*“Año del fortalecimiento de la soberanía nacional”*

EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE N°06

1. **DATOS INFORMATIVOS:**
* UGEL : CALLAO
* Institución educativa : I.E. DORA MAYER
* Grado : QUINTO GRADO
* Docente : Prof. Berta Cancho Rosales – Prof. Erick Marcos Herrera
* Director : Lic. Pérsida Gómez Mauricio
* Subdirectora : Lic. Guadalupe Vicente Gutiérrez
* Temporalización : Del 15 de agosto al 16 setiembre (5 semanas)
1. **TITULO DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE**

“DEMOSTRAMOS UNA VIDA ACTIVA Y SALUDABLE AL REALIZAR EL PREDEPORTE DE BALONMANO Y

AL CONSUMIR ALIMENTOS SALUDABLE PROPIOS DE NUESTRA REGION”

1. **SITUACIÓN SIGNIFICATIVA**

En los estudiantes del quinto grado de la I.E. Dora Mayer ubicado en el distrito de Bellavista, se evidencia que los alimentos que ingieren en su dieta diaria es en mayor cantidad alimentos que aportan poco nutrientes y vitaminas recomendados para su edad de desarrollo, esto en gran medida al desconocimientos de qué tipos de alimentos son beneficiosos para ellos, además, de cuales deben consumir poco o regularmente y el impacto que estos generan en su organismo. También se observa su interés por aprender un nuevo predeporte, ya que hasta la fecha conocen el fútbol y voleibol.

Es por ello que desde el área de educación física y teniendo en cuenta que vivimos en una región donde una de las principales actividades económicas es el comercio de especies marinas, entre ellas el pescado en sus distintas variedades, y, sabiendo que el pescado es un alimento rico en nutrientes como: el omega 3, el hierro y vitaminas, etc. se propone realizar actividades de aprendizajes orientadas a dar a conocer los beneficios de consumir alimentos saludables, sobre todo el pescado, informar también sobre aquellos alimentos que no son beneficios y el impacto negativo que estos generan.

También se ve por conveniente realizar el predeporte del “handball” o balonmano, dar a conocer sus principales fundamentos, técnicas y tácticas, para que los estudiantes tengan un nueva forma de demostrar y desarrollar sus habilidades motrices y así vivir de forma activa y saludable.

Por ello nos proponemos los siguientes retos:

*¿De qué forma logramos que los estudiantes diferencien aquellos alimentos que son beneficiosos para*

*su dieta alimenticia y aquellos que no lo son?*

*¿De qué forma logramos que los estudiantes de manera autónoma dejen de consumir alimentos que son perjudiciales*

*para su salud a corto, mediano y largo plazo?*

*¿Cómo podemos lograr que, a través del handball, nuestros estudiantes demuestren sus habilidades motrices y sociomotrices?*

1. **PROPÓSITO:** Que los estudiantes conozcan que tipos de alimentos son beneficiosos para ellos y que practiquen el handball.
2. **PRODUCTO:** Que los estudiantes realicenuna secuencia de movimientos y aprendan el handball.
3. **PROPOSITOS DE APRENDIZAJE** (Competencias, capacidades y desempeños)

