**PROGRAMACIÓN CURRICULAR ANUAL 2016**

**I.- DATOS INFORMATIVOS**

1.1 UGEL : ANDAHUAYLAS

1.2 RED : AGROPECUARIO N° 08

1.3 I.E NUCLEO : AGROPECUARIO N° 08

1.4 I.E. ALIMENTADORA : 54104

1.5 Ciclo y Grado : IV CICLO. III GRADO

1.6 N° de horas : 2 + 3

1.7 Turno : TARDE

1.8 Docentes : 07

1.9 Docente 02 horas :

1.10 Docente 03 horas :

**II.- PRESENTACIÓN**

La Educación física tiene el propósito de desarrollar los aspectos bio-psico-sociales de los estudiantes y se orienta al desarrollo de destrezas, dominio corporal, práctico de actitudes sobre la cultura física, mediante el uso del ejercicio físico, la actividad física y deportes, desarrollando un estilo de vida saludable con autonomía; además de tener en su propósito una labor interdisciplinaria que conjuga con la biología, nutrición y fisiología humana.

En el IV ciclo, los niños y niñas experimentan diferentes situaciones de movimiento que se forman en actividades recreativas, psicomotrices, pre-deportivas, asociadas a la formación corporal y a los componentes espacio temporales, desarrollándose en un estilo de vida activa y saludable, que tiene como objetivo la accesibilidad, disfrute y experimentación de diversas situaciones de interacción con sus pares como parte de su educación integral.

En el tercer grado (3º) se incidirá en las diferentes actividades pre- deportivos recreativos utilizando diferentes tipos de movimientos coordinados y adoptando posturas corporales adecuadas, además de desarrollar progresivamente sus sentidos, dominio y uso corporal, a través de actividades diversas que implican la totalidad de su cuerpo o de partes del mismo, como medio expresivo.

**III.- MAPA DE PROGRESO-ESTANDAR POR CICLO**

|  |  |
| --- | --- |
| **CICLO IV Termino del**  **3ro grado** | C.1. Demuestra calidad progresiva en sus movimientos mediante el ajuste de la posición del cuerpo durante la preparación y ejecución, en diferentes etapas, de acciones motrices construyendo progresivamente su imagen corporal. Adopta una actitud positiva y una voluntad de probar cosas nuevas, disfruta de las actividades y el progreso en el aprendizaje. Toma conciencia de las posibilidades de expresión y movimiento de su cuerpo y las utiliza para relacionarse.  C.2. Identifica y practica actividades físicas de manera integral, identificando su frecuencia cardiaca en relación a su individualidad. Mejora las posturas corporales propias de las técnicas de movimientos. Práctica una alimentación saludable y explica alguna de las razones fisiológicas para la elección de alimentos en las personas.  C.3. Participa en juegos pre deportivos y actividades lúdicas organizadas, utilizando sus destrezas básicas adquiridas según objetivos de la actividad, identificando su nivel de desempeño motriz. Reconoce su acervo cultural a través de los juegos populares y tradicionales identificando sus beneficios en el entorno artificial y natural. |

