



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Facultad de Educación

Escuela Profesional de Educación Física

**Impacto de la falta de materiales en el desarrollo
pedagógico de la práctica pre profesional IV en la
Institución Educativa María Parado de Bellido**

TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

**Para optar el Título Profesional de Licenciado en Educación
Física**

AUTOR

Raschied Aref CHRISTOPHERSON MALPARTIDA

ASESOR

Dr. Carlos Wyly DEXTRE MENDOZA

Lima, Perú

2026



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Christopherson, R. (2026). *Impacto de la falta de materiales en el desarrollo pedagógico de la práctica pre profesional IV en la Institución Educativa María Parado de Bellido*. [Trabajo de suficiencia profesional de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Educación, Escuela Profesional de Educación Física]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM.

Metadatos complementarios

Datos de autor	
Nombres y apellidos	Raschied Aref Christopherson Malpartida
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	77129407
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0009-1348-5733
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	Carlos Wyly Dextre Mendoza
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	10389035
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0003-1360-739X
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Luis Martin Chavez Alvan
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	07295790
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	Freddy Alenadro Soto Zedano
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	31189691
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	Richard William Sandoval Magalhaes
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	06019634
Miembro del jurado 3	
Nombres y apellidos	-
Tipo de documento	-

Número de documento de identidad	
Datos de investigación	
Línea de investigación	Educación Física
Grupo de investigación	Ninguno
Agencia de financiamiento	Recursos propios
Ubicación geográfica de la investigación	Colegio Nacional Maria Parado de Bellido Rímac -12.029389, -77.028590
Año o rango de años en que se realizó la investigación	Julio 2024 – Marzo 2026
URL de disciplinas OCDE	EDUCACION GENERAL http://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.03.01



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS

Universidad del Perú. Decana de América

FACULTAD DE EDUCACIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA

"Carlos Cáceres Álvarez"



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

N° 009-2026-EPEF-FE/UNMSM

(R.R. 007393-R-22)

En la ciudad de Lima, a los 25 días del mes de marzo de 2026, siendo las 08:00 horas, se reunió en acto público el Jurado Examinador para la sustentación del Trabajo Suficiencia Profesional titulada: **IMPACTO DE LA FALTA DE MATERIALES EN EL DESARROLLO PEDAGÓGICO DE LA PRÁCTICA PRE PROFESIONAL IV EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA PARADO DE BELLIDO**, que presenta el Bachiller; **RASCHIED AREF CHRISTOPHERSON MALPARTIDA**, para optar el **Título Profesional de Licenciado en Educación Física**.

Luego de la exposición del graduado el jurado procedió a formular primero las preguntas relacionadas a su sustentación y las 10 preguntas del balotario de las asignaturas terminales de la carrera profesional, se procedió a la calificación individual y secreta, habiendo sido evaluado **Aprobado**, con la calificación de **Dieciséis (16)**.

Como testimonio del acto realizado, cada uno de los miembros del jurado procedió a suscribir la presente ACTA para que sea remitida a las instancias correspondientes, a fin de que se expida previo trámite administrativo, el diploma que acredite al bachiller como Licenciado en Educación Física.

En señal de conformidad, siendo las 08:51 horas se suscribe la presente acta, dándose por concluido el acto.

Mg. LUIS MARTIN CHAVEZ ALVAN
Presidente

Dr. CARLOS WYLY DEXTRE MENDOZA
Asesor

Mg. RICHARD WILLIAM SANDOVAL MAGALHAES
Jurado Informante

Mg. FREDDY ALEJANDRO SOTO ZEDANO
Jurado Informante



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
Universidad del Perú. Decana de América
FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA
"Carlos Cáceres Álvarez"



**ACTA DE EVALUACIÓN DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE SUFICIENCIA
PROFESIONAL PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO
EN EDUCACIÓN FÍSICA
(R.R. 007393-R-22)**

NOMBRE DEL AUTOR: RASCHIED AREF CHRISTOPHERSON MALPARTIDA
TÍTULO DE TRABAJO SUFICIENCIA PROFESIONAL:

**IMPACTO DE LA FALTA DE MATERIALES EN EL
DESARROLLO PEDAGÓGICO DE LA PRÁCTICA PRE
PROFESIONAL IV EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
'MARÍA PARADO DE BELLIDO.**

JURADO INTEGRADO POR LOS PROFESORES:

PRESIDENTE : Mg. LUIS MARTIN CHAVEZ ALVAN
JURADO INFORMANTE : Mg. RICHARD WILLIAM SANDOVAL MAGALHAES
JURADO INFORMANTE : Mg. FREDDY ALEJANDRO SOTO ZEDANO
ASESOR : Dr. CARLOS WYLY DEXTRE MENDOZA

CALIFICACIÓN:

SUSTENTACIÓN (70%): Dieciséis (11)

BALOTARIO (30%): Dieciséis (5)

RESULTADO FINAL: Dieciséis (16)

APROBADO CON MENCIÓN HONROSA

Lima, 25 de marzo del 2026

Mg. LUIS MARTIN CHAVEZ ALVAN
Presidente

Dr. CARLOS WYLY DEXTRE MENDOZA
Asesor

Mg. RICHARD WILLIAM SANDOVAL MAGALHAES
Jurado Informante

Mg. FREDDY ALEJANDRO SOTO ZEDANO
Jurado Informante

Anexo 1

CERTIFICADO DE SIMILITUD

R.R. N°000947-2026-R/UNMSM

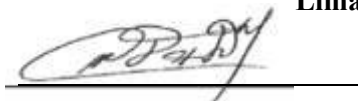
Yo, **Carlos Wyly Dextre Mendoza**, en mi condición de asesor acreditado con el Dictamen N° **054-2026-EPEF-FE/UNMSM** de la EP Educación Física del Trabajo de Suficiencia Profesional, cuyo título es; **IMPACTO DE LA FALTA DE MATERIALES EN EL DESARROLLO PEDAGÓGICO DE LA PRÁCTICA PRE PROFESIONAL IV EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA PARADO DE BELLIDO**, presentado por el bachiller **RASCHIED AREF CHRISTOPHERSON MALPARTIDA**, para optar el título profesional de **Licenciado (a) en Educación Física**,

CERTIFICO que se ha cumplido con lo establecido en la Directiva de Originalidad y de Similitud de Trabajos Académicos, de Investigación y Producción Intelectual. Según la revisión, análisis y evaluación mediante la plataforma PIDS, el documento evaluado cuenta con el **7 %** de similitud, nivel PERMITIDO para continuar con los trámites correspondientes y para su **publicación en el repositorio institucional**.

Se emite el presente certificado en cumplimiento de lo establecido en las normas vigentes, como uno de los requisitos para la obtención del título profesional de Licenciado (a) en Educación Física.

Lima, 25 de abril de 2026

Firma del Asesor



Nombres y Apellidos del asesor: Carlos Wyly Dextre Mendoza

DNI: 10389035

* Según corresponda: bachiller, magíster, doctor; título profesional o título de segunda especialidad

La vigencia del presente certificado corresponde a un período de noventa (90) días desde la fecha de su emisión; siempre que no haya observaciones en el texto durante el proceso de revisión por el jurado informante o surja alguna contingencia.

Dedicatoria:

Dedico este trabajo a mi familia, pilar esencial en cada paso de mi formación. A mis familiares, por su ejemplo de esfuerzo y constancia; y a quienes, con su cariño y apoyo incondicional, me animaron a continuar incluso en los momentos más difíciles. Gracias por ser mi refugio, mi impulso y mi mayor fuente de motivación. Cada palabra escrita y cada meta alcanzada llevan impreso el amor y los valores que me inculcaron desde siempre. Este logro también es suyo, porque sin su guía, comprensión y fortaleza, este camino no habría sido posible.

Agradecimiento:

Agradezco profundamente a todas las personas e instituciones que hicieron posible la culminación de este trabajo de investigación.

En primer lugar, expreso mi sincero reconocimiento a mis padres y familiares, cuyo apoyo emocional, comprensión y constante motivación fueron fundamentales durante todo este proceso académico. Su confianza en mis capacidades me impulsó a perseverar incluso ante las dificultades.

Mi gratitud se extiende a mis docentes y asesores de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, quienes, con su dedicación, exigencia académica y guía permanente, contribuyeron decisivamente a la consolidación de mis conocimientos y al desarrollo de esta investigación. Su compromiso con la formación profesional ha sido una inspiración constante.

Asimismo, agradezco a mis compañeros y amigos, quienes compartieron conmigo horas de estudio, diálogos enriquecedores y momentos que hicieron más llevadera esta etapa universitaria. Su presencia fortaleció mi camino tanto en lo académico como en lo personal.

Finalmente, reconozco el papel de todas aquellas personas que, de manera directa o indirecta, aportaron a la realización de esta tesis. A cada uno de ustedes, mi más sincero agradecimiento.

Índice

Caratula	Pág.1
Dedicatoria	Pág.2
Agradecimiento.....	Pág.3
I. Introducción	Pág.4
II. Objetivos	Pág.6
III. Contexto de la actividad	Pág.7
IV. Descripción de la actividad	Pág.8
4.1. Organización de sesiones.....	Pág. 9
4.2. Problemática	Pág. 11
VI. Recomendaciones.....	Pág. 21
VII Referencias	Pág. 22

ANEXOS

I. INTRODUCCIÓN

El presente informe académico titulado “Impacto de la falta de materiales en el desarrollo pedagógico de la Práctica Pre Profesional IV en la I.E. ‘María Parado de Bellido’ ubicada en el distrito del Rímac” tiene como propósito analizar de manera reflexiva los problemas ocasionados por la carencia de recursos para las clases de Educación Física, así como sus principales consecuencias en el proceso de enseñanza-aprendizaje y las soluciones implementadas para afrontar esta situación. La ausencia de materiales adecuados constituye un factor que limita el desarrollo óptimo de las actividades, afectando la dinámica pedagógica y la motivación estudiantil, lo que hace necesario plantear estrategias que permitan superar estas dificultades.

El área de Educación Física desempeña un papel esencial en la formación integral del estudiante, pues no solo contribuye al desarrollo físico, sino también al fortalecimiento de la identidad personal, la autoestima, la socialización, la toma de decisiones y la resolución de problemas en la vida diaria. (EBR Secundaria – Minedu, 2021). Sin embargo, cuando existen limitaciones en cuanto a recursos, los aprendizajes se ven comprometidos y se genera desinterés en los estudiantes, quienes no logran participar de manera activa ni experimentar los beneficios reales que ofrece la práctica sistemática del deporte y la actividad física.

Durante la práctica profesional en la I.E. “María Parado de Bellido” se constató que la falta de implementación de materiales didácticos representaba un obstáculo significativo para la realización adecuada de las sesiones. Esta problemática no solo afectaba la calidad de las actividades, sino también la motivación, la concentración y la interacción entre los estudiantes, produciendo un impacto negativo en su rendimiento y en la adquisición de habilidades motrices. Ante esta situación, se implementaron soluciones creativas que incluyeron la

reutilización de materiales reciclados, la adaptación de objetos disponibles en la institución y la elaboración de propuestas metodológicas basadas en actividades lúdicas, cooperativas y de bajo costo, con el fin de mantener la dinámica y el interés de los estudiantes.

A pesar de estas medidas, se evidenció que las consecuencias iniciales de la falta de materiales fueron significativas, manifestándose en la baja participación, la preferencia por juegos repetitivos y la ausencia de estrategias variadas para estimular el aprendizaje. Estos factores también influyeron en el desarrollo socioemocional, ya que se observó en muchos estudiantes desmotivación, baja autoestima y escasa interacción grupal. Por ello, las sesiones debieron orientarse a fomentar la cooperación, el trabajo en equipo y la confianza mutua, integrando dinámicas que fortalecieran no solo las capacidades físicas, sino también las relaciones interpersonales y la expresión emocional.

Como resultado de las soluciones implementadas, se logró reducir el impacto negativo de la carencia de recursos, logrando que los estudiantes participaran activamente y desarrollaran habilidades psicomotrices y sociales. Esta experiencia evidenció que, si bien la falta de materiales representa un problema serio en la enseñanza de la Educación Física, la creatividad, la innovación y la planificación estratégica son herramientas claves para mitigar sus efectos y garantizar un aprendizaje significativo.

