Quispe Palomino, Mathias L. P	✓		✓	✓			X	3	A
1,5	11	Quispe Quispe Khaled S.P	✓		✓	✓			X	3	A
2,5	12	Ticona Acero, Ruby Esmeral P	✓			X	✓	✓		3	A
2	13	Yunga Quispe, Emy Aicef	✓		✓	✓		✓		4	AD


Valentin Aguilar Puma
I.E.P. Nº 70623 - "SANTA ROSA"


Yip. Carlos Y. Galarza Diaz
DOCENTE F.P.E.
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Erick Josue Comelin Jaque
C.V.L. DE PRÁCTICA PREPROFESIONAL
EPEF - UNA
Estudiante de Práctica
Preprofesional



Lucas que es el árbol de un

Lista de cotejo

Sesión 18

I. DATOS INFORMATIVOS

- 1.1. DRE : Puno
 1.2. UGEL : Puno
 1.3. Institución Educativa Primaria : N° 70623 Santa Rosa
 1.4. Director : Berta Brindis Pineda Serruto
 1.5. Docente de Práctica EPEF : Cesar Armando Gutierrez Diaz
 1.6. Profesora aula : Valentin Aguilar Puma
 1.7. Profesor Practicante : Erick Josue Condori Lanque
 1.8. Cielo : III Grado y sección: 2da "A"

Fecha: 30/06/2025

SESION: "Jugamos y honramos nuestras raíces"

COMPETENCIA:

- Assume una vida saludable
- Interactúa a través de sus habilidades socio motrices

CAPACIDADES:

- Interactúa para prácticas que mejoran su calidad de vida
- Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices

APELLIDOS Y NOMBRES		INDICADORES DE EVALUACION								EVALUACION	
		Adopta posturas correctas y realiza movimientos seguros durante el juego sensorial, la práctica de saltos para la ruyuela y el juego de Kiwi, evitando caídas o choques.	Responde con movimientos coordinados y adecuados a los cambios de ritmos musicales en el juego sensorial y en los ejercicios de saltos.	Explica de manera clara y ordenada, de forma oral o con carteles, las reglas y forma de jugar la ruyuela, destacando la importancia de mantenerse activo mediante juegos tradicionales	Colabora con sus compañeros, respetando turnos y reglas durante el juego de Kiwi, adaptado y expresa respeto y orgullo por su cultura al compartir experiencias sobre los juegos tradicionales	Nivel de desempeño		de			
						Logro 1	AD	Logro 2	B		
						Logro 3	A	Logro 4	C		
						Logro 5	D	Logro 6	E		
		Logrado		Logrado		Logrado		Logrado		Total	Nota
Si	No	Si	No	Si	No	Si	No				
1	Anchapuri Mendoza, Paulassa K	✓		✓		✓		✓		4	AD
2	Aycaeli Acero, Bertha Yanny	✓		✓		✓			✗	3	A
3	Cabrera Huauca, Gael Santiago	✓		✓		✓			✗	3	A
4	Centeno Huanceli, Mathias T.	✓			✗		✗	✓		2	A
5	Desposorio Qinspe, Gael Jared	✓			✓	✓		✓		3	A
6	Florez Vilca, Asheliny Vanessa										
7	Matani Yucra, Emyr Rusbel	✓		✓		✓		✓		4	AD



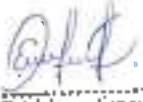
UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



8	Mayta Centeno, Farid Bernar	✓		✓		✓					
9	Medina Asqui, Melissa S.	✓		✓		✓			X	3	A
10	Quispe Palomino, Mathias L.										
11	Quispe Quispe Khaleel S. /	✓		✓		✓			X	3	A
12	Ticona Acero, Ruby Esmeral	✓		✓		✓			X	3	A
13	Yunga Quispe, Emy Aire	✓		✓		✓		✓		4	AD


Lic. Valentin Aguilar Puma
I.E.P. N° 70623 "SANTA ROSA"
Profesor de la I.E.


Mg. Cesar A. Gutierrez Diaz
DOCENTE EPEE
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Erick Isaac Contreras
Estudiante de Práctica
Preprofesional



Lista de cotejo

Sesión 16

I. DATOS INFORMATIVOS

- 1.1. DRE : Puno
 1.2. UGEL : Puno
 1.3. Institución Educativa Primaria : N° 70628 Santa Rosa
 1.4. Director : Bona Brindis Pineda Serruto
 1.5. Docente de Práctica EPEF : Cesar Armando Gutierrez Diaz
 1.6. Profesora aula : Valentin Aguilar Puma
 1.7. Profesor Practicante : Erick Josue Condori Llaque
 1.8. Ciclo : III Grado y sección: 2° "A"

Fecha: 27/06/2025

SESIÓN: "Jugamos y honramos nuestras raíces"	
COMPETENCIA:	
- Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad - Asume una vida saludable	
CAPACIDADES:	
- Se expresa corporalmente - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	

