

UNIDAD DIDÁCTICA

**Evaluamos nuestras habilidades
motrices y nos organizamos
para participar en los JEDPA
2025**

Nota:

Este documento es un material de trabajo elaborado con el propósito de contar con un modelo o ejemplo de Unidad didáctica. Es importante precisar que cada institución educativa tiene sus propio contexto, necesidades y demandas pedagógicas que deberá considerar para la planificación.

UNIDAD DIDACTICA

Área de Educación Física

I. DATOS GENERALES

Título : Evaluamos nuestras habilidades motrices y nos organizamos para participar en los JEDPA

Fecha : Marzo - abril

Periodo : 4 semanas

Ciclo : VII

II. SITUACIÓN SIGNIFICATIVA

Los estudiantes retornan a la escuela del periodo vacacional para iniciar un nuevo periodo lectivo. Como consecuencia de las vacaciones muchos de ellos dejaron de practicar actividad física saludable favoreciendo el sedentarismo, por tanto, es probable que sus habilidades motrices y sus habilidades sociomotrices se vieran afectadas.

Por otro lado, como parte de las actividades planificadas por la institución educativa se encuentra la de participar en los Juegos Escolares Deportivos y Paradeportivos 2024 (JEDPA), cuya primera etapa se inicia en la institución educativa en los primeros meses del año escolar. La participación de los estudiantes en esta actividad es una oportunidad de conocer y fortalecer sus habilidades motrices y sociomotrices a partir de la práctica de distintos deportes, como por ejemplo el vóley, futsal y el atletismo. En ese sentido, se plantea a los estudiantes el **reto de organizarse para participar en la etapa IE de los JEDPA 2025 en las disciplinas deportivas de vóley, futsal y atletismo.**

III. PROPÓSITO

Evaluar el nivel de las habilidades motrices básicas y específicas de los estudiantes al practicar diferentes disciplinas deportivas como, vóley, futsal y atletismo, así como, fortalecer su capacidad de organización para participar en la Etapa IE de los JEDPA 2024.

IV. PRODUCTO

Relación de equipos por disciplinas deportivas (vóley, futsal y atletismo) que participarán en la Etapa IE de los JEDPA 2024 representando al aula.

V. ENFOQUES TRANSVERSALES

Enfoque de derecho. - Estudiantes muestran respeto entre todos y cada uno de ellos, al llamarse por su nombre durante la práctica de vóley, futsal y atletismo.

Enfoque de interculturalidad. - Estudiantes muestra respeto y aceptación a las manifestaciones de sus compañeros al jugar y compartir responsabilidades en el juego.

VI. MATRIZ DE COMPETENCIAS Y CAPACIDADES

Competencias	Capacidades	Estándares	Desempeños precisados	Criterios de evaluación
<p>Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Comprende su cuerpo • Se expresa corporalmente 	<p>Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad cuando toma conciencia de cómo su imagen corporal contribuye a la construcción de su identidad y autoestima. Organiza su cuerpo en relación a las acciones y habilidades motrices según la práctica de actividad física que requiere realizar. Produce con sus compañeros diálogos corporales que combinan movimientos en los que expresan emociones, sentimientos y pensamientos sobre temas de su interés en un determinado contexto.</p>	<p>Coordina su cuerpo y da respuestas motrices eficaces durante la práctica de actividades físicas relacionadas al vóley, futsal y atletismo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Explica la importancia de la activación corporal y la hidratación antes, durante y después de la práctica de actividades físicas predeportivas y deportivas. • Adopta posturas adecuadas en la práctica de actividades predeportivas de vóley, futsal y atletismo. • Demuestra en la práctica sus habilidades motrices específicas relacionadas al vóley, futsal y atletismo. • Demuestra respeto hacia sus compañeros de equipo