Se podría decir que la práctica profesional permitió comprender que la escasez de recursos no debe convertirse en una limitación definitiva, sino en una oportunidad para replantear la labor pedagógica con un enfoque flexible, dinámico y creativo, orientado a buscar soluciones que contribuyan al desarrollo integral del estudiante, promoviendo la motivación, la cooperación y la resiliencia ante las dificultades.

II. OBJETIVOS:

2.1.Objetivo General:

Analizar los problemas ocasionados por la falta de materiales en el desarrollo de las clases de Educación Física durante la Práctica Pre Profesional IV en la I.E. “María Parado de Bellido”, identificando sus consecuencias y planteando soluciones creativas para mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje.

2.2 Objetivos Específicos:

1. Identificar las principales dificultades generadas por la ausencia de materiales en las clases de Educación Física.
2. Examinar las consecuencias pedagógicas, motivacionales y socioemocionales que produce la carencia de recursos en los estudiantes.
3. Describir las estrategias creativas implementadas para contrarrestar la falta de materiales en las sesiones de aprendizaje.
4. Proponer alternativas viables que permitan garantizar la calidad del aprendizaje en contextos con recursos limitados.

III.CONTEXTO DE LA ACTIVIDAD

3.1 Institución donde se desarrolló la actividad

- La Institución Educativa María Parado de Bellido está situada en el distrito del Rímac, en Lima, Perú. Fue fundada en 1952 y lleva el nombre de una figura prócer y mártir de la independencia del Perú, la huamanguina María Parado de Bellido. Empezó sus funciones en un modesto local situado en el mismo distrito.
- Ubicación administrativa: UGEL 02 Rimac (Unidad de Gestión Educativa Local 02).
- Coordenadas: -12.0291 °, -77.027858 °

FIGURA 1

Ubicación de la institución educativa “Colegio Emblemático María Parado de Bellido” de Rimac, Lima.



3.1. Período de duración

La práctica pre profesional IV inició el día 9 de agosto del 2022 y culminó el día 24 de noviembre del 2023 desarrollando 16 semanas de clases donde se desarrollaron 32 sesiones de aprendizaje.

3.2. Finalidad y objetivos de la entidad

La institución educativa “María Parado de Bellido” pertenece a la UGEL 02 la cual en su mayoría atiende a estudiantes de zonas aledañas a la institución. Está es monitoreada por la UGEL y el MINEDU cumpliendo los alineamientos que los estudiantes necesitan para su

desarrollo cognitivo y físico durante toda su etapa formativa. La institución atiende solo a Primaria y Secundaria en 1 turno: mañana, contando con 42 secciones por cada grado.

La Gran Unidad Escolar, hoy Institución Educativa "María Parado de Bellido", tiene el lema original: "Estudio, Constancia, Lealtad".

Misión

El Colegio Nacional "María Parado de Bellido" es una institución educativa pública emblemática. Su misión es desarrollar competencias académicas y socioemocionales en los estudiantes para que puedan continuar sus estudios superiores, practicando valores y un espíritu emprendedor. El colegio busca formar una nueva generación de líderes transformadores para el desarrollo del país mediante el cumplimiento de estándares de calidad educativa.

Visión:

Ser reconocido como una institución educativa líder en Lima Norte, inclusivo y diverso, en la formación integral de jóvenes emprendedores, con capacidad para la toma de decisiones para la vida, ser autónomos en su aprendizaje; con gestión democrática, transparente, participativa, humanística, con responsabilidad medio ambiental y acreditación de la calidad educativa por el SINEACE y la mejora continua de su sistema de gestión de la calidad.

Objetivo:

La IE Colegio Nacional "María Parado de Bellido" busca formar estudiantes íntegros con competencias académicas y socioemocionales, fomentando valores, liderazgo y espíritu emprendedor para que puedan continuar estudios superiores y contribuir al desarrollo del país mediante un desempeño responsable y transformador en una sociedad en constante cambio.

III. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

4.1. Organización de la actividad

Las sesiones de aprendizaje se desarrollaron considerando temáticas, las que fueron extraídas de la unidad didáctica de aprendizaje 1 y 2 desarrolladas por mí, el profesor titular del área de Educación Física (Tabla 1).

Tabla 1

Organización de las sesiones de aprendizaje.

Grado y Sección	Unidad didáctica	N° de sesión de Aprendizaje	Tema	Fecha	Hora	
					Inicio	Fin
2 “A”	1	1	La carrera de Relevos 4×30 m adaptando el testimonio con bastones de palo de escoba. Remarcando la zona de relevo de 20 más. Con tiza o cintas, que permitan tener en cuenta el respeto a sus espacios de trabajo.	09/08/2022	8:00 am	9:30 am
2 “A”	1	2	Explorar el Salto alto utilizando una piedra para marcar o raspar la altura máxima a la que se llega estos implementos fáciles de hallar nos aseguran que los estudiantes puedan participar y disfrutar de la actividad	11/08/2022	8:00 am	9:30 am
2 “A”	1	3	El salto largo adaptado al atletismo marcando la zona con tiza, Marcar el área de batida y caída con tiza; y medir con sogas o palos remplazando otros materiales.	16/08/2022	8:00 am	9:30 am

2 “A”	1	4	Realizar la carrera con obstáculos que incluyan dificultades del mismo lugar, cartón, botellas y crear vallas pequeñas con palos de escoba apoyados sobre botellas de plástico. Esto permite que la falta de material no sea una dificultad.	18/08/2022	8:00 am	9:30 am
2 “A”	1	5 6	La carrera de velocidad, se realiza marcando la salida y la partida con tiza, se trabajar las posiciones de salida Baja y Alta; y la reacción con palmada	23/08/2022	8:00 am	9:30 am
2 “A”	1	6	Practicar el lanzamiento de peso alternativo usando pelotas hechas de ropa enrollada o bolas rellenas con arena para simular el lanzamiento de bala.	25/08/2022	8:00 am	9:30 am
2 “A”	2	7	Implementar pruebas combinadas (tipo mini-decatlón) lanzar, saltar, correr y hacer relevos en diferentes estaciones con materiales reciclados.	29/08/2022	8:00 am	9:30 am
2 “A”	2	8	Promover la carrera de resistencia en circuito, Marcar con piedras o poleras un recorrido circular, cronometrar y reforzar la resistencia física	01/09/2022	8:00 am	9:30 am
2 “A”	2	9	Realizar el Salto alto con cuerda y una pita entre dos palos insertados en botellas pesadas. Reforzando los tipos de salto y la diferentes variaciones de los saltos en el tiempo.	06/09/2022	8:00 am	9:30 am
2 “A”	2	10	La Carrera de zigzag utilizando botellas de plástico llenas de arena o tierra, en línea y hacer velocidad con cambios de dirección, sin la necesidad de conos o estacas.	08/09/2022	8:00 am	9:30 am
2 “A”	2	11	Implementar el lanzamiento de precisión a círculos de tiza, utilizando materiales como piedras, pelotas de papel o botellas a círculos concéntricos dibujados en el piso.	13/09/2022	8:00 am	9:30 am

2	“A”	2	12	Reforzar el lanzamiento de jabalina, improvisar utilizando palos de escoba adaptados y lanzados hacia una zona marcada con tiza o piedras.	15/09/2022	8:00 am	9:30 am
1	“A”	1	13	Realizar carreras de sacos, utilizando materiales fácil de conseguir como costales grandes o bolsas resistentes que permiten los desplazamientos.	20/09/2022	10:30 am	12:00 am
1	“A”	1	14	Jugar el pañuelo con relevos es un juego que permite combinarlo con carreras por equipos para el trabajo de todos Usando materiales como o un trapo o pañuelo,	22/09/2022	10:30 am	12:00 am
1	“A”	1	15	Bolos reciclados, Botellas de plásticos envueltas en papel alineadas como bolos, que permiten lanzar pelotas recicladas o piedras para tumbarlos, todo hecho con materiales accesibles.	27/09/2022	10:30 am	12:00 am
1	“A”	1	16	El juego del ‘Quemado’ utilizando pelotas hechas de bolsas plásticas compactadas y zonas de lanzamiento marcadas con botellas cortadas”		10:30 am	12:00 am
1	“A”	1	17	El lanzamiento de precisión a círculos concéntricos dibujados con tiza utilizando pelotas elaboradas con papel y cinta reutilizada		10:30 am	12:00 am
1	“A”	1	19	La soga grupal elaborada con tiras de tela reciclada para trabajar saltos rítmicos en espacios marcados con tiza.	06/10/2022	10:30 am	12:00 am

4.2. PROBLEMÁTICA:

A pesar de los avances en la innovación educativa, Imba (2021) advierte que muchos docentes aún mantienen prácticas tradicionales que limitan el uso de materiales didácticos, reduciendo las oportunidades de aprendizaje significativo. Esta resistencia al cambio impide el aprovechamiento pleno de estrategias lúdicas y recursos tecnológicos, generando una brecha entre las nuevas demandas pedagógicas y las metodologías aplicadas en las aulas. Tal situación repercute directamente en la motivación estudiantil y en el desarrollo de competencias clave, afectando la calidad del proceso educativo.

De igual manera, estudios como el de Domínguez y Lindao (2022) revelan que, aunque los materiales didácticos están presentes en las clases, su aplicación suele ser insuficiente o inadecuada. Asimismo, Hernández y Campos (2021) mencionan que “la escasa capacitación docente en el uso de materiales didácticos y la poca inversión institucional generan clases desorganizadas y poco efectivas” (p. 33). Esta realidad refleja una brecha entre la teoría y la práctica educativa, donde el docente enfrenta obstáculos para implementar estrategias activas y significativas. En consecuencia, la falta de recursos tangibles y de apoyo institucional debilita la función pedagógica de la Educación Física como espacio formativo integral. Los docentes no siempre integran nuevas estrategias metodológicas que promuevan aprendizajes innovadores, lo que ocasiona una enseñanza rutinaria y poco participativa. Esto coincide con lo señalado por Herdosay y Adame (2021), quienes señalan que solo una minoría de educadores incorpora materiales inclusivos adaptados a las necesidades de todos los estudiantes, limitando así la construcción de experiencias educativas verdaderamente equitativas y enriquecedoras.

A pesar de los avances metodológicos, diversos estudios evidencian que la falta de materiales adecuados continúa afectando la calidad de la enseñanza en Educación Física. Según Castillo (2018), “en muchas instituciones educativas las clases se reducen a actividades

repetitivas y poco motivadoras por la escasez de implementos básicos” (p. 27). Esta limitación impide el desarrollo de experiencias motrices completas y dificulta la evaluación del progreso de los estudiantes, generando desinterés y bajo rendimiento en la asignatura.

Dada la importancia y su relevancia, diversos estudios evidencian que en muchas instituciones educativas no se dispone de los materiales suficientes para el desarrollo adecuado de las clases de Educación Física. Según Pérez (2021), la falta de recursos e infraestructura limita la aplicación de estrategias innovadoras, generando clases repetitivas y con escasa participación estudiantil. Esta situación obstaculiza el logro de los aprendizajes esperados y afecta la motivación del estudiante, quien no encuentra en la asignatura un espacio dinámico ni estimulante.

Por su parte, Pérez (2021) indica que la escasez de materiales adecuados continúa siendo una de las principales limitaciones para el desarrollo óptimo de las clases de Educación Física. Esta carencia impide implementar metodologías activas y limita la creatividad del docente, provocando sesiones repetitivas y poco motivadoras. Como resultado, los estudiantes no logran desarrollar plenamente sus habilidades motrices ni consolidar aprendizajes significativos, afectando el cumplimiento de los objetivos curriculares.