APELLIDOS Y NOMBRES		INDICADORES DE EVALUACION								EVALUACION			
		Coordina movimientos corporales (saltos, giros y desplazamientos) siguiendo el ritmo de la música tradicional peruana, expresando emociones con entusiasmo.		Utilizan gestos y posturas corporales para comunicar emociones como alegría, orgullo o entusiasmo durante actividades lúdicas con música.		Mantiene posturas corporales adecuadas durante la actividad física, demostrando equilibrio, control y evitando movimientos que pongan en riesgo su integridad.		Aplica prácticas lúdicas de cuidado personal antes y después de la sesión, como el lavado de manos y el uso correcto del vestuario deportivo.		Nivel de desempeño			
		Logrado		Logrado		Logrado		Logrado		Logro 4			
		Si		No		Si		No		Si		No	
		Si		No		Si		No		Si		No	
		Si		No		Si		No		Si		No	
1	Anchapuri Mendoza, Hadassa R.	/		/		/			X	3	A		
2	Ayachi Acero, Bertha Yanelly		X	/		/		/		3	A		
3	Caldera Huamca, Gaeli Santiago	/		/		/			X	3	A		
4	Centeno Haarachi, Nachas T.	/			X	/		/		3	A		
5	Despuorón Quispe, Gael Jared		X	/		/		/		3	A		
6	Flores Vilca, Askeley Vanessa	/		/			X	/		3	A		
7	Mamani Yocra, Emyr Rushet		X	/		/		/		3	A		
8	Mayta Centeno, Farid	/		/		/			X	3	X		



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



	Bernar										
9	Melina Asqui, Melissa S.	/		/		/		X	3	A	
10	Quispe Palomino, Mathias L.	/			X	/	/				
11	Quispe Quispe Whaled S.	/		/			X	/	3	A	
12	Ticona Acero, Ruby Esmeral	/			X	/	/		3	A	
13	Yunga Quispe, Emy Alice	/		/			X	/	3	A	

Lic. Valentin Aguilar Puma
I.E.P. N° 70623 - "SANTA ROSA"

Profesor de la I E

Mo. Cesar A. Gaberex Diaz
DOCENTE EPPEP
"UNA - PUNO"

Docente de Práctica
UNA - PUNO

Emy Alice

ESTUDIANTE DE PRÁCTICA
PREPROFESIONAL

Estudiante de Práctica
Preprofesional

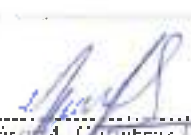


UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



	Mireya									
7	Paye Flores, Alisan Luana <i>P</i>	/	/	/				X	3	
8	Quisbert Condori, Jade Silvana <i>P</i>	/		X	/	/			3	
9	Ramos Manzano, Dennis Marcial <i>P</i>	/	/	/	/	/			4	
10	Turpo Cabrera Edrick Lian <i>P</i>		X	/	/	/			3	
11	Turpo Trezona Danna Kalesy <i>P</i>	/	/	/	/			X	3	
12	Yuera Marca Santiago Abner <i>P</i>		X	/	/	/			3	


Lit. Valentin Aguilar Puma
S.E. N° 15521 - SANTA ROSA
Profesor de la I.E.


Lic. César A. Condor Franco
DOCENTE DE PRACTICA
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Erick Juarez Condori
EST. DE PRACTICA PREPROFESIONAL
Estudiante de Práctica
Preprofesional



Lista de cotejo

Sesión 4

I. DATOS INFORMATIVOS

1.1. DRE : Puno
 1.2. UGEL : Puno
 1.3. Institución Educativa Primaria : N° 70023 Santa Rosa
 1.4. Director : Hona Brindis Placida Serrano
 1.5. Docente de Práctica EPEF : Cesar Armando Gutierrez Diaz
 1.6. Profesora aula : Valentin Aguilar Puma
 1.7. Profesor Practicante : Erick Jesus Condori Lujano
 1.8. Ciclo : III Grado y sección: 1° "A"

Fecha: 26/05/2025

SESIÓN: "Mis movimientos revelan mis emociones"

COMPETENCIA:

- Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad
- Asume una vida saludable

CAPACIDADES:

- Se expresa corporalmente
- Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida

APELLIDOS Y NOMBRES		INDICADORES DE EVALUACION								EVALUACION	
		Expresa emociones mediante gestos, posturas, mirada y sonidos, demostrando seguridad en sus movimientos		Utiliza adecuadamente su lenguaje corporal y verbal para comunicarse y colaborar con sus compañeros durante actividades motrices.		Mantiene posturas corporales correctas en equilibrios, saltos y transiciones, garantizando su participación segura.		Aplica hábitos de autocuidado, como higiene de manos y uso de ropa adecuada, antes y durante la clase de gimnasia.		Nivel de desempeño	
		Logrado		Logrado		Logrado		Logrado		Logro 4	AD
		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Logro 3	A
										Logro 2	B
										Logro 1	C
										Total	Nota
1	Arnesquita Llanos, Soc Jade	/		/			X	/		3	A
2	Chicalla Laura, Gustavo A	/			X	/		/		3	A
3	Condori Quinto, Daleshka S.	/		/			X	/		3	A
4	Huacantara Quijo, Jhair B.		X	/		/		/		3	A
5	Mamani Yanqui, Oriana Isabella	/		/			X	/		3	A
6	Maron Quispe, Einy Mireya	/			X	/		/		3	A
7	Paye Flores, Alison Juana	/		/			X	/		3	A
8	Quisbert Condori, Jade Silvana	/			X	/		/		3	A



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL



9	Ramus Manzana, Denis Marcial	/		/			X	/		3	A
10	Turpo Cabrera Edrick Lian	/			X	/		/		3	A
11	Turpo Ticona Danna Kalesy	/		/		/			X	3	A
12	Yucra Marca Santiago Almer		X	/		/		/		3	A