<p>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices • Crea y aplica estrategias y tácticas de juego 	<p>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices integrando a todas las personas de la comunidad educativa en eventos lúdico - deportivos y promoviendo la práctica de actividad física basada en el disfrute, la tolerancia, equidad de género, inclusión y respeto, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso.</p> <p>Propone sistemas tácticos de juego en la resolución de problemas y los adecúa según las necesidades del entorno, asumiendo y adjudicando roles y funciones bajo un sistema de juego que vincula las habilidades y capacidades de cada uno de los integrantes del equipo en la práctica de diferentes actividades físicas.</p>	<p>Organiza al aula para su participación en la Etapa IE de los JEDPA 2024, en las disciplinas de vóley, futsal y atletismo, considerando las características, necesidades e intereses de cada uno de los integrantes del aula.</p> <p>Promueve entre sus compañeros de aula la práctica de hábitos saludables como la activación antes y después de la actividad física, la hidratación y la higiene personal.</p>	<p>y los oponentes durante la práctica de actividades predeportivas de vóley y atletismo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organiza la participación en la Etapa IE de los JEDPA 2024, integrando a todos los compañeros del aula, considerando sus característica, necesidades e intereses.
--	--	---	---	---

VII. SECUENCIA DE SESIONES DE APRENDIZAJE

Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3	Sesión 4
<p>Reconociendo mis habilidades motrices para la práctica del vóley.</p> <p>Los estudiantes identificarán sus habilidades motrices específicas relacionadas a los fundamentos del vóley al ejecutar saques, realizar pases cerca a la net, voleo y lanzamiento del balón, bloqueo y golpe de ataque. Todos participan de la actividad respetando sus características físicas, si es necesario, se deberá hacer adaptaciones que permitan la inclusión de todos los estudiantes en la actividad.</p> <p>Esta actividad nos permitirá identificar sus habilidades para la práctica del vóley en un clima de reflexión sobre su salud y bienestar socioemocional.</p>	<p>Nos integramos y divertimos practicando futsal.</p> <p>Los estudiantes identificarán sus habilidades motrices específicas relacionadas a los fundamentos del futsal al transportar y controlar el balón y realizar pases en múltiples direcciones. Todos participan de la actividad respetando sus características físicas, si es necesario, se deberá hacer adaptaciones que permitan la inclusión de todos los estudiantes en la actividad.</p> <p>Esta actividad nos permitirá identificar sus habilidades para la práctica del futsal en un clima de reflexión sobre su salud y bienestar socioemocional.</p>	<p>Fortaleciendo el trabajo en equipo desde la práctica de atletismo.</p> <p>Los estudiantes identificarán sus habilidades motrices específicas relacionadas a los fundamentos del atletismo como salto, velocidad, resistencia aeróbica, fuerza explosiva, etc. Todos participan de la actividad respetando sus características físicas, si es necesario, se deberá hacer adaptaciones que permitan la inclusión de todos los estudiantes en la actividad.</p> <p>Esta actividad nos permitirá identificar sus habilidades para la práctica del deporte de atletismo en un clima de reflexión sobre su salud y bienestar socioemocional.</p>	<p>Organizando el aula para los JEDPA.</p> <p>Los estudiantes, con la orientación del docente de aula, organizarán el equipo de vóley y de atletismo que representará al aula en la Etapa IE de los JEDPA. Se basarán en el diagnóstico realizado en las actividades anteriores. Realizada la conformación de los equipos, realizarán una práctica de ambos deportes preparándose para su participación en los JEDPA.</p>

VIII. DISEÑO METODOLÓGICO DE LAS SESIONES

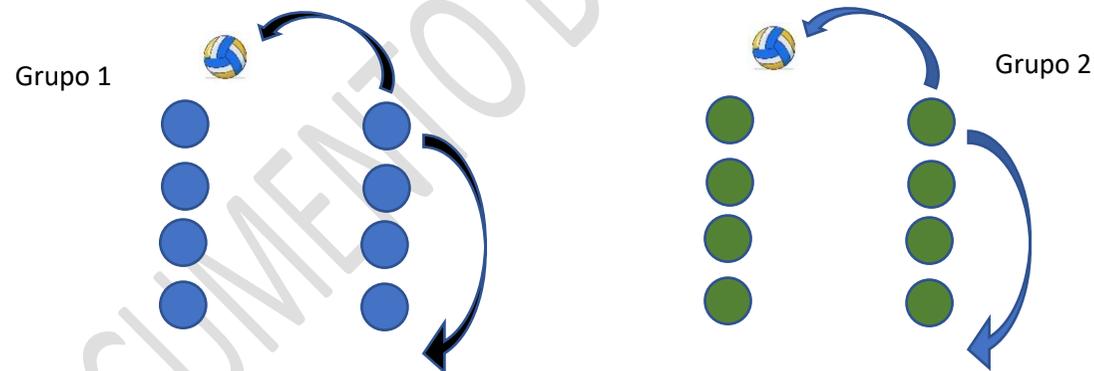
SESION 1: Reconociendo mis habilidades motrices para la práctica del vóley.