**IV.- APRENDIZAJE ESPERADO**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **COMPETENCIA** | **CAPACIDAD** | **INDICADORES DEL GRADO** |
| **1.** **Construye su corporeidad** | **1.1.** Realiza acciones motrices variadas con autonomía, regulando la totalidad y partes de su cuerpo en el espacio, tiempo tomando conciencia de sí mismo y fortaleciendo su autoestima.  **1.2.** Manifiesta sus emociones y sentimientos, a través del cuerpo, el gesto y el movimiento como recursos expresivos que le permiten comunicar, gozar y relacionarse con los demás, fortaleciendo su identidad y desarrollando su creatividad. | * + 1. Demuestra independencia segmentaria, reconociendo su lado derecho e izquierdo con seguridad y confianza.     2. Utiliza su coordinación global y segmentaria interactuando con objetos y sus compañeros, adoptando una actitud positiva.     3. Demuestra equilibrio estático y dinámico adaptando la altura de la base de sustentación.     4. Demuestra y nombra las posiciones de su espacio en acciones motrices de su elección.     5. Demuestra dominio de sus movimientos ante estímulos y estructuras rítmicas sencillas.   1.2.1. Se expresa corporalmente a través de ideas, emociones y sentimientos para la representación mediante escenificaciones o imitaciones a personajes, objetos, historias, reales o imaginarias. |
| **2. Valora y practica actividades físicas y hábitos saludables**. | **2.1.** Practica actividad física reconociendo su importancia sobre la salud, desarrollando sus capacidades físicas a través del juego, la recreación y el deporte.  **2.2.** Adopta posturas adecuadas en situaciones cotidianas y en la práctica de actividades físicas variadas, reconociendo los beneficios para su salud.  **2.3.** Adquiere hábitos alimenticios saludables aplicando sus conocimientos para el cuidado del cuerpo. | * + 1. Relaciona sus capacidades físicas condicionales que intervienen en la práctica de juegos sencillos.     2. Propone juegos que impliquen carreras en distancias cortas en los que el alumno mejore su velocidad.     3. Ejecuta una variedad de ejercicios o actividades de movimiento para el desarrollo de la flexibilidad.     4. Identifica regiones anatómicas donde se mide la frecuencia cardiaca: carótida (cuello), radial y muñeca.     5. Explora actividades de activación y relajación corporal (calentamiento).     6. Identifica algunos de los principales problemas posturales pie plano y cavo, rodillas varas y valgas.     7. Conoce algunos elementos que son importantes en la adquisición de hábitos posturales adecuados.     8. Adquiere conocimientos básicos y actitudes que mejoren su postura en diversas situaciones cotidianas y los relaciona con la calidad de vida y la salud.     9. Investiga y realiza comparaciones entre posturas correctas e incorrectas.     10. Evalúa su postura y la de sus compañeros utilizando test sencillos de evaluación postural.     11. Practica una alimentación saludable y explica alguna de las razones fisiológicas para la elección de alimentos en las personas.     12. Identifica los alimentos nutritivos y su influencia para la práctica del ejercicio.     13. Consume los alimentos nutritivos destacando la importancia que tienen para el crecimiento y desarrollo del organismo cuando realiza ejercicio físico.     14. Utiliza sus conocimientos de nutrición en actividades físicas cotidianas.     15. Reconoce la importancia de practicar hábitos de higiene, alimentación e hidratación luego de la actividad física.     16. Conoce algunos elementos que contribuye una alimentación sana y equilibrada: variedad, tipos y calidad de los alimentos. |
| **3.** Utiliza sus habilidades socios motrices en actividades físicas y deportivas. | **3.1.** Utiliza el pensamiento estratégico en actividades físicas y deportivas como medio formativo.  **3.2.** Aplica sus habilidades socio motriz al compartir diversas actividades físicas, generando trabajo en equipo en una actitud de liderazgo, solidaridad y respeto hacia su entorno. | * + 1. Identifica los beneficios del trabajo colaborativo para resolver situaciones motrices diversas.     2. Elabora secuencias de movimientos que implican el uso de las destrezas básicas combinadas sin elementos.     3. Utiliza sus destrezas básicas en juegos diversos y respetando normas.     4. Usa sus destrezas motrices básicas en juegos organizados de colaboración y oposición.     5. Participa y conoce la estructura de juegos pre-deportivos de su preferencia.     6. Reconoce las debilidades y fortalezas motrices de sus compañeros a través de juegos variados.     7. Reconoce y acepta la diversidad cultural al participar en los juegos populares, tradicionales y autóctonos en diversos entornos.     8. Valora y participa en juegos populares y tradicionales, utilizando elementos propios de su comunidad, respetando la diversidad cultural.     9. Organiza y utiliza su tiempo libre en actividades lúdicas y recreativas que promuevan el respeto por el medio ambiente.     10. Identifica y respeta las reglas en la ejecución de los juegos recreativos rescatando el valor de la cooperación.     11. Reconoce el hecho de ganar o perder como su elemento propio del juego. |

**V.- MATRIZ DE VALORES Y ACTITUDES.**

|  |  |
| --- | --- |
| **VALORES** | **ACTITUDES** |
| Responsabilidad | * Cumple sus tareas y demás obligaciones oportunamente. * Asiste puntualmente al colegio y demás compromisos adquiridos. * Asiste regularmente y no tiene faltas. |
| Respeto | * Se comunica amablemente sin usar palabras soeces. * Opina personalmente sin desmerecer la opinión de los demás. * Mantiene un corte de cabello escolar. |

**VI.- CALENDARIZACIÓN**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PERIODO** | **DURACIÓN** | **NÚMERO DE HORAS** |
| **I** | 14-03-16 al 13-05-16 (8S) | 40 horas |
| **II** | 16-05-16 al 22-07-16 (9S) | 45 horas |
| **III** | 08-08-16 al 07-10-16 (8S) | 40 horas |
| **IV** | 10-10-16 al 23-12-16 (10S) | 50 horas |
| **TOTAL** | **35 Semanas** | **175 horas** |