Profesor de la IE
Lic. Valentin Aguilar Puma
I.E. N° 10623 "SANTA ROSA"


Mg. C. A. Valenzuela
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Erick Justo
Estudiante de Práctica
Preprofesional



Lista de cotejo

Sesión 10

I. DATOS INFORMATIVOS

- 1.1. DRE : Puno
1.2. UGEL : Puno
1.3. Institución Educativa Primaria : N° 70623 Santa Rosa
1.4. Director : Rosa Brindis Pineda Serrano
1.5. Docente de Práctica EPEF : Cesar Armando Gutierrez Diaz
1.6. Profesora aula : Valentin Aguilar Puma
1.7. Profesor Practicante : Erick Josue Condori Lampe
1.8. Ciclo : III Grado y sección: 1° 'C'

Fecha: 18/07/2025

SESIÓN: "¡Saltamos con Tradición!: Jugamos y mejoramos nuestros movimientos cuidándonos"

COMPETENCIA:

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

CAPACIDADES:

- Se expresa corporalmente
- Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida
- Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices

APELLIDOS Y NOMBRES		INDICADORES DE EVALUACION								EVALUACION	
		Ejecuta correctamente los movimientos básicos de la zuzurla y de la aoga adaptada, mostrando coordinación y seguridad al seguir indicaciones progresivas	Utiliza su cuerpo para expresar, mediante gestos y movimientos, como se juegan los juegos tradicionales, demostrando creatividad y disfrute	Mantiene posturas corporales adecuadas y seguras durante las actividades, evitando acciones que puedan poner en riesgo su integridad física	Participa activamente en pequeños grupos, respetando turnos y reglas, colaborando con sus compañeros y demostrando prácticas de cuidado personal como higiene y uso correcto del vestuario deportivo	Nivel de desempeño		Logros			
		Logrado		Logrado		Logrado		Logrado		Logro 1	
		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Logro 4	AD
1	Arica Catari, Rumina Eymi	✓		✓			✗	✓		3	A
2	Canequi Parí, Yeral Benjamin	✓		✓			✗			3	A
3	Casero Martenchura, Ibastian Ben	✓		✓			✗	✓		3	A
4	Escarpene Dancui, Aylea R.	✓			✗	✓		✓		3	A
5	Gallegos Mamani, Gabriela A.	✓		✓			✗	✓		3	A
6	Mamani Calmana.	✓			✗	✓		✓		3	A



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL



	Franklin Gabriel									
7	Ordóñez Flores, Noemí Angela	/	/			X	/		3	A
8	Quispe Cari, Yeni Marilema	✓		X	/		/		3	A
9	Quispe Coyla, Itzel Yamira	/	/			X	/		3	A
10	Ticona Alarcon, Jasmin Emily	/		X	/		/		3	A
11	Ticona Palomino, Dayana Nataly	/	/		✓			X	3	A
12	Velazquez Maquera, Jhenry N	/		X	/		/		3	A


Lic. Valentín Aguilar Puma
I.E.P. N° 70542 - "SANTA ROSA"
Profesor de la I.F.


Lic. César A. Gutiérrez
DOCENTE EFEE
Docente de Física
UNA - PUNO


Erick Sue
Estudiante de Práctica
Preprofesional



Lista de cotejo

Sesión 8

I. DATOS INFORMATIVOS

- 1.1. DRE : Puno
 1.2. UGEL : Puno
 1.3. Institución Educativa Primaria : N° 70625 Santa Rosa
 1.4. Director : Rosa Brindis Pineda Serruto
 1.5. Docente de Práctica EPEF : Cesar Armando Gutierrez Diaz
 1.6. Profesora aula : Valentin Aguilar Poma
 1.7. Profesor Practicante : Erick Josue Condon Danque
 1.8. Ciclo : III Grado y sección: 1° "C"

Fecha: 27/06/2025

SESIÓN: "Lo que aprendí... ¡también lo puedo mostrar!"	
COMPETENCIA:	
- Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad - Aspira una vida saludable	
CAPACIDADES:	
- Se expresa corporalmente - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	

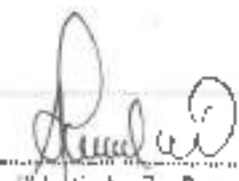
APELLIDOS Y NOMBRES		INDICADORES DE EVALUACION								EVALUACION			
		Coordina movimientos corporales (saltos, giros y desplazamientos) siguiendo el ritmo de la música tradicional peruana, expresando emociones con entusiasmo.		Utiliza gestos y posturas corporales para acompañar emociones como alegría, orgullo o entusiasmo durante actividades lúdicas con música.		Mantiene posturas corporales adecuadas durante la actividad física, demostrando equilibrio, control y evitando movimientos que pongan en riesgo su integridad.		Aplica prácticas básicas de cuidado personal antes y después de la sesión, como el lavado de manos y el uso correcto del vestuario deportivo.		Nivel de desempeño			
										Logro 1		AD	
										Logro 3		A	
										Logro 2		B	
Logro 4		C											
		Logrado		Logrado		Logrado		Logrado		Total	Nota		
		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No				
1	Arica Catari, Romina Eyni	✓		✓			X	✓		3	A		
2	Campai Pari, Yeral Bengarin	✓			X	✓		✓		3	A		
3	Castro Mamanchura, Bhastian Ben	✓		✓			X	✓		3	A		
4	Escarcena Llanqui, Aylen R.		X	✓		✓		✓		3	A		
5	Gallegos Mamani, Gabriela A.	✓		✓			X	✓		3	A		
6	Mamani Calmama, Franklin Gabriel		X	✓		✓		✓		3	A		
7	Ordoñez Flores, Norini	✓		✓			X	✓		3	A		