Propósito: Identificar habilidades de voleo, recepción y pases en diferentes situaciones del juego de vóley.	
MOMENTOS	DESCRIPCIÓN
INICIO	<ul style="list-style-type: none">• Activación. Sitúa a los estudiantes. Dialoga con ellos sobre la importancia de la actividad física y cómo esta repercute en nuestra salud física y emocional, que estamos retornando de las vacaciones y muchos hemos dejado de hacer actividad física regularmente como lo hacemos en la clase de educación física. Seguidamente, coméntales que se está iniciando la Etapa IE de los juegos escolares y sería importante nuestra participación, además es una oportunidad para recuperar la práctica de actividad física. Plántéales el reto de organizar el aula para participar en algunas de los deportes priorizados en los juegos escolares. <p>Les preguntas en qué deportes les gustaría participar y recoges sus respuestas (para el caso de este ejemplo de Unidad se han seleccionado vóley, fútbol y atletismo).</p> <p>Seleccionadas las disciplinas deportivas de su interés y les invitas a participar de la primera actividad (para el caso del ejemplo empezaremos con vóley), inicias preguntándoles:</p> <p>¿Qué conocen del vóley? ¿Cuáles son sus reglas?</p> <p>Luego les planteas que antes de empezar con las actividades físicas debemos de realizar la activación corporal. Les preguntas ¿por qué es importante realizarla? Escucha sus respuestas y comentarios, incluso pide sugerencias de cómo realizarla. La activación corporal debe estar en función al fundamento que se realizará. Es importante que la activación sea de manera dinámica y no estática.</p> <p>Nota: se sugiere iniciar con estiramientos y movimiento de articulaciones principalmente de los miembros superiores, saltos sobre el lugar y desplazamientos cortos.</p>

NOTA

Es importante que durante todo el proceso se evalúe a los estudiantes y se reflexione con ellos, en ese sentido, es necesario que previamente se cuente con un instrumento de evaluación que permita recoger información acerca del nivel de desarrollo de las competencias a partir de los criterios de evaluación planteados en la unidad de aprendizaje.

- Pide a los estudiantes se organicen en dos grupos. Luego cada grupo formará dos filas paralelas de tal forma que queden ubicados frente a frente y a una distancia de dos metros. Se entrega un balón a cada grupo al inicio de las filas y se les indica pasar el balón al compañero que se encuentra al frente, en ese instante sale corriendo y se ubica al final de la fila, el de al lado ocupa su lugar. El compañero que recibe el balón realiza la misma acción, hasta que todos hayan voleado y recibido. La regla es que deben de hacerlo en el menor tiempo posible, no deben saltar a ningún compañero de la fila y el balón no debe caer al suelo. Repetir la secuencia dos veces.