**VII.- ORGANIZACIÓN Y CALENDARIZACIÓN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SITUACIÓN CONTEXTO** | **TÍTULO DE LA UNIDAD** | **INDICADORES** | **EVIDENCIAS** | **SEMANAS** | **BIMESTRE**  **TRIMESTRE** |
| **VIOLENCIA ESCOLAR** | JUGANDO ME DIVIERTO CON MIS COMPAÑEROS | 1.1.1  1.1.2  1.2.1  2.1.4  2.1.5  2.3.5  2.2.3  2.2.5  3.1.6  3.2.5 | FESTIVAL DE JUEGOS RECREATIVOS | 08 | I  BIMESTRE |
| **MAL USO DEL TIEMPO LIBRE** | ORGANIZAMOS MEJOR NUESTRO TIEMPO | 1.1.5  1.2.1  2.1.4  2.15  2.2.2  3.1.5  3.2.1  3.2.3 | MARCHA DE SENSIBILIZACION INSTITUCIONAL | 08 | II  BIMESTRE |
| **HÁBITOS DE ASEO** | PRACTICAMOS HÁBITOS DE ASEO DESPUÉS DE LAS ACTIVIDADES FÍSICAS | 1.1.2  1.2.1  2.1.5  2.2.3  2.3.5 (2S)  3.1.6 (2S) | CONCURSO DE LAVADO DE MANOS | 07 | III BIMESTRE |
| **INTERCULTURALIDAD** | REVALORAMOS EL QUECHUA | 1.1.2  1.2.1  2.1.2  2.1.3  2.3.1  3.1.2  3.2.2  3.2.5 | PRESENTACIÓN DE UN DRILL GYMNÁSTICO (MÚSICA AUTÓCTONA) | 08 | IV BIMESTRE |

**VIII.- ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS**

**Métodos y Técnicas:**

|  |  |
| --- | --- |
| METODOS | TECNICAS |
| * Mando Directo. * Asignación de Tareas. * Enseñanza Recíproca. * Descubrimiento Guiado. * Resolución de Problemas. * Método Mixto (Analítico-Sintético) * Libre Exploración. * Trabajo en Equipo | * Phillips 6 6 * Individual * Grupal * Demostrativo * Debate |

**Medios y Materiales**

* Conos.
* Sogas
* Balones
* Papelotes
* Plumones
* Vallas
* Cintas, etc.

**IX.- ORIENTACIONES PARA LA EVALUACIÓN**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **CRITERIOS** | **TIPOS** | **TECNICAS** | **INSTRUMENTOS** |
| **Construye su corporeidad** | Heteroevaluacion | -Observación  -Ejecución y practica calificada | * Ficha de evaluación * Lista de cotejo * Cuadro de cotejo * Escalas numéricas y graficas * Pruebas de ejecución |
| **Valora y practica actividades físicas y hábitos saludables** | Heteroevaluacion  Autoevaluación | -Observación  -Ejecución y practica calificada  -Trabajos escritos | * Lista de cotejo * cuadro de cotejo * Escalas numéricas y graficas * Cuadro de progresión * Pruebas de ejecución |
| **Utiliza sus habilidades socio motrices en actividades físicas y deportivas** | Heteroevaluacion  Evaluación | -sociometría  -Observación sistemática | * Ficha sociometría * Lista de cotejo * Escala grafica tipo “B” * Registro anecdotario * Ficha de observación |

**X.- BIBLIOGRAFÍA**

* AREVALO, JC (2015) Deporte y Actividades Físicas, Editorial UNAJMA, Apurímac-Perú.
* http://aulavirtual.perueduca.pe/course/view.php?id=202
* Campus virtual ipd.
* Camina, P. (2014). Psicomotricidad y motricidad en educación infantil (disertación de fin de grado 2014), Universidad de Valladolid.
* http://aulavirtual.perueduca.pe/course/view.php?id=150
* Isla Alcoser, S. D. (2013). Educación Física de Base: Teoría y Práctica. Perú: Universidad Inca Garcilaso de la Vega-UIGV.
* Jiménez J. & Alonzo J. (2007). Manual de psicomotricidad. Teoría. España: La tierra hoy.
* López, J. (1990). Educación Física Escolar. España: Esteban Sanz Martínez.
* Pérez, A. (2005). Esquema Corporal y Lateralidad. España: Universidad de Murcia.
* Pozo, P. (2010). Desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices en la Educación Física escolar.
* Purificación, H. &Vizuete, M. (2012). Los fundamentos teórico-didácticos de la Educación Física. España: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.
* Rigal, R. (2006). Educación motriz y educación psicomotriz en Preescolar y Primaria. España: INDE.
* Seirul·lo Vargas, F. (1981). Espacio-Tiempo en la Educación Física de base

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

**DIRECTOR I.E. PROFESOR DE AULA**

Lugar y fecha: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_