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



	Angela										
8	Quispe Cará, Yemi Marielena	/		/		X	/		3	A	
9	Quispe Coylla, Jazel Yamira	/			X	/	/		3	A	
10	Ticona Alarcón, Jasmín Emily	/		/		X	/		3	A	
11	Ticona Patomina, Dayana Nataly	/			X	/	/		3	A	
12	Velazquez Maquera, Jheuri N	/		/		X	/		3	A	


Lic. Valentín Aguilar Puma
I.E. N° 70623 "SANTA ROSA"
Profesor de la I.E.


Mg. César A. Guerrero Díaz
DOCENTE EPEP
Docente de Práctica
UNA - PUNO


Estudiante de Práctica
Preprofesional



Lista de cotejo

Sesión 7

I. DATOS INFORMATIVOS

- 1.1. DRL : Puno
1.2. UGEL : Puno
1.3. Institución Educativa Primaria : N° 70623 Santa Rosa
1.4. Director : Hona Brindis Pineda Serrano
1.5. Docente de Práctica EPEF : Cesar Armando Gacierrez Diaz
1.6. Profesora aula : Valentin Aguilar Puma
1.7. Profesor Practicante : Erick Josue Condori Luque
1.8. Ciclo : III Grado y sección: 1° "C"

Fecha: 20/06/2025

SESIÓN: "Lo que aprendí... también lo puedo mostrar!"

COMPETENCIA:

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

CAPACIDADES:

- Se expresa corporalmente
- Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida
- Se relaciona utilizando sus habilidades socio motrices

APELLIDOS Y NOMBRES	INDICADORES DE EVALUACION								EVALUACION	
	Utiliza gestos, expresiones faciales y sonidos para comunicar emociones e ideas con seguridad durante la práctica de gimnasia		Mantiene hábitos adecuados de higiene y viste ropa apropiada que permite moverse con libertad y seguridad durante las actividades gimnásticas		Mantiene posturas corporales correctas alineadas que optimizan su desempeño y previenen lesiones en ejercicios de gimnasia		Participa de manera respetuosa y colaborativa en juegos cooperativos y de oposición, respetando las reglas y facilitando acuerdos con sus compañeros durante la práctica gimnástica		Nivel de desempeño	
									Logro 1	AD
									Logro 2	A
									Logro 3	B
									Logro 4	C
	Logrado		Logrado		Logrado		Logrado			
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Total	Nota
1 Arica Catari, Romina Eymi	✓		✓			X	✓		3	A
2 Canqui Pari, Yeral Benjamin	✓			X	✓		✓		3	A
3 Castro Matmanchura, Bhastian Ben	✓		✓		✓			X	3	A
4 Escarcena Llanqui, Aylen R.	✓			X	✓		✓		3	A
5 Gallegos Mamani, Gabriela A	✓		✓			X	✓		3	A
6 Mamani Caluana,	✓			X	✓		✓		3	A



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

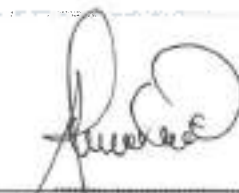
Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

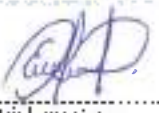
PRÁCTICA PREPROFESIONAL



	Franklin Gabriel									
7	Ordonez Flores, Noemi Angela	/		/		X	/		3	A
8	Quispe Cari, Yemi Mariana	/		X	/		/		3	A
9	Quispe Coyla, Hazel Yamira	/		X	/		/		3	A
10	Ticona Alarcón, Jasmín Emily	/		X	/		/		3	A
11	Ticona Palomino, Dayana Nataly	/		/		X	/		3	A
12	Velazquez Maquera, Jhenry N.		X	/		/	/		3	A


Profesor de la E.F.
Erick José Córdova
I.E.P. N° 70621 "SANTA ROSA"


Docente de Práctica
UNA - PUNO


Erick José Córdova
EST. DE PRÁCTICA N.º 1
EPEF UNAP
Estudiante de Práctica
Preprofesional



Lista de cotejo

Sesión 4

I. DATOS INFORMATIVOS

- 1.1. DRE : Puno
1.2. UGEL : Puno
1.3. Institución Educativa Primaria : N° 70823 Santa Rosa
1.4. Director : Rosa Brindis Pineda Serrano
1.5. Docente de Práctica EPEF : Cesar Armando Gutierrez Diaz
1.6. Profesora aula : Valentin Aguilar Puma
1.7. Profesor Practicante : Erick Josue Condoni Luque
1.8. Cielo : III Grado y sección: 1° "C"

Fecha: 30/05/2025

SESIÓN: "Sentir en movimiento: Mi cuerpo habla lo que mi voz calla"

COMPETENCIA:

- Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad
- Aspira una vida saludable

CAPACIDADES:

- Se expresa corporalmente
- Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida

APELLIDOS Y NOMBRES	INDICADORES DE EVALUACION								EVALUACION	
	Expresa emociones mediante gestos, posturas, mirada y sonidos, demostrando seguridad en sus movimientos		Utiliza adecuadamente su lenguaje corporal y verbal para comunicarse y colaborar con sus compañeros durante las actividades motoras		Mantiene posturas corporales correctas en equilibrios, saltos y transiciones, garantizando su participación segura.		Aplica hábitos de autocuidado, como higiene de manos y uso de ropa adecuada, antes y durante la clase de gimnasia.		Nivel de desempeño	
	Logrado		Logrado		Logrado		Logrado		Logro 4	AD
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Logro 2	A
1 Arica Catari, Rumina Eymi	/		/			X	/		3	A
2 Caequi Paru, Yeral Benjamin	/			X	/		/		3	A
3 Castro Mamandura, Bhastian Ben	/		/		/			X	3	A
4 Escatona Llanqui, Aylen R.	/			X	/		/		3	A
5 Gallegos Mamani, Gabriela A.	/		/		/			X	3	A
6 Mamani Cahuana, Franklin Gabriel		X	/		/		/		3	A
7 Ordonez Flores, Noemi Angela	/		/		/			X	3	A
8 Quispe Cari, Yeny Marielena		X	/		/		/		3	A



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

Facultad de Ciencias de la Educación

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA

PRÁCTICA PREPROFESIONAL



9	Quispe Coyla, Izel Yamira	/		/			X	/		3	A
10	Ticona Alarcón, Jasmin Emily	/			X	/		/		3	A
11	Ticona Palomino, Dayana Nataly	/		/		/			X	3	A
12	Velazquez Maquera, Sherri N.		X	/		/		/		3	A


Valentin Aguilar Puma
Profesor de la F.E.
I.E.P. N° 70623 "SANTA ROSA"


Mtro. Peter A. Gutierrez Diaz
DOCENTE F.F.P.
Docente de Práctica
UNA - PUNO



Mtro. Jose Condori
EST. GENERAL "CARACAS"
Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
CENTRO DE PRÁCTICA DOCENTE



"PRÁCTICA EN EL NIVEL PRIMARIO"
REGISTRO AUXILIAR DE ASISTENCIA

1. DATOS INFORMATIVOS

- 1.1. Institución Educativa Primaria : N° 70623 Santa Rosa
1.2. Director : Lic. Bona Brindis Pineda Serruto
1.3. Docente de práctica : Mg. César Armando Gutiérrez Díaz
1.4. Profesor(a) del curso : Lic. Valentin Aguilar Puma.
1.5. Profesor (a) practicante : Erick Josue Condori Luque
1.6. Ciclo : III Grado y Sección: 1º "A"

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	FECHAS / MES / 2025											
		28/04/25	05/05/25	12/05/25	19/05/25	26/05/25	02/06/25	09/06/25	16/06/25	23/06/25	30/06/25	07/07/25	
1	Anezquita Llanos, Sue Jade	T											
2	Chicilla Laura, Gustavo A.												
3	Condori Quinto, Dulcechka S.						T					T	
4	Huacastara Quijón, Paír B.												
5	Mamani Yanque, Oriana Isabella	T										T	
6	Mazón Quispe, Pamy Marcy a						T						
7	Paye Flores, Alison Luana							T					
8	Quisbert Condori, Jade Silvana											T	
9	Ramón Manzano, Denis Marcial					T			F				
10	Lurpo Cabrera Edrick Liam	T					T						
11	Lurpo Ticona Danna Kalessey	T											
12	Vicuna Marco Santiago Abner	T	T	T									

Nota:

Presente: ✓

Tardanza: T

Falta: F

Permiso: P

Mg. César Armando Gutiérrez Díaz
Docente - LESE

Docente de Práctica

UNA - Puno

Erick Josue Condori Luque
Docente de la I. E.

Erick Josue Condori Luque
Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA- ACREDITADA
CENTRO DE PRÁCTICA DOCENTE



"PRÁCTICA EN EL NIVEL PRIMARIO"
REGISTRO AUXILIAR DE ASISTENCIA

I.DATOS INFORMATIVOS

1.1. Institución Educativa Primaria : N° 70623 Santa Rosa
1.2. Director : Lic. Bona Brindis Pineda Serrufo
1.3. Docente de práctica : Mg. César Armando Gutiérrez Díaz
1.4. Profesor(a) del curso : Lic. Valentín Aguilar Puma.
1.5. Profesor (a) practicante : Erick Jesus Condori Luque
1.6. Ciclo : III Grado y Sección: 1° "C"

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	FECHAS / MES/ 2025											
		02/05/25	09/05/25	16/05/25	23/05/25	30/05/25	06/06/25	13/06/25	20/06/25	27/06/25	04/07/25	11/07/25	
1	Arica Caden, Rosina Eymi	T	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	
2	Canqui Pari, Yeral Benjamin	/	/	T	/	/	T	/	T	/	/	/	
3	Castro Mamanchura, Rhastian Ben	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	
4	Discacena Ilaque, Aylen R.	/	T	/	/	/	T	/	/	/	/	/	
5	Guallegos Mamani, Gabriela A	/	/	T	/	/	/	/	/	/	/	/	
6	Mamani Cabanana, Franklin Gabriel	/	/	T	/	/	T	/	/	/	/	/	
7	Orduño Flores, Noemi Angela	/	/	/	/	/	/	T	/	/	/	/	
8	Quispe Cari, Yeni Marielena	/	T	/	/	/	T	/	/	/	/	/	
9	Quispe Coyla, Itzel Yamira	/	/	/	/	/	/	T	/	/	/	/	
10	Ticona Alarcón, Jasmín Emily	/	/	T	/	/	/	/	/	/	/	/	
11	Ticona Palomino, Dayana Nataly	/	/	/	/	/	T	/	/	/	/	/	
12	Velazquez Migueña, Jhenefi N.	/	T	/	/	/	/	/	T	/	/	/	

