



PERÚ

Ministerio  
de Educación



“Año del fortalecimiento de la soberanía nacional”

## **EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE N°04**



### **I. 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 30 de mayo al 24 de junio (4 semanas)

### **II. TITULO DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE**

“CUIDEMOS NUESTRA SALUD PROMOVRIENDO PRÁCTICAS DE HIGIENE Y ALIMENTACIÓN SALUDABLE”

### **III. SITUACIÓN SIGNIFICATIVA**

En los estudiantes del quinto grado de la I.E. Dora Mayer ubicado en el distrito de Bellavista, se ha evidenciado que luego de algunas semanas de haberse restablecido el servicio de educación de forma presencial, estos siguen preocupados por mantener una buena salud. También se ve el interés de los estudiantes por conocer nuevos deportes para practicar en conjunto con sus compañeros de clases.

Es por ello que desde el área de educación física se propone practicar el deporte del fútbol, con sus fundamentos más básicos para su práctica. Además, se propone ejecutar prácticas de higiene y alimentación saludable. Así mismo, nos planteamos los siguientes retos:

*¿De qué manera practicamos hábitos de higiene? ¿Qué sucede si no lo realizamos?*

*¿De qué forma logramos que los estudiantes interioricen la importancia de la buena alimentación?*

*¿Cómo logramos que practiquen los fundamentos básicos del fútbol?*

**IV. PROPÓSITO:** El propósito de esta experiencia de aprendizaje es que los estudiantes desarrollen sus capacidades sociomotrices.

**V. PROPOSITOS DE APRENDIZAJE** (Competencias, capacidades y desempeños)

	Competencia y capacidades	Desempeños	¿Qué nos dará evidencias de aprendizajes?	Instrumentos de evaluación
COMPETENCIAS TRANSVERSALES	<p><b>Gestiona su aprendizaje de manera autónoma.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Define metas de aprendizaje:</b> 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</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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.</li> </ul>	- Lista de cotejo
	<p><b>Se desenvuelve en los entornos virtuales generados por las TIC.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Interactúa en entornos virtuales:</b> 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</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explora dispositivos tecnológicos, y los utiliza en actividades específicas teniendo en cuenta criterios de seguridad y cuidado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interactúa en la red virtual con el apoyo de sus padres para desarrollar sus actividades.</li> </ul>	- Lista de cotejo

Enfoques transversales	Valor	Acciones o actitudes observables
<b>ENFOQUE DE DERECHOS</b>	Diálogo y concertación	Los docentes propician y los estudiantes practican la deliberación para arribar a consensos en la reflexión sobre asuntos públicos, la elaboración de normas u otros.
<b>ENFOQUE DE ORIENTACIÓN AL BIEN COMÚN</b>	Empatía	Los docentes identifican, valoran y destacan continuamente actos espontáneos de los estudiantes en beneficio de otros, dirigidos a procurar o restaurar su bienestar en situaciones que lo requieran.



PERÚ

Ministerio  
de Educación

SECUENCIA DE SESIONES 5° grado	PRIMERA SEMANA " Demostramos nuestra lateralidad al conducir el balón"	SEGUNDA SEMANA " Demostramos nuestras habilidades al ejecutar los pases en el fútbol"	TERCERA SEMANA " Mejoramos coordinación al realizar lanzamientos"	CUARTA SEMANA "Demostramos nuestras habilidades al practicar el pre fútbol"
<b>COMPETENCIA Y CAPACIDAD</b>	<b>Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad</b>  <i>Comprende su cuerpo Se expresa corporalmente</i>	<b>Asuma una vida saludable</b>  <i>Comprende las relaciones entre actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud</i>	<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>  <i>Se relaciona usando sus habilidades sociomotrices</i>	<b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b>  <i>Crea y aplica estrategias y tácticas de juego</i>
<b>DESEMPEÑO</b>	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.	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.	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.	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.
<b>CRITERIO DE EVALUACION</b>	El estudiante anticipa las acciones motrices para mejorar la respuesta de acción.	El estudiante ejecuta distintos tipos de pases con alta efectividad	El estudiante usa la resolución reflexiva para solucionar los impases dentro de su grupo de trabajo	El estudiante soluciona y dialoga en caso se presente un conflicto y lo resuelven de la mejor forma.
<b>PROPOSITO</b>	Que los estudiantes reconozcan su lateralidad al conducir el balón de distintos modos	Que los estudiantes identifiquen su frecuencia cardiaca al realizar pases en el fútbol	Que los estudiantes realicen distintos tipos de lanzamientos a corta, mediana y larga distancia.	Que los estudiantes jueguen un encuentro amistoso de fútbol y empleen la resolución reflexiva en caso se presenten conflictos.
<b>EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE</b>	Los estudiantes conducen el balón de distintas formas reconociendo su lateralidad	Los estudiantes ejecutan pases en compañía.	Los estudiantes ejecutan pases a diferentes distancias hacia sus compañeros.	Los estudiantes realizan un encuentro de pre fútbol.
<b>MATERIALES Y/O RECURSOS</b>	Pelota, platillos, conos.	Pelota, platillos, conos.	Pelota, platillos, conos.	Pelotas, conos, platillos, balones de fútbol.

*Erick Marcos Herrera*  
**Prof. de Educación Física**  
I.E. DORA MAYER

*Berta Cancho Rosales*  
**Prof. de Educación Física**  
I.E. DORA MAYER