Sin embargo, el uso inadecuado o la falta de materiales, recursos y estímulos puede limitar la efectividad de la actividad física, reduciendo el interés y la participación de los estudiantes. En algunos contextos, la escasez de recursos o la poca creatividad en su aplicación provoca actividades monótonas, poco dinámicas y carentes de sentido lúdico, lo que disminuye la motivación y el aprendizaje. Además, si no se consideran factores como la edad, las capacidades o el entorno, el uso de los materiales puede resultar inapropiado e incluso generar frustración o desinterés en los participantes.

Por otro lado, Fernández y Castillo (2020) advierten que el inadecuado uso de los materiales didácticos por parte de algunos docentes repercute negativamente en el aprendizaje motor de los estudiantes. En ocasiones, los recursos se emplean sin una planificación clara o sin adecuarlos al nivel de desarrollo de los alumnos, reduciendo su efectividad pedagógica. Esta carencia de criterio metodológico refleja la necesidad de una mejor capacitación docente en el manejo y aprovechamiento de los materiales disponibles, especialmente en contextos con limitaciones de recursos.

Del mismo modo, se observa que la deficiente distribución de materiales durante las clases genera poca participación activa del alumnado. En varios casos, los estudiantes permanecen inactivos o esperando su turno debido a la escasez de materiales o a la falta de estrategias organizativas por parte del docente. Esto repercute negativamente en la dinámica de aprendizaje, ya que se limita el tiempo de práctica motriz, se reduce la interacción y se desaprovecha el potencial pedagógico del área de Educación Física.

Asimismo, Fernández y Castillo (2020) advierten que, en algunos casos, los docentes utilizan los materiales sin la debida planificación o conocimiento pedagógico, reduciendo su efectividad educativa. La falta de capacitación en el manejo de estos recursos origina actividades desorganizadas y con escaso valor formativo. Esto pone en evidencia la necesidad urgente de fortalecer la preparación docente en la gestión y aprovechamiento de materiales didácticos, especialmente en escuelas con recursos limitados.

No obstante, en muchas instituciones educativas todavía se observa una escasa utilización o un uso inadecuado de los materiales educativos, lo que limita el desarrollo de aprendizajes significativos. Algunos docentes no aprovechan los recursos disponibles o los emplean de manera rutinaria, reduciendo la motivación y la participación del alumnado. Esta

situación impide que los estudiantes adquieran plenamente las destrezas cognitivas y motoras que los materiales podrían fomentar.

Del mismo modo, se observa que la deficiente distribución de materiales durante las clases genera poca participación activa del alumnado. En varios casos, los estudiantes permanecen inactivos o esperando su turno debido a la escasez de materiales o a la falta de estrategias organizativas por parte del docente. Esto repercute negativamente en la dinámica de aprendizaje, ya que se limita el tiempo de práctica motriz, se reduce la interacción y se desaprovecha el potencial pedagógico del área de Educación Física.

Por otro lado, se observa que algunos maestros no consideran la realidad del entorno ni los recursos disponibles al planificar sus sesiones, lo cual genera una desconexión entre la teoría y la práctica. La falta de innovación y adaptación de materiales educativos adecuados al contexto local provoca que las clases sean menos dinámicas y que los alumnos no logren involucrarse plenamente en su aprendizaje. Esta situación resalta la necesidad de capacitar a los docentes en la creación y uso de materiales educativos contextualizados y sostenibles.

Sin embargo, los resultados también revelan que la mayoría de los docentes se limita al uso de materiales convencionales, evidenciando escasa innovación y poca incorporación de materiales alternativos o reciclados. Esta situación refleja una dependencia hacia los recursos tradicionales y un desaprovechamiento de los materiales no convencionales que podrían enriquecer la experiencia educativa, diversificar las actividades y compensar la falta de infraestructura o equipamiento adecuado.

De igual manera, la falta de conexión entre la teoría y la práctica sigue siendo una debilidad presente en algunas propuestas pedagógicas. Cuando el docente no integra experiencias reales, actividades participativas ni trabajos de campo, los aprendizajes se vuelven superficiales y descontextualizados. Esta carencia impide desarrollar plenamente las

competencias motrices y cognitivas que se esperan en los estudiantes, limitando la calidad educativa del área.

Por otro lado, se evidencia que en ciertos contextos escolares aún persiste la falta de conexión entre la teoría y la práctica, lo que debilita el desarrollo integral del alumnado. Cuando el maestro no integra experiencias directas, trabajos de campo o actividades prácticas, los estudiantes no logran relacionar los contenidos teóricos con su aplicación real. Esta carencia genera aprendizajes superficiales y limita el desarrollo de competencias motrices y cognitivas que la Educación Física busca fortalecer.

A pesar de los avances teóricos en torno al uso de materiales educativos, muchos docentes continúan utilizando recursos tradicionales sin adaptarlos al contexto ni a las necesidades de sus estudiantes. Esta limitación metodológica genera clases rutinarias y poco dinámicas, donde el alumno se convierte en un receptor pasivo en lugar de ser protagonista de su propio aprendizaje, reduciendo el impacto formativo que debería tener la Educación Física.

Sin embargo, los resultados también revelan que la mayoría de los docentes se limita al uso de materiales convencionales, evidenciando escasa innovación y poca incorporación de materiales alternativos o reciclados. Esta situación refleja una dependencia hacia los recursos tradicionales y un desaprovechamiento de los materiales no convencionales que podrían enriquecer la experiencia educativa, diversificar las actividades y compensar la falta de infraestructura o equipamiento adecuado.

Sin embargo, uno de los principales problemas identificados es la escasa utilización de materiales didácticos en las instituciones educativas, lo que limita el desarrollo de aprendizajes significativos. En muchos casos, los docentes dependen únicamente de los recursos tradicionales o carecen de estrategias para elaborar sus propios materiales, lo que reduce la motivación del alumnado y dificulta la comprensión práctica de los contenidos. Esta carencia

impide que los estudiantes puedan experimentar, manipular y aprender de manera activa, afectando su desarrollo integral.

Por otro lado, la falta de articulación entre docentes, padres de familia y comunidad en la elaboración de materiales educativos representa una debilidad en el proceso pedagógico. Cuando los materiales no se adaptan al contexto local ni a las características del estudiante, pierden su función formativa y se convierten en simples objetos de apoyo. Esta desconexión afecta la calidad del aprendizaje y reduce el impacto positivo que podría lograrse con una planificación más colaborativa y contextualizada.

No obstante, uno de los problemas señalados, es la tendencia de algunos docentes a depender de materiales comerciales o “prefabricados”, sin realizar adaptaciones que respondan a las características de sus alumnos. Esta práctica limita el potencial educativo del material, ya que se utiliza de forma mecánica y descontextualizada. La falta de reflexión pedagógica en la selección y uso de los recursos puede reducir la creatividad y la participación del estudiante, afectando la calidad del aprendizaje.

Por otro lado, se observa que la integración de las nuevas tecnologías en el área de Educación Física aún genera confusión o resistencia entre algunos padres y docentes. Aunque las TIC pueden ser un recurso valioso para reforzar aprendizajes y promover la práctica autónoma, su mal uso o falta de acompañamiento puede derivar en distracciones o en una aplicación poco pedagógica. Esto pone en evidencia la necesidad de fortalecer la orientación y supervisión tanto de los docentes como de las familias para garantizar un aprovechamiento educativo adecuado.

La innovación en los materiales didácticos constituye una herramienta clave para dinamizar la enseñanza.

La Educación Física cumple un papel esencial en el desarrollo integral del estudiante, ya que no solo fortalece las capacidades motrices, sino que promueve valores y aprendizajes significativos mediante la acción y la experiencia. Según Ramírez (2020), el uso creativo de materiales didácticos permite que los alumnos “aprendan haciendo”, lo que favorece su autonomía, la exploración del entorno y la resolución de problemas motores en contextos reales. De esta manera, el docente no depende exclusivamente de materiales sofisticados, sino que puede emplear recursos reciclados o de fácil acceso para estimular la participación activa y la construcción del conocimiento.

En esta misma línea, Rodríguez y Torres (2019) señalan que “la innovación del docente de Educación Física al utilizar materiales alternativos fomenta la creatividad, el trabajo colaborativo y el respeto por el entorno” (p. 45). Esto evidencia que el aprovechamiento pedagógico de los recursos disponibles en la escuela, aunque limitados, impulsa un aprendizaje más dinámico y contextualizado. Así, la carencia de materiales no representa una barrera, sino una oportunidad para fortalecer la capacidad de adaptación docente y promover prácticas sostenibles en el aula.

Quezada et al. (2025) destacan que la innovación en los materiales didácticos constituye una herramienta clave para dinamizar la enseñanza y fortalecer la participación activa del estudiante. Al integrar estrategias lúdicas y recursos tecnológicos, los docentes logran transformar el aula en un espacio de aprendizaje significativo, donde el juego y la creatividad estimulan la comprensión y retención del conocimiento. De igual modo, estudios como el de Acosta y Basto (2024) confirman que los materiales auténticos e innovadores generan mejoras

en el rendimiento académico y en la percepción del aprendizaje, especialmente en el área del idioma inglés, promoviendo así una experiencia educativa más integral y motivadora.

Según García y López (2023), el uso de materiales didácticos en el área de Educación Física representa un recurso indispensable para promover aprendizajes significativos, fortalecer las capacidades motrices y fomentar la creatividad del estudiante. Su adecuada implementación permite dinamizar las sesiones de clase, ya que facilita la comprensión de los contenidos mediante la experimentación y el trabajo colaborativo. De esta manera, los materiales, incluso los elaborados con recursos reciclados, se convierten en herramientas que potencian la participación activa y el desarrollo integral del alumnado.

En esa misma línea, Ramírez (2022) sostiene que los materiales didácticos estimulan la motivación y el interés de los estudiantes hacia la actividad física, al ofrecerles experiencias prácticas y recreativas que refuerzan los objetivos del currículo. Además, promueven la inclusión, ya que pueden adaptarse a diferentes contextos y necesidades educativas. Por ello, su uso creativo por parte del docente contribuye no solo al desarrollo físico, sino también al fortalecimiento de valores como la cooperación, la responsabilidad y el respeto entre los estudiantes.

De acuerdo con García y López (2023), los materiales didácticos en el área de Educación Física son un elemento esencial para el desarrollo integral del estudiante, ya que promueven aprendizajes significativos, fortalecen las capacidades motrices y estimulan la creatividad. Su correcta aplicación permite dinamizar las clases, facilitando la comprensión de los contenidos mediante la práctica y la exploración. De esta forma, el empleo de recursos accesibles o reciclados fomenta la participación activa y la autonomía del alumno, convirtiéndose en una herramienta pedagógica eficaz dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Ramírez (2022) sostiene que la incorporación de materiales didácticos en la enseñanza mejora la motivación del estudiante hacia la práctica deportiva, permitiendo experiencias activas y recreativas que fortalecen la convivencia y los valores. El uso de materiales sencillos y adaptados al contexto favorece la inclusión y la equidad educativa, asegurando que todos los alumnos puedan participar y disfrutar del aprendizaje. En este sentido, los materiales no solo cumplen una función instrumental, sino también formativa, al desarrollar competencias físicas, sociales y emocionales.

Debemos tener presente que el uso adecuado de materiales, recursos y estímulos aplicados en la actividad física representa un gran beneficio en los procesos educativos y formativos, ya que fomenta la creatividad, la socialización y el aprendizaje significativo a través del juego. Estos elementos no solo motivan la participación activa, sino que también permiten el desarrollo integral de las capacidades físicas y cognitivas de los estudiantes, generando ambientes dinámicos, divertidos y emocionalmente enriquecedores. Además, promueven la inclusión y la adaptación de las actividades según las edades, intereses y habilidades de los participantes, fortaleciendo el vínculo entre la educación y el disfrute.

Según Parlebas (1986), la interacción entre estos factores promueve aprendizajes corporales más significativos, pues los materiales y su distribución en el espacio facilitan experiencias motrices diversas. En este sentido, se reconoce que el empleo adecuado de recursos, junto con una planificación coherente, potencia la autonomía, la flexibilidad y la motivación del estudiante dentro de la práctica pedagógica.