Nota:

Presente: ✓
Tardanza: T
Falta: F
Penalzo: P

Mg. César A. Gutiérrez Díaz
Docente de Práctica
UNA - Puno

Estudiante de Práctica
Preprofesional



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA- ACREDITADA
CENTRO DE PRÁCTICA DOCENTE

**“PRÁCTICA EN EL NIVEL PRIMARIO”
REGISTRO AUXILIAR DE ASISTENCIA**

LDATOS INFORMATIVOS

1.1. Institución Educativa Primaria : N° 70623 Santa Rosa
1.2. Director : Lic. Bona Brindis Pineda Serruto
1.3. Docente de práctica : Mg. César Armando Gutiérrez Díaz
1.4. Profesor(a) del curso : Lic. Valentin Aguilar Puma.
1.5. Profesor (a) practicante : Erick Josue Condori Luque
1.6. Ciclo : V **Grado y Sección: 6^{to} C**

Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	FECHAS / MES/2025
1	Anaceli Gomes, Daniel Yack	28/04/25 02/05/25 05/05/25 09/05/25 12/05/25 16/05/25 20/05/25 30/05/25 02/06/25 06/06/25 09/06/25 13/06/25 16/06/25 20/06/25 23/06/25 27/06/25 30/06/25 04/07/25 14/07/25 18/07/25
2	Arcapaza Inguilla, Yamel Danit	/
3	Asencio Laura, Andrea Luciana	/
4	Chipana Arias, Brandon Josimar	/
5	Coronel Quispe, Ariana Abiga	/
6	Galindo Flores, Cecilia Noelia	/
7	Mamani Chevalla, Juana Karina	/



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
Facultad de Ciencias de la Educación
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA - ACREDITADA
CENTRO DE PRÁCTICA DOCENTE



"PRÁCTICA EN EL NIVEL PRIMARIO"
REGISTRO AUXILIAR DE ASISTENCIA

DATOS INFORMATIVOS

- 1.1. Institución Educativa Primaria : N° 70623 Santa Rosa
1.2. Director : Lic. Bona Brindis Pineda Semuto
1.3. Docente de práctica : Mg. César Armando Gutiérrez Díaz
1.4. Profesor(a) del curso : Lic. Valentin Aguilar Puma.
1.5. Profesor (a) practicante : Erick Josue Condori Luque
1.6. Cielo : III Grado y Sección: 2do "A"

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	FECHAS / MES / 2025												
		28/04/25	02/05/25	05/05/25	09/05/25	12/05/25	16/05/25	20/05/25	23/05/25	26/05/25	29/05/25	31/05/25	03/06/25	06/06/25
1	Anchupuri Mendoza, Hadassa K.	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
2	Aycaachi Acero, Berna Yamely	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
3	Cabrera Huancá, Grael Santiago	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
4	Centeno Huarachi, Mathias I.	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
5	Desnoyado Quispe, Gael Jared	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
6	Flores Vilca, Ashley Vanessa	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
7	Mamani Yaurá, Frayr Rachel	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
8	Mayta Centeno, Furiel Bernar	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
9	Medina Asqui, Melissa S.	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
10	Quispe Palomino, Mathias I.	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
11	Quispe Quispe Khales S.	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
12	Yacoma Ayero, Ruby Esmeral	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
13	Yungu Quispe, Emily Alice	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/

Nota:

Presente: ✓

Tardanza: T

Falta: F

Permiso: P

Mg. César A. Gutiérrez Díaz
Docente EFEE

Docente de Práctica
UNA - Puno

Erick Josue Condori Luque
Docente de la I. E.

Erick Josue Condori Luque
EST. DE PRÁCTICA PROFESOR UNA
EPPE - 1.1.108

Estudiante de Práctica
Preprofesional

FICHA DE MONITOREO Y ASESORAMIENTO

I. DATOS INFORMATIVOS:

1.1. Institución Educativa:	I E P 70623 Santa Rosa
1.2. Director (a):	Lic. Boris Bordin Pineda Serruto
1.3. Docente del Área:	Valentin Aguilar Puma
1.4. Docente de Práctica:	Cesar Armando Gutierrez Diaz
1.5. Alumno Practicante:	Erick Josue Condori Luque
1.6. Práctica Preprofesional:	Educación Primaria

II. INTERNA: PARA LOS DOCENTES DE PRACTICA DE LA EPEF.

FECHA	OBSERVACIONES	FIRMA y POST FIRMA
14-07-25	C/ASC MODELO	 Dr. Richard Castro Luján UNA - PUNO

III. EXTERNA: PARA LOS DOCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

DEPENDENCIA	FECHA	OBSERVACIONES	FIRMA y POST FIRMA



ANEXO A DE EVALUACIÓN PARA CLASE NÚMERO DE LAS PRÁCTICAS PREPROFESIONALES EN LA EER

CEI. Propósito: El presente es para evaluar el desempeño de los estudiantes en las prácticas preprofesionales en la EER.