|  | Competencia y capacidades | Desempeños | ¿Qué nos dará evidencias de aprendizajes? | Instrumentos de evaluación |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| COMPETENCIAS TRANSVERSALES | **Gestiona su aprendizaje de manera autónoma.*** **Define metas de aprendizaje:** Es darse cuenta y comprender aquello que se necesita aprender para resolver una tarea dada. Es reconocer los saberes, las habilidades y los recursos que están a su alcance y si estos le permitirán lograr la tarea, para que a partir de ello pueda plantear metas viables
 | * Determina con ayuda de un adulto qué necesita aprender considerando sus experiencias y saberes previos para realizar una tarea. Fija metas de duración breve que le permitan lograr dicha tarea
 | * Participa en la autoevaluación de las tareas que realiza de acuerdo a los criterios que han sido compartidos. Con ayuda del docente, establece en qué va a mejorar.
 | * Lista de cotejo
 |
| **Se desenvuelve en los entornos virtuales generados por las TIC.*** **Interactúa en entornos virtuales:** Consiste en organizar e interpretar las interacciones con otros para realizar actividades en conjunto y construir vínculos coherentes según la edad, valores y contexto sociocultural
 | * Explora dispositivos tecnológicos, y los utiliza en actividades específicas teniendo en cuenta criterios de seguridad y cuidado
 | * Interactúa en la red virtual con el apoyo de sus padres para desarrollar sus actividades.
 | * Lista de cotejo
 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Enfoques transversales** | **Valor** | **Acciones o actitudes observables** |
| **ENFOQUE DE INTERCULTURALIDAD** | Respeto a la identidad cultural | Los docentes respetan todas las variantes del castellano que se hablan en distintas regiones del país, sin obligar a los estudiantes a que se expresen oralmente solo en castellano estándar |
| **ENFOQUE DE BÚSQUEDA DE LA EXCELENCIA** | Flexibilidad y apertura | Docentes y estudiantes demuestran flexibilidad para el cambio y la adaptación a circunstancias diversas, orientados a objetivos de mejora personal o grupal. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| SECUENCIA DE SESIONES 5° grado | PRIMERA SEMANA "Mejoramos nuestra coordinación óculo manual" | SEGUNDA SEMANA "Aprendemos pases y lanzamientos" | TERCERA SEMANA "Jugamos handball" |
| COMPETENCIA Y CAPACIDAD | Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad*Comprende su cuerpo* | Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices*Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices* | Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad*Comprende su cuerpo* |
| DESEMPEÑO | Anticipa las acciones motrices a realizar en un espacio y tiempo para mejorar las posibilidades de respuesta en la acción, aplicando la alternancia de sus lados corporales de acuerdo a su preferencia, utilidad y/o necesidad en la actividad física. | Emplea la resolución reflexiva y el diálogo como herramientas para solucionar problemas o conflictos surgidos con sus pares durante la práctica de actividades lúdicas y predeportivas diversas. | Anticipa las acciones motrices a realizar en un espacio y tiempo para mejorar las posibilidades de respuesta en la acción, aplicando la alternancia de sus lados corporales de acuerdo a su preferencia, utilidad y/o necesidad en la actividad física. |
| CRITERIO DE EVALUACION | Realiza movimientos coordinados según sus necesidades y posibilidades  | Participa en juegos de oposición aceptando al compañero como miembro de un equipo | Realiza movimientos coordinados según sus necesidades y posibilidades al practicar el predeporte de handball. |
| PROPOSITO | Que los estudiantes desarrollen su equilibrio viso motriz a través de diferentes ejercicios físicos propuestos  | Que los estudiantes realicen con cierto grado de precisión pases y lanzamientos referentes al handball | Que los estudiantes participen en un encuentro de handball con las reglas básicas  |
| EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE | Los estudiantes desarrollan su coordinación viso motriz | Los estudiantes practican los pases y lanzamientos | Los estudiantes practican el pre deporte de handball. |
| MATERIALES Y/O RECURSOS | Materiales no estructurados | Materiales no estructurados | Materiales no estructurados |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| SECUENCIA DE SESIONES 5° grado | CUARTA SEMANA "Alimentos saludables" | QUINTA SEMANA "Aprendemos sobre los octógonos" |
| COMPETENCIA Y CAPACIDAD | Asume una vida saludable*Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud* | Asume una vida saludable*Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud* |
| DESEMPEÑO | omprende los cambios físicos propios de la edad y su repercusión en la higiene en relación a la práctica de actividad física y actividades de la vida cotidiana y reflexiona sobre las prácticas alimenticias perjudiciales para el organismo analizando la importancia de la alimentación en relación a su IMC. | Comprende los cambios físicos propios de la edad y su repercusión en la higiene en relación a la práctica de actividad física y actividades de la vida cotidiana y reflexiona sobre las prácticas alimenticias perjudiciales para el organismo analizando la importancia de la alimentación en relación a su IMC. |
| CRITERIO DE EVALUACION | Reflexiona sobre los alimentos saludables de su dieta y propone cambios posibles a su dieta familiar | Reflexiona sobre un distintivo en particular que tienen algunos tipos de alimento y su importancia como medio de prevención  |
| PROPOSITO | Que los estudiantes a través de actividades lúdicas propuestas reconozcan que alimentos son beneficiosos para su salud | Que los estudiantes reconozcan que tipos de alimentos contienen “octógonos” y el por qué usan este tipo de distintivo.  |
| EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE | Los estudiantes comprenden la importancia de una buenas alimentación y como ésta nos beneficia | Los estudiantes comprenden la importancia de no consumir alimentos con octógonos, o reduciendo el consumo de este tipo de alimentos.  |
| MATERIALES Y/O RECURSOS | Campo deportivo, conos, platillos, pelotas | Campo deportivo, conos, platillos, pelotas |

*Erick Marcos Herrera*

Prof. de Educación Física

I.E. DORA MAYER

*Berta Cancho Rosales*

Prof. de Educación Física

I.E. DORA MAYER