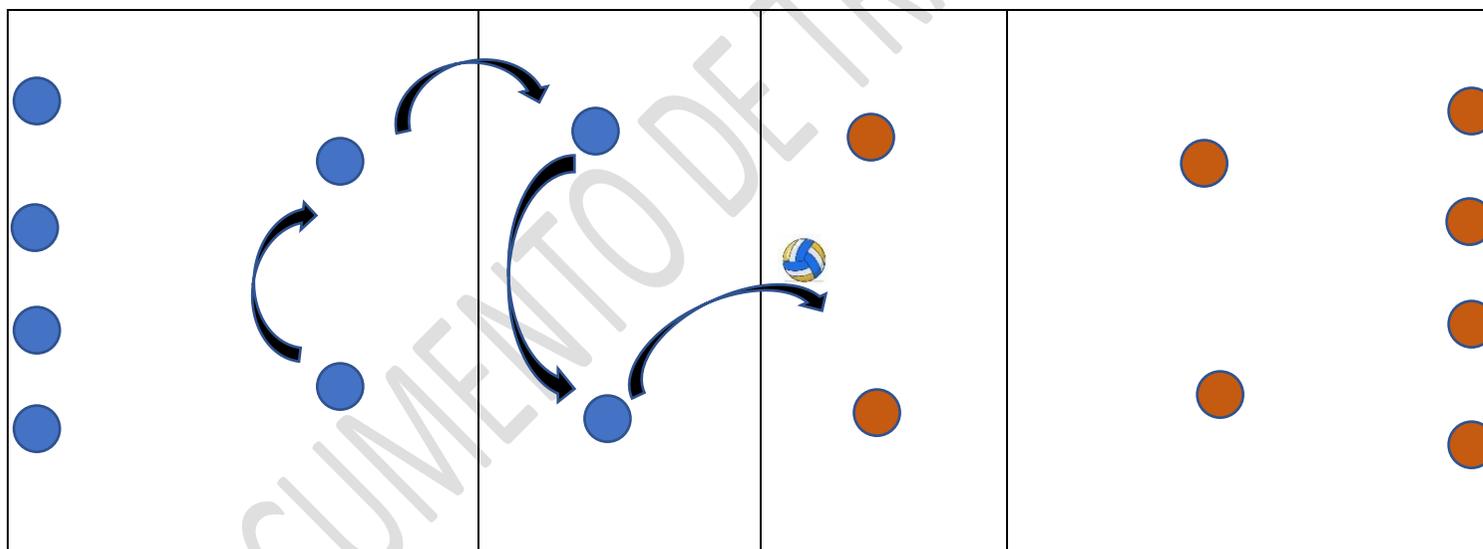


Terminado el ejercicio les pides responder las siguientes preguntas:

¿Lograron realizar el juego sin que el balón caiga al piso? ¿Qué dificultades tuvieron para hacerlo?

DESARROLLO

- Terminada la acción anterior, se invita a los estudiantes a organizarse en 4 grupos, y les indica se ubiquen de la siguiente manera, dos grupos en cada campo de la cancha de vóley. En cada campo, un grupo se coloca dentro del campo y el otro se coloca sobre la línea de fondo. El grupo que se encuentra dentro del campo deberá realizar 3 pases con toques de antebrazo y con un cuarto toque de antebrazo pasará el balón al campo contrario, en ese instante corren y se ubican en la línea de fondo y el otro grupo, que se encuentra esperando en la línea de fondo, corre y se ubica en el centro del campo esperando que retorne el balón, en ese instante realizará el mismo ejercicio. Mientras tanto, los grupos del campo contrario realizan los tres toques con antebrazo y con el cuarto toque pasan nuevamente el balón al campo contrario. Se contabiliza el número de veces que el balón cae al suelo. Termina el juego cuando uno de los grupos logra anotar 5 puntos.

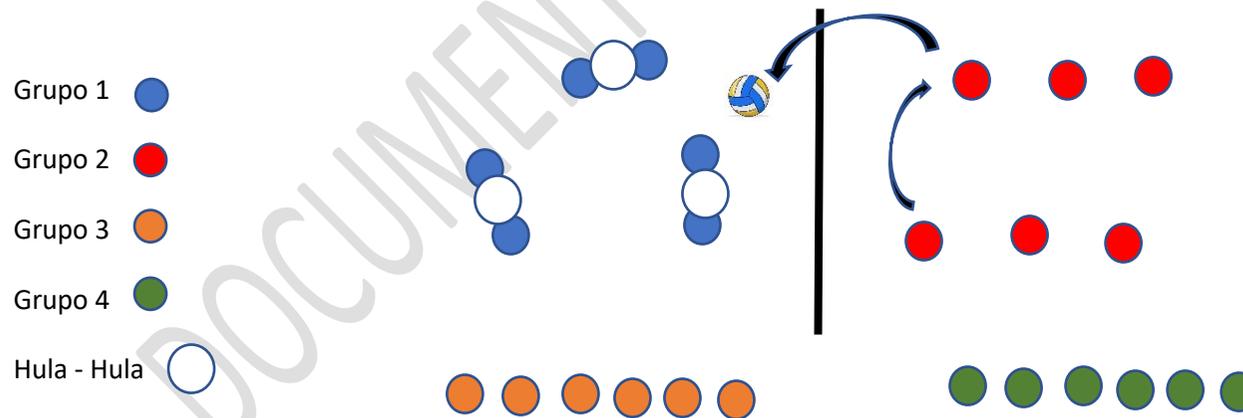


Terminado el juego, se les formula las siguientes preguntas:

¿Para qué nos sirvió el juego? ¿Qué parte del juego te resultó más difícil de realizar?

Luego de las respuestas, se refuerza resaltando cómo mejorar la técnica para el toque y dominio del balón con el antebrazo.

- Finalizada la actividad anterior se les invita a participar del siguiente juego. Para ello, les pide se organicen en cuatro grupos (1, 2, 3 y 4). Los grupos 1 y 2 grupos se posicionan uno en cada lado de la cancha de vóley. Los grupos 2 y 3 se ubican a los lados de cada campo y serán quienes observen la técnica de cada equipo, recojan y entreguen los balones, y contabilicen los puntos hasta el momento en que les toque entrar al campo. El equipo 1 se organiza dentro del campo de la siguiente manera: forman parejas y sostienen un aro o hula - hula (de no contar con hula - hula, se sugiere que las parejas se tomen de las manos formando un aro). El grupo 2, forma dos filas paralelas, el primer estudiante de la primera fila levanta con los antebrazos el balón y el primer estudiante de la segunda fila pasa el balón al campo contrario tratando de que caiga al suelo. Las parejas del grupo uno, al momento de ingresar el balón a su campo, deberán interceptar su trayectoria tratando de que caiga dentro del aro o entre sus brazos. Si el balón cae fuera de los aros o de los brazos se contabiliza como punto. El grupo contrario deberá asegurar colocar el balón fuera de los aros o brazos para obtener un punto. El juego termina cuando el grupo 2 logre realizar 10 puntos. En ese momento cambian de roles y reinician el juego hasta completar los 10 puntos, momento en el que salen del campo y dejan lugar a los grupos 3 y 4 para realizar la misma actividad.



	<ul style="list-style-type: none"> • Terminada la participación de todos los grupos reúnelos en el centro del campo e inicia un dialogo a partir de las siguientes preguntas: ¿Qué propósito tenían los juegos? ¿les pareció fácil realizarlos? ¿por qué? ¿qué les pareció este juego? Luego de escuchar sus respuestas, pregúntales: ¿qué tipo de técnicas han experimentado? ¿Cómo podemos poner en práctica todas esas técnicas? (La intención es que los estudiantes decidan realizar un juego de vóley, en ese instante les dices que es buena idea y le planteas que organicen un juego de vóley, pero con nuevas reglas, como por ejemplo variar el número de jugadores, ampliar el campo de juego, las anotaciones, etc. Les unos minutos para que decidan cómo jugar vóley y les pides expliquen cómo lo jugarían. Terminada la explicación les sugieres y aportas a su propuesta de tal forma que el juego permita observar el nivel técnico y táctico en relación a la práctica del vóley y los invitas a ubicarse en el campo e iniciar el juego. Finalizado el juego, les preguntas: ¿Qué les pareció jugar al vóley con otras reglas? ¿qué dificultades se presentaron o experimentaron? ¿cómo resolverlas? Recoge las respuestas y refuerza sus reflexiones.
<p>CIERRE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Para terminar la actividad, invita a los estudiantes a realizar ejercicios de recuperación y vuelta a la calma a partir de estiramientos y respiración. • Finalmente, los invitas a reflexionar en torno a las siguientes preguntas: ¿Cómo se han sentido durante los juegos? ¿Qué habilidades debemos de desarrollar para la práctica de vóley? ¿Cómo se debe realizar un buen mate, una recepción de balón, un buen pase, etc., en el vóley? Escucha sus opiniones y comentarios, guiando asertivamente la retroalimentación de sus aprendizajes. • Finaliza la sesión felicitándolos por su participación.