El uso adecuado de los materiales educativos representa un factor fundamental en el proceso de enseñanza-aprendizaje, ya que permite que los estudiantes desarrollen sus capacidades cognitivas, motrices y sociales de manera integral. Cuando el docente emplea materiales elaborados con creatividad, utilizando recursos del entorno o elementos reciclados,

fomenta en los alumnos el interés, la participación y el aprendizaje significativo. Este enfoque, además, refuerza la conciencia ambiental y promueve valores como la responsabilidad y la colaboración dentro del aula.

El rol y compromiso en el uso de los materiales didácticos

El uso adecuado de los materiales educativos fortalece significativamente el proceso de enseñanza-aprendizaje, ya que permite que los estudiantes aprendan a través de la manipulación, la experimentación y la observación directa. Este enfoque multisensorial enriquece la comprensión, despierta el interés y estimula las capacidades cognitivas y motoras de los alumnos. Además, favorece la participación activa en el aula y promueve un aprendizaje más significativo, al relacionar los contenidos con la realidad social y natural que los rodea.

Elaborar materiales educativos con recursos de la comunidad o elementos reciclados constituye una estrategia valiosa que impulsa la creatividad docente y promueve la conciencia ambiental. De esta forma, se democratiza el acceso a herramientas pedagógicas sin depender de la adquisición de costosos implementos. A su vez, este tipo de práctica contribuye a desarrollar en los estudiantes valores como la responsabilidad, la cooperación y el respeto por el entorno.

Los docentes del área de Educación Física deben demostrar su compromiso en el uso de materiales convencionales durante sus sesiones. Este hecho refleja una preocupación por mantener una estructura didáctica organizada, que contribuye al desarrollo integral del alumnado. Además, el estudio resalta que algunos docentes complementan dichos materiales con elementos no convencionales, mostrando creatividad y capacidad de adaptación frente a la limitada disponibilidad de recursos en sus instituciones.

El uso de diversos recursos y materiales didácticos en las clases de Educación Física promueve una enseñanza más activa, participativa y adaptada a las necesidades de los estudiantes. Hay que considerar que no existen materiales buenos o malos por sí mismos, sino que su efectividad depende del uso que el docente les otorgue y de su adecuación al grupo de alumnos. Este enfoque fomenta la creatividad docente, la innovación pedagógica y el desarrollo integral del alumnado, fortaleciendo la conexión entre teoría y práctica. Esta reflexión permite comprender que la verdadera efectividad del material radica en su correcta aplicación, en la adaptación a las necesidades del grupo y en la creatividad del docente para transformarlo en una herramienta significativa de aprendizaje.

De esta manera podemos evidenciar una visión dinámica y actualizada del rol docente, reconociendo que el docente debe adaptarse a los cambios sociales y educativos para aprovechar al máximo los recursos disponibles. Este planteamiento promueve una enseñanza reflexiva e innovadora, donde la Educación Física se convierte en un espacio que une teoría y práctica, favoreciendo el desarrollo integral de los estudiantes y fomentando valores como la cooperación, la autonomía y la responsabilidad.

Además, el trabajo reconoce la importancia de la formación y actualización constante del docente, recomendando la capacitación en el uso de materiales didácticos y herramientas tecnológicas aplicadas a la Educación Física. Esta propuesta promueve un enfoque moderno y responsable del proceso educativo, en el cual los maestros fortalecen sus competencias profesionales y logran equilibrar lo lúdico con lo pedagógico. De este modo, se impulsa una enseñanza más activa, creativa y adaptada a las necesidades motrices y emocionales de los estudiantes.

Asimismo, el trabajo docente destaca la importancia de que se mantengan actualizados y sean capaces de adaptarse a los cambios sociales y educativos, aprovechando las herramientas

disponibles para ofrecer una educación de calidad. Esta disposición al cambio permite que el docente transforme su práctica pedagógica, utilizando metodologías más dinámicas y materiales variados que despierten el interés y la motivación del estudiante. En este sentido, la Educación Física se convierte en un espacio de aprendizaje significativo y formador de valores.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICA:

- Acosta Villabona, L., & Basto Barajas, M. (2024).
“Handy, My Didactic Guide”: Material educativo auténtico para la innovación en la educación del inglés. Corporación Universitaria del Caribe, CECAR.
- Annicchiarico, R. (2002)
La actividad física y su influencia en una vida saludable.
<https://www.efdeportes.com/efd51/salud.htm>
- Bautista, J. (2010).
Los materiales como mediadores.
www.investigalog.com/el_juego_como_metodo_didactico/tema8losmaterialescomomediadores/
- Barbosa-Zúñiga, J. (2021).
El uso de material didáctico y el material reciclado para favorecer la competencia motriz de los alumnos. Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí.
- Benjumea, M. M. (2004).
La Motricidad, Corporeidad y Pedagogía del Movimiento en Educación Física. In *I Simposio Latino Americano de Motricidad Humana.* Universidad Metodista de Piracicaba UNIMEP.
- Castillo, L. (2018).
Limitaciones pedagógicas en la enseñanza de la Educación Física en contextos rurales. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle.
- Domínguez-Parrales, L. D., Crespo-Parrales, S. L., González-Vizueté, K. F., & Martínez-Isaac, R. (2024).
Innovación educativa con Genially: estrategia de gamificación para potenciar la enseñanza de Educación Artística en un colegio público. MQRInvestigar, 8(1), 4747–4774.
- Domínguez, W., & Lindao, L. (2022).
Material didáctico en el proceso de aprendizaje de las matemáticas en estudiantes de 6to grado de la Unidad Educativa Cesáreo Carrera Andrade.
- Fernández, L., & Castillo, M. (2020).
La gestión de materiales didácticos en la enseñanza de la Educación Física escolar. Revista Latinoamericana de Educación, 14(2), 33–42.
- García, R., & López, J. (2023).
El impacto de los materiales didácticos en la mejora del aprendizaje motor en secundaria. Universidad Nacional de Educación.
- Hernández, J., & Campos, E. (2021).

Gestión de recursos didácticos en la enseñanza de la Educación Física escolar. Revista Peruana de Investigación Educativa, 9(2), 30–38.

- Herdosay, J., & Adame, M. (2021).

Diseño de material didáctico, estrategia para brindar una docencia inclusiva. PAG Revista Iberoamericana de Producción Académica y Gestión Educativa, 8(16).

- Imba, K. (2021).

El juego como estrategia didáctica para la enseñanza de lengua y literatura en estudiantes de segundo de EGB. Universidad Técnica del Norte.

- LARIOS CAL V A M, RIVERA J. y CONTRERAS, E. (2007).

La Incidencia del Docente y los Materiales Didácticos en los índices de reprobación. Universidad Tecnológica de Netzahualcóyotl.

- Pérez, A. (2021).

Limitaciones pedagógicas por la falta de recursos en el área de Educación Física. Revista Peruana de Innovación Educativa, 5(1), 45–53.

- Quezada, M., Núñez, C., Aguilar, W., & Reyes, M. (2025).

Innovación del material didáctico como estrategia lúdica en estudiantes de secundaria desde una revisión sistemática. Revista InveCom, 5(4), 1-8.

- Ramírez, C. (2022).

El uso de materiales alternativos como estrategia para el aprendizaje significativo en Educación Física. Revista Iberoamericana de Investigación Pedagógica, 10(3), 56–64.

- Ramírez, M. (2020).

Innovación pedagógica en la enseñanza de la Educación Física a través de materiales alternativos. Revista de Educación Motriz, 15(3), 40–49.

- Rodríguez, A., & Torres, F. (2019).

Educación Física y sostenibilidad: uso de materiales reciclados en la práctica docente. Revista Iberoamericana de Educación Física, 8(1), 42–48.

- Rodríguez, A., & Torres, F. (2019).

Educación Física y sostenibilidad: uso de materiales reciclados en la práctica docente. Revista Iberoamericana de Educación Física, 8(1), 42–48.

ANEXOS:

I. Datos Informativos:	
1.1. MODALIDAD	Presencial
1.2. ASIGNATURA	Educación Física
1.3. NIVEL	SECNDARIA
1.4. GRADO	2 “A”
1.5. FECHA	09/08/2022
1.6. TIEMPO	40 minutos
II. Título de la Sesión:	

III. Orientación de los aprendizajes			
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	CRITERIOS EVIDENCIAS Y DE APRENDIZAJES
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo y su motricidad en situaciones motrices. – Se expresa corporalmente a través de acciones motrices..	Ejecuta la carrera de relevos 4x30 m con dominio básico de la técnica de entrega y recepción del testimonio. Utiliza materiales reciclados (palos de escoba, botellas, cintas) con creatividad para suplir la falta de recursos.	Producto: Participación activa en la ejecución de la carrera de relevos 4x30 m con materiales reciclados. Desempeño observable: Entrega y recepción correcta del testimonio dentro de la zona de relevo respetando los espacios asignados.

IV. Valores
Respeto: Cumple normas y respeta los espacios y turnos de los demás. Responsabilidad: Participa activamente en la preparación del material. Solidaridad: Apoya a sus compañeros que tienen dificultades motrices.

V. Principios Didácticos
☐ Actividad y participación permanente del estudiante. ☐ Aprendizaje significativo a partir de la experiencia motriz. ☐ Enfoque vivencial y lúdico. ☐ Inclusión y equidad de oportunidades. ☐ Respeto al ritmo y proceso individual del aprendizaje. ☐ Contextualización según la disponibilidad de recursos del entorno.

VI. Estrategias Didácticas
Método: • Motivación activa: juegos previos, desafíos grupales. • Trabajo cooperativo: equipos de 4 a 6 estudiantes. • Reflexión guiada: preguntas problematizadoras sobre respeto y reciclaje. • Demostración práctica: observación y ejecución corregida. • Retroalimentación inmediata: acompañamiento del docente durante la práctica.

VII. Procedimientos
Explicativo- Demostrativo- Ejecutivo- Interrogativo- Evaluativo- Correctivo

- **Explicativo:** El docente presenta el objetivo y la dinámica del relevo 4x30 m.
- **Demostrativo:** Muestra la técnica de entrega del testimonio y la zona de relevo.
- **Ejecutivo:** Los estudiantes practican por grupos con supervisión docente.
- **Interrogativo:** El docente formula preguntas reflexivas sobre la importancia del respeto y del uso de materiales reciclados.
- **Evaluativo:** Se observa el desempeño individual y grupal.
- **Correctivo:** Se brindan indicaciones para mejorar la técnica y el comportamiento colectivo.

VIII. Material Didáctico

- ☐ Palos de escoba cortados (como testimonio).
- ☐ Tiza o cinta masking tape para demarcar las zonas de relevo.
- ☐ Botellas con arena para señalar líneas o bases.
- ☐ Silbato, cronómetro.
- ☐ Carteles con reglas básicas del relevo.
- ☐ Hojas de autoevaluación y rúbricas.

IX. Sesión de aprendizaje

FASES	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	GRÁFICOS
INICIAL 8 MIN.	• Motivación: El docente saluda y plantea una breve dinámica llamada “<i>Pasemos la energía</i>”, donde los estudiantes se pasan una pelota o botella reciclada rápidamente formando una cadena. • Situación problemática: Se pregunta: “¿Qué haríamos si no tenemos materiales deportivos? ¿Podemos seguir practicando atletismo?” “¿Cómo podríamos crear nuestros propios materiales?” • Propósito: Se presenta el objetivo de la sesión: aprender la carrera de relevos 4x30 m usando materiales reciclados. • Activación: Ejercicios de calentamiento general (movilidad articular, carrera suave, juegos cortos de reacción). • Organización de equipos: Se forman grupos de 4 estudiantes y se entrega un “testimonio” hecho con palos de escoba. • Reglas de convivencia: Se recuerda el respeto a los espacios marcados y a los compañeros.	
PRINCIPAL 28 MIN.	• Demostración: El docente muestra la técnica básica del relevo: ○ Carrera de 30 m por estudiante. ○ Entrega del testimonio dentro de zona de 20 m marcada con tiza o cinta. ○ Técnica de entrega (por arriba o por abajo según la comodidad). • Práctica guiada: ○ Ensayo del pase del testimonio en parejas. ○ Carrera progresiva con relevo en grupos. ○ Ejecución del relevo completo 4x30 m. • Corrección y retroalimentación: El docente observa posturas, coordinación, respeto de zonas y tiempos de entrega. • Reflexión en grupo: Se pregunta: “¿Qué pasó cuando no respetamos la zona de relevo?” “¿Por qué es importante trabajar en equipo?” “¿Qué aprendimos del uso de materiales reciclados?”	