1. Datos de identificación	1. Nombre del estudiante	2. Fecha de nacimiento	3. Lugar de nacimiento
2. Datos de la práctica	4. Nombre de la práctica	5. Fecha de inicio	6. Fecha de fin
3. Datos de la evaluación	7. Nombre del evaluador	8. Fecha de evaluación	9. Lugar de evaluación
4. Datos de la práctica	10. Nombre de la práctica	11. Fecha de inicio	12. Fecha de fin
5. Datos de la evaluación	13. Nombre del evaluador	14. Fecha de evaluación	15. Lugar de evaluación

ANEXO B DE EVALUACIÓN PARA CLASE NÚMERO DE LAS PRÁCTICAS PREPROFESIONALES EN LA EER

II. PLAN DE ACCIÓN Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN (El docente presentará el plan de acción y los criterios de evaluación de las prácticas preprofesionales)

CATEGORÍA	CRITERIOS	NIVELES DE DESEMPEÑO			PUNTAJE
		4 Puntos	3 Puntos	2 Puntos	
Planear las actividades de aprendizaje y evaluarlas con los estudiantes	Propósitos de aprendizaje	Se establecen los propósitos de aprendizaje y se describen los resultados esperados de la práctica.	Se establecen los propósitos de aprendizaje y se describen los resultados esperados de la práctica.	Se establecen los propósitos de aprendizaje y se describen los resultados esperados de la práctica.	3
	Actividades de aprendizaje	Se establecen las actividades de aprendizaje y se describen los resultados esperados de la práctica.	Se establecen las actividades de aprendizaje y se describen los resultados esperados de la práctica.	Se establecen las actividades de aprendizaje y se describen los resultados esperados de la práctica.	3
	Recursos de aprendizaje	Se establecen los recursos de aprendizaje y se describen los resultados esperados de la práctica.	Se establecen los recursos de aprendizaje y se describen los resultados esperados de la práctica.	Se establecen los recursos de aprendizaje y se describen los resultados esperados de la práctica.	3
	Recursos de aprendizaje	Se establecen los recursos de aprendizaje y se describen los resultados esperados de la práctica.	Se establecen los recursos de aprendizaje y se describen los resultados esperados de la práctica.	Se establecen los recursos de aprendizaje y se describen los resultados esperados de la práctica.	3
	Recursos de aprendizaje	Se establecen los recursos de aprendizaje y se describen los resultados esperados de la práctica.	Se establecen los recursos de aprendizaje y se describen los resultados esperados de la práctica.	Se establecen los recursos de aprendizaje y se describen los resultados esperados de la práctica.	3
PUNTAJE DE LA PLAN DE ACCIÓN DE SESIÓN DE APRENDIZAJE					



"AÑO DE LA RECUPERACION Y CONSOLIDACION DE LA ECONOMIA PERUANA"

INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIMARIA N° 70623

"Santa Rosa"

CODIGO MODULAR INSTITUCIONAL 0474381



DIRECCION REGIONAL DE EDUCACION PUNO
UNIDAD DE GESTION EDUCATIVA LOCAL PUNO
I.E.P. N° 70623 "SANTA ROSA"

CONSTANCIA DE PRACTICAS

PRE PROFESIONALES

La que suscribe, Mg. Bona Brindis Martina PINEDA SERRUTO directora de la Institución Educativa Primaria N° 70623 "SANTA ROSA" - PUNO, otorga la presente constancia de prácticas Preprofesionales a:

ERICK JOSUE CONDORI LUQUE

Estudiante del séptimo ciclo de la Facultad de ciencias de la Educación de la Escuela Profesional de Educación Física de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, con DNI N° 73210709 quien ha realizado sus prácticas Preprofesionales en Educación Primaria Zona Urbana.

Durante su permanencia en la Institución Educativa Primaria N° 70623 "SANTA ROSA" - PUNO, el estudiante practicante Erick Josue CONDORI LUQUE mostro en todo momento eficiencia, puntualidad, responsabilidad y buena formación académica.

Se otorga la presente constancia para fines profesionales que el interesado considere.

Puno, 18 de julio del 2025



DIRECCION REGIONAL DE EDUCACION PUNO
UNIDAD DE GESTION EDUCATIVA LOCAL PUNO
I.E.P. N° 70623 SANTA ROSA PUNO
Bona Brindis Martina Pineda Serruto
DIRECTORA

Mg. Bona Brindis Martina, PINEDA SERRUTO
DIRECTORA

Jr. Leoncio Prado N° 345 – Barrio Santa Rosa - Puno. Tlf. 051-354475 Cel. 951721192

Correo electrónico: iep70623@gmail.com iep70623@hotmail.com



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:	I.E.P 70623 Santa Rosa		
1.2. Director (a):	Lc. Bona Brindis Pineda Serrulo		
1.3. Docente del Área:	Valentin Aguilar Puma.		
1.4. Docente de Práctica:	Cesar Armando Gutierrez Diaz		
1.5. Estudiante Practicante:	Erick Josue Condon Luque		
1.6. Práctica Preprofesional:	Educación Primaria Urbana		
1.7. Ciclo Semestre académico:	VII	Fecha:	 / /