FINAL 4 MIN.	– Enfriamiento: Ejercicios suaves de respiración y estiramiento. – Evaluación oral: Los estudiantes comentan qué aprendieron y qué les resultó más difícil. – Conclusión guiada por el docente: “Hoy demostramos que con creatividad y respeto podemos practicar deporte sin depender de materiales costosos.” – Autoevaluación rápida: Cada estudiante marca en una hoja cómo se sintió trabajando en equipo y si cumplió con el respeto de los espacios.	
-----------------	---	--

X. Referencias Bibliográficas

XI. Instrumento de Evaluación (Lista de cotejo, ficha de observación, rúbrica)

Rúbrica de observación del desempeño motriz y actitudinal:

Criterio	Logro destacado	Logro previsto	En proceso	En inicio
Ejecuta correctamente la entrega/recepción del testimonio				
Respeto la zona de relevo y los espacios de trabajo				
Coopera y mantiene actitud positiva				
Utiliza materiales reciclados con creatividad				

I. Datos Informativos:	
1.7. MODALIDAD	Presencial
1.8. ASIGNATURA	Educación Física
1.9. NIVEL	SECUNDARIA
1.10. GRADO	2 “A”
1.11. FECHA	11/08/22
1.12. TIEMPO	40 minutos

II. Título de la Sesión:
EL SALTO ALTO

III. Orientación de los aprendizajes

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	CRITERIOS Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJES
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	– Comprende su cuerpo y su motricidad en situaciones motrices. – Se expresa corporalmente a través de acciones motrices.	– Ejecuta la técnica básica del salto alto (impulso, despegue, vuelo y caída) adaptándola al contexto. – Usa una piedra o tiza para marcar o raspar la altura máxima alcanzada en una pared o superficie segura. – Participa activamente respetando turnos, normas de seguridad y a sus compañeros. – Valora el esfuerzo propio y ajeno, reflexionando sobre la posibilidad de practicar sin depender de materiales deportivos.	– Producto: Ejecución del salto alto adaptado con marcación de altura máxima usando piedra o tiza. – Desempeño observable: Control en la carrera de impulso, coordinación en el salto y respeto de normas básicas. – Actitud: Participación activa, trabajo colaborativo y respeto hacia los compañeros y materiales.

IV. Valores

- ☐ **Respeto:** Cumple normas, escucha y espera su turno.
- ☐ **Responsabilidad:** Cuida los materiales y sigue las indicaciones.
- ☐ **Solidaridad:** Ayuda a compañeros con dificultades en el salto.

V. Principios Didácticos

- ☐ Aprendizaje significativo y vivencial.
- ☐ Actividad permanente del estudiante.
- ☐ Contextualización del aprendizaje (uso de recursos del entorno).
- ☐ Participación activa y cooperativa.

VI. Estrategias Didácticas

- **Método:**
- ☐ Motivación con desafío motor: “¿Cuánto puedes saltar sin una barra?”
- ☐ Exploración guiada: observación y ensayo del salto.
- ☐ Trabajo cooperativo: pares o grupos para medir y registrar resultados.
- ☐ Reflexión guiada: diálogo sobre el esfuerzo, la creatividad y el respeto.
- ☐ Demostración práctica: modelo del docente y estudiantes voluntarios.

VII. Procedimientos

- **Explicativo- Demostrativo- Ejecutivo- Interrogativo- Evaluativo- Correctivo**
- ☐ **Explicativo:** Se explica el objetivo y las fases del salto alto.
- ☐ **Demostrativo:** Se muestra cómo impulsarse y marcar con la piedra.
- ☐ **Ejecutivo:** Los estudiantes practican el salto por turnos.

VIII. Material Didáctico

- ☐ Piedras pequeñas o tizas para marcar.
- ☐ Pared o superficie vertical segura (sin vidrios ni relieves peligrosos).

- ☐ Cinta adhesiva o cuerda para medir la altura.
- ☐ Conos o botellas para delimitar la zona de salto y de seguridad.
- ☐ Silbato, cronómetro, hojas de registro.
- ☐ Fichas de autoevaluación.

IX. Sesión de aprendizaje

FASES	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	GRÁFICOS
INICIAL 8 MIN.	Presentación Recojo de saberes previos Motivación Activación morfofuncional — demostración docente: Se explica y muestra las fases del salto alto (carrera de impulso, despegue, vuelo y caída). Luego se ejemplifica cómo usar una piedra o tiza para raspar o marcar el punto máximo del salto sin dañar la superficie. — Práctica guiada: • Cada estudiante realiza tres saltos para explorar su técnica. • Un compañero observa y mide el punto máximo alcanzado. • Se registra el resultado en una hoja grupal.	
PRINCIPAL 28 MIN.	Demostración docente: Se explica y muestra las fases del salto alto (carrera de impulso, despegue, vuelo y caída). Luego se ejemplifica cómo usar una piedra o tiza para raspar o marcar el punto máximo del salto sin dañar la superficie. — Práctica guiada: • Cada estudiante realiza tres saltos para explorar su técnica. • Un compañero observa y mide el punto máximo alcanzado. • Se registra el resultado en una hoja grupal. Reto cooperativo: Los grupos buscan mejorar su marca colectiva: cada miembro intenta superar su propia altura, fomentando el esfuerzo personal. — Reflexión durante la práctica: El docente formula preguntas: “¿Qué nos ayudó a saltar más alto?” “¿Por qué algunos logran mayor altura?” “¿Cómo podemos mejorar nuestro impulso?” — Intervención correctiva: Se corrigen posturas incorrectas de impulso o aterrizaje, reforzando la seguridad. — Enfatizar el valor: “No importa quién salta más alto, lo importante es participar, intentarlo y cuidar a los demás.”	
FINAL 4 MIN.	— Enfriamiento: Ejercicios suaves de estiramiento (piernas, brazos, espalda). Respiración guiada para volver a la calma. — Evaluación y reflexión grupal: En círculo, los estudiantes comentan:	

	“¿Qué aprendimos hoy?” “¿Cómo nos ayudó usar materiales del entorno?” “¿Qué valores aplicamos durante la práctica?” – Síntesis del docente: Se refuerza la idea de que el deporte puede adaptarse a cualquier contexto y que la creatividad y cooperación superan la falta de materiales. – Autoevaluación: Cada estudiante completa una breve ficha marcando cómo se sintió en la actividad (seguridad, esfuerzo, respeto, trabajo en equipo).	
--	--	--

X. Referencias Bibliográficas

XI. Instrumento de Evaluación (Lista de cotejo, ficha de observación, rúbrica)

Criterio	Logro destacado	Logro previsto	En proceso	En inicio
Ejecuta el salto alto con control y coordinación				
Marca correctamente su altura con piedra o tiza				
Respeto los turnos y zonas de trabajo				
Participa con actitud positiva y colaborativa				

I. Datos Informativos:	
1.13. MODALIDAD	Presencial
1.14. ASIGNATURA	Educación Física
1.15. NIVEL	SECNDARIA
1.16. GRADO	2 "A"
1.17. FECHA	16/08/2022
1.18. TIEMPO	40 minutos
II. Título de la Sesión:	
El salto largo	

III. Orientación de los aprendizajes			
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	CRITERIOS Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJES
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo y su motricidad en situaciones motrices. Se expresa corporalmente a través de acciones motrices.	- Ejecuta la técnica del salto largo (carrera de impulso, batida, vuelo y caída) adaptando los recursos del entorno. - Marca correctamente la zona de batida y caída con tiza o sogas. - Respeto los turnos, zonas y medidas establecidas.	Producto: Realización del salto largo adaptado, midiendo su distancia con sogas o palos. Desempeño observable: Coordinación, control corporal y respeto de la zona de batida. Actitud: Participación activa, trabajo cooperativo y compromiso con la actividad.

IV. Valores
☐ Respeto: Cumple normas, escucha y respeta turnos. ☐ Responsabilidad: Participa con cuidado y compromiso. ☐ Trabajo en equipo: Cooperar con sus compañeros durante la medición y el armado del espacio. ☐ Solidaridad: Apoya a los demás en la organización del campo de práctica. ☐ Cuidado del entorno: Utiliza los materiales con responsabilidad sin dañar el ambiente

V. Principios Didácticos
☐ Aprendizaje activo y vivencial. ☐ Contextualización según la realidad del entorno. ☐ Participación cooperativa y equitativa. ☐ Enfoque lúdico y reflexivo. ☐ Respeto a los diferentes ritmos y niveles de aprendizaje. ☐ Desarrollo integral del estudiante.

VI. Estrategias Didácticas

• Método: ☐ Motivación mediante reto: “¿Qué tan lejos puedes saltar sin colchonetas ni pista?” ☐ Trabajo cooperativo por estaciones. ☐ Demostración y práctica guiada. ☐ Reflexión sobre el aprendizaje. ☐ Autoevaluación participativa.		
VII. Procedimientos		
• Explicativo- Demostrativo- Ejecutivo- Interrogativo- Evaluativo- Correctivo ☐ Explicativo: El docente presenta el objetivo y explica las fases del salto largo. ☐ Demostrativo: Muestra la ejecución del salto, señalando los errores comunes. ☐ Ejecutivo: Los estudiantes practican por grupos. ☐ Interrogativo: El docente plantea preguntas que promueven la reflexión. ☐ Evaluativo: Observa el desempeño técnico y actitudinal. ☐ Correctivo: Brinda retroalimentación individual y grupal para mejorar la técnica.		
VIII. Material Didáctico		
☐ Tiza o piedras pequeñas para marcar la zona de batida y caída. ☐ Sogas o palos para medir distancias. ☐ Silbato y cronómetro. ☐ Conos o botellas con arena para delimitar zonas de seguridad. ☐ Hojas de registro de marcas. ☐ Fichas de autoevaluación.		
IX. Sesión de aprendizaje		
FASES	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	GRÁFICOS
INICIAL 8 MIN.	Presentación Recojo de saberes previos Motivación Activación morfofuncional • Recepción y motivación: El docente saluda cordialmente e inicia con el juego “Saltar y marcar”, donde los estudiantes saltan sobre líneas trazadas con tiza, intentando superarlas progresivamente. • Situación problemática: “Hoy vamos a practicar salto largo, pero no tenemos materiales deportivos... ¿cómo podríamos adaptarnos para hacerlo igual?” Los estudiantes proponen ideas, y el docente orienta la reflexión hacia el uso de tiza, sogas y palos como materiales alternativos. • Propósito de la sesión: Comprender y ejecutar la técnica del salto largo adaptando materiales del entorno para delimitar las zonas. • Activación física: ○ Movilidad articular (tobillos, rodillas, caderas, hombros). ○ Ejercicios de salto con dos pies, zancadas, skipping. ○ Juegos cortos de impulso y equilibrio. • Organización: Se forman grupos de 5 estudiantes y se les asigna una zona para marcar su área de batida y caída.	

PRINCIPAL 28 MIN.	a) Demostración inicial - El docente explica las fases del salto largo: - Carrera de impulso - Batida (punto de despegue) - Vuelo - Caída y medición - Demuestra la técnica y cómo marcar con tiza la línea de batida y la zona de caída, mostrando cómo medir con sogas o palos la distancia alcanzada. b) Práctica guiada - Cada grupo marca su zona de práctica con tiza y prepara una “pista de salto” corta (6 a 8 metros). - Los estudiantes realizan saltos de prueba para familiarizarse con la técnica. - Luego, cada integrante realiza 3 saltos consecutivos, midiendo con sogas o palos su distancia alcanzada. - Un compañero anota los resultados en la hoja grupal. c) Corrección y retroalimentación - El docente observa la postura, el impulso y la caída, realizando correcciones individuales. - Se brindan recomendaciones sobre cómo mejorar el equilibrio y la coordinación.	
FINAL 4 MIN.	Enfriamiento: Ejercicios suaves de respiración y estiramiento (piernas, espalda, brazos). Evaluación oral: El docente pregunta: “¿Qué aprendimos sobre el salto largo?” “¿Qué hicimos para resolver la falta de materiales?” “¿Cómo se sintieron al trabajar en equipo?” Síntesis y refuerzo: Se destacan los logros observados y la importancia de la creatividad, respeto y cooperación. Autoevaluación: Los estudiantes completan una ficha sencilla marcando su nivel de esfuerzo, respeto, participación y comprensión de la técnica.	

X. Referencias Bibliográficas

XI. Instrumento de Evaluación (Lista de cotejo, ficha de observación, rúbrica)

Criterio	Logro destacado	Logro previsto	En proceso	En inicio
Ejecuta el salto largo con control y coordinación				
Marca correctamente zona de batida y caída con tiza o sogas				
Respeto los turnos y reglas de seguridad				
Participa con actitud colaborativa y reflexiva				

I. Datos Informativos:	
1.19. MODALIDAD	Presencial
1.20. ASIGNATURA	Educación Física
1.21. NIVEL	SECUNDARIA
1.22. GRADO	2 "A"
1.23. FECHA	18/08/2022
1.24. TIEMPO	40 minutos
II. Título de la Sesión:	
Superamos obstáculos con creatividad	

III. Orientación de los aprendizajes			
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	CRITERIOS Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJES
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	- Comprende su cuerpo: Reconoce las acciones motrices necesarias para ejecutar la carrera con obstáculos. - Se expresa corporalmente: Controla su desplazamiento, salto y ritmo al enfrentar obstáculos.	- Realiza una carrera con obstáculos adaptada, mostrando dominio básico de coordinación y control corporal. - Participa en la construcción de vallas con materiales reciclados (cartones, botellas, palos de escoba). - Coopera con su grupo para organizar el circuito de obstáculos.	- Producto: Ejecución de una carrera con obstáculos creados con materiales reciclados. - Desempeño observable: Corre, salta y esquiva con coordinación y respeto a las reglas del circuito. - Actitud: Participación colaborativa, actitud positiva y respeto por los compañeros.

IV. Valores
☐ Trabajo en equipo: Cooperar en la construcción y ejecución de la carrera. ☐ Solidaridad: Ayuda a compañeros con dificultades motrices. ☐ Creatividad: Propone soluciones ante la falta de recursos. ☐ Cuidado del entorno: Reutiliza materiales reciclados en beneficio del aprendizaje.

V. Principios Didácticos
- Aprendizaje activo y participativo. - Contextualización según la realidad y los recursos del entorno. - Enfoque vivencial y lúdico. - Inclusión y equidad. - Respeto a los ritmos y niveles de aprendizaje. - Promoción de valores mediante la actividad física.

VI. Estrategias Didácticas
- Método: ☐ Motivación con reto motor: "¿Qué obstáculos puedes superar si los construyes tú mismo?" ☐ Trabajo cooperativo: equipos que diseñan y montan su propio circuito. ☐ Aprendizaje por descubrimiento: exploración libre de soluciones motrices. ☐ Reflexión guiada: diálogo sobre la creatividad y la sostenibilidad. ☐ Demostración práctica y acompañamiento continuo.

VII. Procedimientos

- **Explicativo- Demostrativo- Ejecutivo- Interrogativo- Evaluativo- Correctivo**
- ☐ **Explicativo:** Presentación de la actividad, objetivos y reglas básicas.
- ☐ **Demostrativo:** Ejemplo del docente sobre cómo saltar y esquivar obstáculos.
- ☐ **Ejecutivo:** Práctica de los estudiantes por equipos.
- ☐ **Interrogativo:** Preguntas para promover la reflexión (“¿Qué materiales usamos y por qué?”, “¿Cómo mejorar nuestra coordinación?”).
- ☐ **Evaluativo:** Observación del desempeño motriz y actitudinal.
- ☐ **Correctivo:** Retroalimentación y orientación personalizada para mejorar la técnica y la seguridad.

VIII. Material Didáctico

- ☐ Palos de escoba.
- ☐ Botellas plásticas grandes llenas de arena (soporte para las vallas).
- ☐ Cajas o cartones grandes.
- ☐ Tiza o cinta para delimitar zonas.
- ☐ Silbato, cronómetro, hojas de registro.
- ☐ Fichas de autoevaluación.

IX. Sesión de aprendizaje

FASES	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	GRÁFICOS
INICIAL 8 MIN.	Presentación Recojo de saberes previos Motivación Activación morfofuncional Motivación y activación: El docente inicia con una breve dinámica llamada “Supera el muro invisible”, donde los estudiantes deben saltar líneas marcadas con tiza en el suelo, simulando obstáculos. Luego plantea el reto: “Hoy construiremos nuestra propia pista de obstáculos. ¿Cómo podríamos hacerlo con materiales reciclados?” Participación activa: Los estudiantes proponen ideas (usar botellas, cartones, palos) y el docente los guía a organizar los materiales. Propósito de la sesión: Comprender y ejecutar la carrera con obstáculos utilizando materiales del entorno, demostrando creatividad y trabajo en equipo. – Calentamiento físico: • Movilidad articular general (cuello, hombros, caderas, rodillas, tobillos). • Carrera suave alrededor del área. • Ejercicios de salto y equilibrio. • Juegos de reacción corta (correr y detenerse ante una señal). – Organización: Se forman grupos de 5 a 6 estudiantes, cada grupo construye su propio mini circuito de obstáculos con los materiales disponibles.	
PRINCIPAL 28 MIN.	Demostración del docente • Explica las fases básicas de la carrera con obstáculos: 1. Despegue: inicio con impulso coordinado. 2. Salto: paso fluido sobre el obstáculo. 3. Aterrizaje y continuidad: mantener el ritmo de carrera. • Muestra cómo colocar correctamente los palos de escoba sobre las botellas para formar vallas pequeñas y seguras. • Demuestra la carrera completa con ritmo y cuidado.	

	b) Ejecución guiada 1. Cada grupo termina de montar su circuito de 4 a 5 obstáculos. 2. Los estudiantes practican la carrera por turnos. 3. Se hacen ajustes en la distancia o altura de los obstáculos para adaptarlos a todos los niveles. 4. El docente supervisa, anima y corrige posturas y técnicas de salto. c) Mini competencia cooperativa • Los equipos realizan carreras en relevos, donde cada participante debe completar el circuito y volver. • Se premia al grupo más coordinado y solidario, no al más rápido. d) Reflexión durante la práctica El docente formula preguntas para promover la reflexión: “¿Qué aprendimos al construir nuestras propias vallas?” “¿Fue difícil correr y saltar coordinadamente?” “¿Por qué es importante el trabajo en equipo en esta actividad?” e) Corrección y refuerzo • Se destacan las buenas prácticas observadas (seguridad, ayuda mutua, respeto). • Se corrigen errores en el despegue o aterrizaje con retroalimentación directa y positiva.	
FINAL 4 MIN.	– nfriamiento: Estiramientos suaves de piernas, brazos y espalda. Respiración guiada y relajación. – Evaluación participativa: En círculo, los estudiantes comparten: “¿Qué fue lo más divertido o desafiante de hoy?” “¿Cómo ayudamos a superar la falta de materiales?” “¿Qué valor practicamos durante la carrera?” – Síntesis del docente: El profesor refuerza la importancia de la creatividad, cooperación y respeto en el aprendizaje motriz. Se destaca que el deporte puede practicarse en cualquier contexto con disposición e ingenio. – Autoevaluación: Cada estudiante marca en una ficha su nivel de esfuerzo, participación y trabajo en equipo.	

X. Referencias Bibliográficas

XI. Instrumento de Evaluación (Lista de cotejo, ficha de observación, rúbrica)

Rúbrica de observación del desempeño motriz y actitudinal:

Criterio	Logro destacado	Logro previsto	En proceso	En inicio
Ejecuta la carrera con obstáculos coordinando saltos y desplazamientos				
Participa en la creación y uso de materiales reciclados				
Respeto reglas, turnos y espacios de trabajo				
Muestra actitud de cooperación y respeto				

I. Datos Informativos:

1.25.	MODALIDAD	Presencial
1.26.	ASIGNATURA	Educación Física
1.27.	NIVEL	SECNDARIA
1.28.	GRADO	2 "A"
1.29.	FECHA	23/08/2022
1.30.	TIEMPO	40 minutos

II. Título de la Sesión:

Carrera de velocidad con recursos del entorno

III. Orientación de los aprendizajes

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	CRITERIOS Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJES
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo y su motricidad en situaciones motrices. – Se expresa corporalmente a través de acciones motrices.	– Demuestra coordinación y control corporal al ejecutar la carrera de velocidad en línea recta. – Realiza correctamente la posición de salida baja y alta. – Reacciona ante la señal sonora (palmada) iniciando la carrera con rapidez y seguridad. – Respeta reglas, turnos y zonas marcadas con tiza. – Muestra disposición positiva y trabajo cooperativo en la práctica.	– Producto: Ejecución de una carrera de velocidad aplicando posiciones de salida y reacción sonora. – Desempeño observable: Se desplaza velozmente desde la señal de partida, mostrando coordinación, respeto y esfuerzo. – Actitud: Participa activamente, cumple normas y colabora con sus compañeros.

IV. Valores

- ☐ **Respeto:** Cumple las normas y espera su turno para correr.
- ☐ **Responsabilidad:** Participa activamente y cuida los materiales del entorno.
- ☐ **Trabajo en equipo:** Cooperar en la preparación del espacio de práctica.
- ☐ **Solidaridad:** Apoya a compañeros que tienen dificultades en la ejecución.
- ☐ **Perseverancia:** Se esfuerza por mejorar su reacción y velocidad.
- ☐ **Creatividad:** Encuentra soluciones ante la falta de implementos deportivos.

V. Principios Didácticos

- ☐ **Aprendizaje activo y vivencial.**
- ☐ **Aprovechamiento del entorno como recurso pedagógico.**
- ☐ **Enfoque lúdico y motivador.**
- ☐ **Inclusión y participación equitativa.**
- ☐ **Evaluación formativa y continua.**
- ☐ **Respeto a los diferentes ritmos de aprendizaje.**

VI. Estrategias Didácticas

- **Método:**
 - ☐ **Motivación con reto físico:** “¿Quién puede reaccionar más rápido ante una señal sonora?”
 - ☐ **Trabajo cooperativo y por parejas:** práctica compartida de salidas y reacciones.
 - ☐ **Demostración guiada:** docente ejemplifica las posiciones y la ejecución.
 - ☐ **Retroalimentación inmediata:** corrección individual y colectiva.
 - ☐ **Reflexión sobre la práctica:** diálogo sobre creatividad y esfuerzo.