II. HORARIO DE CLASES:

Nº	DIA		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	7:45	8:30	2do "A"				
2	8:30	9:15	2do "A"				
RECREO							
3	9:30	10:15	1ro "A"				
4	10:15	11:00	1ro "A"				2do "A"
HORA DEL ALMUERZO							
5	11:15	12:00	6to "C"				1ro "C"
6	12:00	12:45	6to "C"				6to "C"



Mo. Cesar A. Gutierrez Diaz
 Docente de Práctica
 UNA - PUNO

Erick Josue Condon Luque
 Estudiante de Práctica
 Preprofesional



HOJA DE CONTROL DE ASISTENCIA

I. DATOS INFORMATIVOS:

1.1. Institución Educativa:	I.E.P 70623 Santa Rosa
1.2. Director (a):	Lic. Bona Brindes Pineda Semuto
1.3. Docente del Área:	Valentin Aguiar Puma.
1.4. Docente de Práctica:	Cesar Armando Gutierrez Díaz
1.5. Alumno Practicante:	Erick Josue Condor Luque
1.6. Práctica Preprofesional:	Educación Primaria Urbana

II. REGISTRO DE ASISTENCIA:

N°	FECHA	HORA	ACTIVIDAD	Grado y sección	FIRMA	OBS.
1	28/04/25		Exploremos el movimiento "Desplazamiento" de la pelota de la cancha en acción.	6to A°		
2	28/04/25		Exploremos el movimiento "Desplazamiento" de la pelota de la cancha en acción.	1ro A°		
3	28/04/25		Demostremos en armonía nuestros pechos.	6to C°		1
4	02/05/25		Exploremos el movimiento "Desplazamiento" de la pelota de la cancha en acción.	6to A°		
5	02/05/25		Exploremos el movimiento "Desplazamiento" de la pelota de la cancha en acción.	1ro A°		
6	02/05/25		Con pelotas y pelotas, expresamos la magia de nuestro cuerpo.	6to C°		2
7	05/05/25		A toda velocidad! Exploremos el movimiento y el espacio jugando.	6to A°		
8	05/05/25		A toda velocidad! Exploremos el movimiento y el espacio jugando.	1ro A°		
9	05/05/25		"Manos al volley"	6to C°		3
10	09/05/25		¡El juego sin límites! Jugamos describiendo el ritmo, espacio y fuerza.	6to A°		
11	09/05/25		¡El juego sin límites! Jugamos describiendo el ritmo, espacio y fuerza.	1ro C°		
12	09/05/25		A seguir y recibir! Exploremos el juego.	6to C°		4
13	12/05/25		¿Desafías un movimiento? Jugamos con los brazos y piernas con todo peso!	2do A°		
14	12/05/25		¿Desafías un movimiento? Jugamos con los brazos y piernas con todo peso!	1ro A°		
15	12/05/25		Jugamos con pasión, creamos con...	6to C°		5
16	16/05/25		Desafías un movimiento	6to A°		
17	16/05/25		Desafías un movimiento	1ro C°		
18	16/05/25		¡Sportista con determinación! Jugamos...	6to C°		6
19	20/05/25		¡Mis movimientos saludan a mi cuerpo!	6to A°		
20	20/05/25		¡Mis movimientos saludan a mi cuerpo!	1ro A°		
21	20/05/25		"Nos movemos libres y con respeto"	6to C°		7
22	30/05/25		Sentimos movimiento! ¡Mi cuerpo habla!	6to A°		
23	30/05/25		Sentir en movimiento! ¡Mi cuerpo habla!	1ro C°		
24	30/05/25		"Movimientos con confianza y sentido"	6to C°		8



Universidad Nacional Del Altiplano - Puno

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



25	02/06/25	Unidos por el ritmo, juntos en la gimnasia.	2do año	
26	02/06/25	Unidos por el ritmo, juntos en la gimnasia.	1ro año	
27	02/06/25	Expreso la emoción inferior con...	6to año	1
28	06/06/25	En gimnasia, juntos nos movemos...	2do año	
29	06/06/25	En gimnasia, juntos nos movemos...	1ro año	
30	06/06/25	Cada gesto cuenta: la fuerza de la expresión corporal.	6to año	10
31	09/06/25	He nuevo con confianza y confianza...	2do año	
32	09/06/25	He nuevo con confianza y confianza...	1ro año	
33	09/06/25	Salud: un movimiento que fortalece tu cuerpo.	6to año	11
34	13/06/25	He nuevo con confianza	2do año	
35	13/06/25	He nuevo con confianza	1ro año	
36	13/06/25	Cuerpo con movimiento	6to año	12
37	16/06/25	Se le aprende a lo unido: expresando mi sentimiento en acción.	2do año	
38	16/06/25	Se le aprende a lo unido: expresando mi sentimiento en acción.	1ro año	
39	16/06/25	Unidos en respeto y crecimiento	6to año	13
40	20/06/25	Lo que aprendo, también lo puedo mostrar.	2do año	
41	20/06/25	Lo que aprendo, también lo puedo mostrar.	1ro año	
42	20/06/25	Cena de cumpleaños juntos	6to año	14
43	23/06/25	Jugamos y sentimos el ritmo de nuestra vida.	2do año	
44	23/06/25	Jugamos y sentimos el ritmo de nuestra vida.	1ro año	
45	23/06/25	He nuevos con confianza y confianza...	6to año	
50				
51				
52				
53				
54				
55				