VII. Procedimientos

- **Explicativo- Demostrativo- Ejecutivo- Interrogativo- Evaluativo- Correctivo**
- Explicativo: **Descripción de la actividad, reglas y fases de la carrera.**
- Demostrativo: **El docente muestra las posiciones de salida baja y alta.**
- Ejecutivo: **Práctica individual y grupal de la técnica.**
- Interrogativo: **Preguntas de reflexión sobre la ejecución (“¿Qué posición te resulta más cómoda?”, “¿Cómo puedes mejorar tu salida?”).**
- Evaluativo: **Observación del desempeño motriz y actitudinal.**
- Correctivo: **Orientación para mejorar la postura, coordinación y reacción**

VIII. Material Didáctico

- **Tiza para marcar líneas de salida y llegada.**
- **Silbato o palmada (como señal de salida).**
- **Cronómetro o celular (para medir tiempos).**
- **Botellas o conos improvisados (para marcar carriles).**
- **Hojas de registro y fichas de observación.**

IX. Sesión de aprendizaje

FASES	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	GRÁFICOS
INICIAL 8 MIN.	Presentación Recojo de saberes previos Motivación Activación morfofuncional — Motivación y activación: El docente inicia con el juego “Reacciona y corre”: los estudiantes se agrupan en parejas. Uno da una palmada y el otro debe reaccionar corriendo una corta distancia. Se intercambian roles. Se genera la reflexión: “¿Qué tan rápido puedes reaccionar ante una señal sonora?” “¿Cómo influye la posición de tu cuerpo al empezar a correr?” — Presentación del propósito: “Hoy aprenderemos la técnica básica de la carrera de velocidad, practicando la salida baja y alta, y reaccionando ante una señal sonora, utilizando solo tiza para marcar la pista.” — Calentamiento físico general: • Movilidad articular: cuello, hombros, brazos, caderas, rodillas, tobillos. • Carrera suave de 2 vueltas al espacio delimitado. • Ejercicios de reacción y coordinación: saltos cortos, movimientos rápidos de piernas, carreras con cambio de ritmo. — Organización: Se delimita el área de práctica con tiza: líneas de salida, llegada y carriles (4-6 m de largo). Los estudiantes se dividen en grupos de 4 a 5 integrantes.	
PRINCIPAL 28 MIN.	Demostración del docente • Explica y muestra las fases básicas de la carrera de velocidad: 1. Posición de salida: baja o alta. 2. Impulso inicial: reacción rápida ante la palmada. 3. Desplazamiento: pasos cortos y rápidos. 4. Llegada: mantener velocidad hasta la línea final. • Demuestra ambas posiciones (baja y alta) y explica cuándo se usa cada una. b) Práctica guiada	

	1. Los estudiantes practican las posiciones sin correr (simulación). 2. Luego practican salidas reales ante una palmada. 3. Se alternan posiciones para identificar cuál permite mayor impulso. 4. El docente ofrece retroalimentación continua sobre postura, equilibrio y reacción. c) Carrera adaptada • Se organizan carreras cortas (6 a 10 m) por grupos. • Cada estudiante realiza dos intentos, uno con salida baja y otro con salida alta. • Un compañero observa y registra los tiempos o reacciones. • Se promueve la ayuda mutua y el ánimo entre compañeros. d) Mini competencia recreativa • Carrera en relevos cortos entre equipos, priorizando la coordinación y reacción sobre la velocidad. • Se premia simbólicamente al equipo con mejor trabajo en grupo y actitud positiva. e) Reflexión durante la práctica El docente formula preguntas: “¿Qué posición te ayudó a salir más rápido?” “¿Cómo puedes mejorar tu reacción ante la señal?” “¿Qué aprendemos cuando usamos solo materiales simples como la tiza?”	
FINAL 4 MIN.	– Enfriamiento: Estiramientos suaves de piernas, brazos y espalda. Respiraciones profundas y relajación. – Evaluación participativa: En círculo, el docente guía una breve conversación: “¿Qué aprendimos hoy sobre la carrera de velocidad?” “¿Qué valor pusimos en práctica durante la actividad?” “¿Cómo solucionamos la falta de materiales?” – Síntesis del docente: Reafirma la importancia de la reacción, coordinación y respeto en la carrera de velocidad, destacando que la creatividad y el entusiasmo son más importantes que los materiales sofisticados. – Autoevaluación: Los estudiantes completan una ficha rápida con caritas o niveles de logro: • Entendí cómo se hace la salida baja y alta. • Pude reaccionar rápido ante la palmada. • Participé con respeto y entusiasmo.	

X. Referencias Bibliográficas

XI. Instrumento de Evaluación (Lista de cotejo, ficha de observación, rúbrica)

Rúbrica de observación del desempeño:

Criterio	Logro destacado	Logro previsto	En proceso	En inicio
Ejecuta correctamente la posición de salida baja y alta				
Reacciona con rapidez ante la señal de partida				
Mantiene coordinación y ritmo durante la carrera				
Respeto normas, turnos y demuestra buena actitud				

I. Datos Informativos:		
1.31.	MODALIDAD	Presencial
1.32.	ASIGNATURA	Educación Física
1.33.	NIVEL	SECNDARIA
1.34.	GRADO	2 “A”
1.35.	FECHA	25/08/2022
1.36.	TIEMPO	40 minutos
II. Título de la Sesión:		
Lanzamiento de peso con materiales alternativos		

III. Orientación de los aprendizajes			
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	CRITERIOS Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJES
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	Comprende su cuerpo y su motricidad en situaciones motrices. – Se expresa corporalmente a través de acciones motrices.	– Demuestra coordinación y control corporal al ejecutar la carrera de velocidad en línea recta. – Utiliza la técnica básica de impulso sin superar el límite de lanzamiento. – Coopera en la preparación y cuidado de materiales alternativos. – Respeto las normas de seguridad y los turnos. – Muestra disposición al esfuerzo, respeto y responsabilidad durante la actividad.	– Producto: Ejecución de lanzamiento de peso adaptado (pelota de ropa o arena). – Desempeño observable: Realiza correctamente el movimiento de impulso y lanzamiento desde una posición estable. – Actitud: Participa activamente, muestra respeto, esfuerzo y creatividad ante la falta de materiales.

IV. Valores

- ☐ **Respeto:** Cumple las normas y espera su turno para correr.
- ☐ **Responsabilidad:** Participa activamente y cuida los materiales del entorno.
- ☐ **Trabajo en equipo:** Coopera en la preparación del espacio de práctica.
- ☐ **Solidaridad:** Apoya a compañeros que tienen dificultades en la ejecución.
- ☐ **Perseverancia:** Se esfuerza por mejorar su reacción y velocidad.
- ☐ **Creatividad:** Encuentra soluciones ante la falta de implementos deportivos.

V. Principios Didácticos

- ☐ **Enfoque vivencial y práctico.**
- ☐ **Uso creativo del entorno y materiales alternativos.**
- ☐ **Participación activa e inclusiva.**
- ☐ **Respeto por los diferentes niveles de habilidad.**
- ☐ **Evaluación continua y formativa.**
- ☐ **Aprendizaje significativo y contextualizado.**

VI. Estrategias Didácticas

- **Método:**
- ☐ **Exploración motriz:** reconocer la fuerza y dirección del lanzamiento.

- ☐ **Demostración guiada:** observar y repetir el movimiento correcto.
- ☐ **Trabajo cooperativo:** en grupos pequeños para organizar materiales y medir lanzamientos.
- ☐ **Juego motor:** desafío por distancia o precisión.
- ☐ **Reflexión:** análisis de lo aprendido y su utilidad.

VII. Procedimientos

- **Explicativo- Demostrativo- Ejecutivo- Interrogativo- Evaluativo- Correctivo**
- ☐ **Explicativo:** El docente explica la técnica básica del lanzamiento.
- ☐ **Demostrativo:** Muestra la posición y movimiento correcto del brazo y cuerpo.
- ☐ **Ejecutivo:** Los estudiantes practican el lanzamiento.
- ☐ **Interrogativo:** El docente pregunta sobre la postura, dirección y seguridad.
- ☐ **Evaluativo:** Observa la ejecución y actitudes durante la práctica.
- ☐ **Correctivo:** Brinda retroalimentación sobre postura, agarre y control.

VIII. Material Didáctico

- ☐ **Pelotas artesanales** (hechas de ropa enrollada o arena dentro de bolsas resistentes).
- ☐ **Tiza o sogas** para marcar línea de lanzamiento y zona de caída.
- ☐ **Cinta métrica o cuerda graduada** para medir distancias.
- ☐ **Fichas de observación.**
- ☐ **Silbato o palmada** (inicio y cierre).

IX. Sesión de aprendizaje

FASES	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	GRÁFICOS
INICIAL 8 MIN.	Presentación Recojo de saberes previos Motivación Activación morfofuncional a) Motivación: El docente presenta el reto: “¿Sabías que no necesitamos balas de metal para practicar lanzamiento de peso? Hoy crearemos nuestras propias pelotas para demostrar nuestra fuerza y creatividad.” • Se invita a los estudiantes a observar y manipular los materiales alternativos (pelotas de ropa y arena). • Conversan brevemente: “¿Qué ventajas tiene usar estos materiales?” “¿Qué debemos cuidar para que sean seguros?” b) Activación corporal: • Movilidad articular (brazos, hombros, muñecas, tronco, piernas). • Juegos de fuerza y coordinación: ○ “Empuja y retrocede”: parejas empujan suavemente con las manos. ○ “Lanza y atrapa”: lanzar la pelota al compañero a distintas distancias. c) Presentación del propósito: “Aprenderemos a realizar el lanzamiento de peso usando materiales del entorno, controlando la fuerza y dirección del lanzamiento, demostrando responsabilidad y respeto.”	
PRINCIPAL 28 MIN.	Demostración del docente • Muestra la técnica básica: 1. Posición inicial: pies separados, cuerpo semi-flexionado. 2. Colocar la pelota cerca del cuello o la barbilla.	

	- Impulso con el brazo, acompañando con rotación del tronco. - Soltar la pelota con extensión completa del brazo, sin sobrepasar la línea de lanzamiento. - Señala errores comunes: lanzar con los dos brazos, saltar o sobrepasar la línea. b) Práctica guiada - Práctica individual sin pelota (movimiento en seco). - Práctica con pelota ligera (ropa enrollada). - Luego, con pelota más pesada (arena). - Ejercicios por fases: - Fase 1: posturas y agarre. - Fase 2: impulso del brazo. - Fase 3: lanzamiento completo. El docente recorre los grupos, corrigiendo posturas y animando a mejorar la técnica (procedimiento correctivo y evaluativo). c) Mini competencia de lanzamiento - Se forma una línea de lanzamiento con tiza. - Cada estudiante lanza dos veces, buscando mejorar su distancia sin salirse del límite. - Compañeros ayudan midiendo con cuerda o marcando la caída. - El docente promueve la actitud positiva y el respeto a las normas. d) Reflexión durante la práctica “¿Qué hiciste para lanzar más lejos?” “¿Qué parte del cuerpo te ayudó más?” “¿Cómo te sentiste usando materiales alternativos?”	
FINAL 4 MIN.	) Enfriamiento: - Caminata suave y estiramientos de brazos, cuello, espalda y piernas. - Respiración profunda y relajación. b) Evaluación participativa: En círculo, los estudiantes responden: “¿Qué aprendí hoy sobre el lanzamiento de peso?” “¿Qué valor puse en práctica?” “¿Qué haría diferente la próxima vez?” c) Síntesis del docente: Reafirma el aprendizaje: “Hoy demostramos que con creatividad podemos practicar cualquier deporte. No necesitamos materiales costosos, sino ganas, esfuerzo y cuidado.” d) Autoevaluación rápida (ficha): - Comprendí la técnica básica del lanzamiento. - Logré controlar la fuerza y dirección. - Respeté normas y colaboré con mi grupo. - Me sentí motivado y creativo en la actividad.	

X. Referencias Bibliográficas

XI. Instrumento de Evaluación (Lista de cotejo, ficha de observación, rúbrica)

Rúbrica de observación del desempeño:

Criterio	Logro destacado	Logro previsto	En proceso	En inicio
Realiza la técnica básica del lanzamiento con coordinación y fuerza				
Mantiene postura correcta y equilibrio al lanzar				

Participa activamente y respeta normas de seguridad
Usa materiales alternativos con creatividad y cuidado

I. Datos Informativos:

1.37. MODALIDAD	Presencial
1.38. ASIGNATURA	Educación Física
1.39. NIVEL	SECUNDARIA
1.40. GRADO	2 "A"
1.41. FECHA	29/08/2022
1.42. TIEMPO	40 minutos

II. Título de la Sesión:

Pruebas combinadas, lanzamientos y carreras.

III. Orientación de los aprendizajes

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	CRITERIOS Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJES
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	- Comprende su cuerpo y su motricidad en situaciones motrices. - Se expresa corporalmente a través de acciones motrices.	- Ejecuta diversas pruebas atléticas (correr, saltar, lanzar, relevos) utilizando materiales reciclados con creatividad, coordinación y seguridad. - Coopera con sus compañeros organizando las estaciones del mini-decatlón. - Muestra entusiasmo, esfuerzo y respeto por las reglas del juego.	Participa en el desarrollo de un mini-decatlón escolar , demostrando dominio básico de habilidades motrices (correr, saltar, lanzar, relevos), creatividad en el uso de materiales reciclados y actitud de colaboración.

IV. Valores

- ☐ Responsabilidad: Cuidado del entorno y cumplimiento de reglas.
- ☐ Respeto: Trato amable hacia los compañeros y aceptación de las diferencias.
- ☐ Trabajo en equipo: Cooperación y apoyo mutuo.
- ☐ Creatividad: Uso alternativo de materiales reciclados en las pruebas.

V. Principios Didácticos

- ☐ Aprendizaje significativo mediante la experiencia y la acción.
- ☐ Participación activa, cooperativa y reflexiva.
- ☐ Atención a la diversidad de ritmos y capacidades.
- ☐ Promoción de la autonomía y creatividad.
- ☐ Educación en valores y conciencia ambiental.

VI. Estrategias Didácticas

- Método:

- ☐ Activas: Participación vivencial, exploración y resolución de desafíos.
- ☐ Lúdicas: Juegos y competencias en estaciones.
- ☐ Reflexivas: Diálogo, análisis de la experiencia y autoevaluación.

VII. Procedimientos

- **Explicativo- Demostrativo- Ejecutivo- Interrogativo- Evaluativo- Correctivo**
- ☐ **Explicativo:** El docente explica el objetivo del mini-decatlón y las reglas generales.
- ☐ **Demostrativo:** Muestra las técnicas básicas de lanzamiento, salto, carrera y relevos.
- ☐ **Ejecutivo:** Los estudiantes practican en cada estación aplicando las instrucciones.
- ☐ **Interrogativo:** El docente fomenta la reflexión con preguntas sobre la técnica y la colaboración.
- ☐ **Evaluativo:** Observa y valora el desempeño de los estudiantes.
- ☐ **Correctivo:** Ofrece retroalimentación inmediata para mejorar la ejecución motriz.

VIII. Material Didáctico

- ☐ **Botellas plásticas con arena (para peso o testigos).**
- ☐ **Cajas de cartón (vallas pequeñas o zonas de salto).**
- ☐ **Sogas y tiza (para delimitar zonas).**
- ☐ **Palos de escoba (para obstáculos o testigos).**
- ☐ **Bolsas rellenas de ropa o arena (para lanzamientos).**
- ☐ **Silbato, cronómetro y conos improvisados.**

IX. Sesión de aprendizaje

FASES	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	GRÁFICOS
INICIAL 8 MIN.	Presentación Recojo de saberes previos Motivación Activación morfofuncional Motivación y sensibilización: El docente inicia con una conversación guiada sobre la importancia de la creatividad ante la falta de materiales en el deporte escolar. Se les pregunta: • ¿Qué cosas podríamos usar en lugar de los materiales deportivos? • ¿Cómo podríamos convertir el reciclaje en parte del deporte? A continuación, se presenta el reto del día: realizar un mini-decatlón con materiales reciclados, aplicando sus habilidades motrices básicas. Calentamiento “Reciclando en movimiento”: • Los estudiantes se agrupan y realizan movimientos simulando la recolección y clasificación de botellas, papeles o cartones. • Se integran desplazamientos variados: correr, saltar, agacharse y girar. • Luego, realizan estiramientos dirigidos por el docente. Propósito de la sesión: El docente comunica que al finalizar la sesión serán capaces de participar en pruebas combinadas recreativas, aplicando habilidades atléticas con materiales reciclados, demostrando creatividad, trabajo en equipo y respeto. Normas de convivencia: • Participar activamente. • Respetar turnos y compañeros. • Cuidar los materiales y el entorno.	
PRINCIPAL 28 MIN.	Desarrollo del Mini-Decatlón (4 estaciones) Estación 1 – Lanzamiento reciclado: Los estudiantes lanzan pelotas de ropa o bolsas de arena buscando mayor distancia con control y técnica. • Procedimientos: Explicativo, demostrativo, ejecutivo, correctivo. • Valor: Esfuerzo y responsabilidad.	

	Estación 2 – Salto con zonas delimitadas: Los alumnos saltan sobre líneas de tiza o cartones, midiendo la distancia con sogas. • Procedimientos: Demostrativo, ejecutivo, evaluativo. • Valor: Superación y concentración. Estación 3 – Carrera con obstáculos reciclados: Deben correr y superar obstáculos contruidos con palos de escoba y botellas. • Procedimientos: Explicativo, ejecutivo, correctivo. • Valor: Perseverancia y respeto a las normas. Estación 4 – Relevos ecológicos: Cada grupo realiza relevos utilizando botellas o palos como testigo. • Procedimientos: Demostrativo, interrogativo, evaluativo. • Valor: Trabajo en equipo y cooperación. Rotación: Cada grupo pasa 10 minutos en cada estación, con pausas breves de hidratación y retroalimentación. Rol del docente: • Orienta y corrige posturas o técnicas. • Observa actitudes, cooperación y respeto. • Refuerza la importancia del uso responsable de materiales reciclados.	
FINAL 4 MIN.	Enfriamiento y relajación: • Ejercicios suaves de respiración y estiramientos. • Los estudiantes caminan lentamente comentando la experiencia. Reflexión y evaluación grupal: El docente promueve una breve conversación: • ¿Qué aprendimos al usar materiales reciclados? • ¿Cómo nos ayudamos entre compañeros? • ¿Qué prueba fue la más desafiante? Conclusión: Se resalta que el deporte no depende de los materiales costosos, sino de la creatividad, la cooperación y la actitud positiva. El docente entrega una retroalimentación general y destaca los valores observados durante la sesión.	
X. Referencias Bibliográficas		
XI. Instrumento de Evaluación (Lista de cotejo, ficha de observación, rúbrica)		
Rúbrica de observación directa con los criterios: 1. Participación activa y cooperación grupal. 2. Ejecución adecuada de habilidades motrices. 3. Respeto por las reglas y los compañeros. 4. Uso responsable de materiales reciclados. Escala de valoración: • Inicio (I) – En proceso (EP) – Logro esperado (LE) – Logro destacado (LD).		

I. Datos Informativos:

1.43.	MODALIDAD	Presencial
1.44.	ASIGNATURA	Educación Física
1.45.	NIVEL	SECNDARIA
1.46.	GRADO	2 “A”
1.47.	FECHA	1/09/2022
1.48.	TIEMPO	40 minutos

II. Título de la Sesión:

Carrera de velocidad con recursos del entorno

III. Orientación de los aprendizajes

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	CRITERIOS Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJES
Asume una vida activa y saludable.	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y la salud Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	- Participa activamente en actividades de resistencia demostrando control de su ritmo y respiración. - Propone y adapta materiales del entorno (piedras, polos, cuerdas) para delimitar el circuito. - Muestra perseverancia y trabajo en equipo durante el desarrollo de la carrera. - Valora la importancia del ejercicio regular para la salud y el bienestar.	El estudiante participa en la carrera de resistencia en circuito , controlando su ritmo, respetando las normas de seguridad, utilizando materiales alternativos y mostrando actitud de superación personal y cooperación con sus compañeros.

IV. Valores

- ☐ Responsabilidad
- ☐ Respeto
- ☐ Perseverancia
- ☐ Solidaridad

V. Principios Didácticos

- ☐ Actividad y participación constante.
- ☐ Aprendizaje significativo y vivencial.
- ☐ Enfoque lúdico y cooperativo.
- ☐ Aprovechamiento de los recursos del entorno.
- ☐ Atención a la diversidad y ritmo individual.

VI. Estrategias Didácticas

- Método:
 - ☐ Demostraciones prácticas.
 - ☐ Ejercitación guiada y libre.
 - ☐ Retroalimentación permanente.
 - ☐ Trabajo en equipos cooperativos.
 - ☐ Autoevaluación y coevaluación.

VII. Procedimientos

- Explicativo- Demostrativo- Ejecutivo- Interrogativo- Evaluativo- Correctivo
 - ☐ Explicativo: El docente explica el propósito de la actividad y la importancia de la resistencia.
 - ☐ Demostrativo: Muestra el recorrido del circuito y la forma correcta de correr controlando la respiración.

- ☐ **Ejecutivo:** Los estudiantes realizan la práctica de la carrera en circuito.
- ☐ **Interrogativo:** El docente hace preguntas reflexivas sobre el esfuerzo y la utilidad del ejercicio.
- ☐ **Evaluativo:** Se analiza el desempeño físico, la participación y la actitud.
- ☐ **Correctivo:** El docente ofrece sugerencias personalizadas para mejorar la técnica y la resistencia.

VIII. Material Didáctico

- ☐ **Piedras o polos para marcar el recorrido.**
- ☐ **Silbato.**
- ☐ **Cronómetro (o celular).**
- ☐ **Carteles con mensajes motivacionales (“¡Tú puedes!”, “No te rindas”).**
- ☐ **Botellas de agua.**
- ☐ **Pizarra o cartulina para anotar tiempos.**

IX. Sesión de aprendizaje

FASES	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	GRÁFICOS
INICIAL 8 MIN.	Presentación Recojo de saberes previos Motivación Activación morfofuncional Propósito: Motivar, activar físicamente y presentar la finalidad de la sesión. 1. Acogida y motivación: ○ El docente recibe al grupo en el patio con música dinámica y les propone moverse libremente por el espacio. ○ Luego realiza una breve conversación: “¿Qué saben sobre las carreras de resistencia?”, “¿Han participado alguna vez en una maratón o una carrera larga?”, “¿Qué pasa con nuestro cuerpo cuando corremos mucho tiempo?” ○ Se comenta la importancia de la resistencia física para la salud y el bienestar diario. 2. Activación corporal: ○ Juegos de calentamiento sin materiales: “Sigue al líder”, “Corre y para”, “Atrapa el número”. ○ Estiramientos dinámicos (cuello, brazos, piernas, tobillos, espalda). 3. Presentación de la sesión: ○ El docente explica el propósito: <i>“Hoy aprenderemos a desarrollar nuestra resistencia física mediante una carrera en circuito usando materiales que tenemos a la mano.”</i> ○ Se establece la norma: correr con cuidado, respetar el ritmo de los compañeros, hidratarse y disfrutar la actividad.	
PRINCIPAL 28 MIN.	Propósito: Desarrollar la resistencia física mediante la práctica en circuito y el trabajo cooperativo. 1. Organización del circuito (Demostrativo): ○ Se forma un circuito circular en el patio con piedras o polos para marcar el recorrido. ○ El docente muestra cómo se corre controlando la respiración: inhalar por la nariz, exhalar por la boca, mantener ritmo constante. ○ Se explican las reglas: ▪ Correr sin empujar. ▪ Mantener el ritmo. ▪ Completar las vueltas sin detenerse bruscamente. 2. Carrera de resistencia (Ejecutivo): ○ Los estudiantes se organizan en grupos pequeños y comienzan el circuito por turnos. ○ Se cronometran los tiempos de cada grupo (1-2 minutos por vuelta).	

	○ En la segunda ronda, los estudiantes intentan mejorar su tiempo sin perder técnica. 3. Reflexión y refuerzo (Interrogativo): ○ El docente pregunta: “¿Qué sintieron al correr más tiempo?”, “¿Qué estrategias usaron para no cansarse rápido?”, “¿Por qué es importante mantener una buena respiración?” ○ Se destaca el valor del esfuerzo, la perseverancia y la cooperación. 4. Corrección técnica (Correctivo): ○ El docente ofrece retroalimentación individual sobre postura, ritmo y respiración. ○ Se anima a los estudiantes que muestran dificultad y se reconocen los logros del grupo.	
FINAL 4 MIN.	Propósito: Reflexionar sobre lo aprendido y valorar el esfuerzo personal y colectivo. 1. Vuelta a la calma: ○ Caminata suave alrededor del circuito. ○ Ejercicios de respiración y estiramiento (brazos, piernas, cuello). 2. Evaluación y reflexión grupal: ○ El docente promueve la autoevaluación: “¿Cómo te sentiste al correr?” “¿Qué aprendiste hoy sobre tu cuerpo y tu resistencia?” “¿Qué podrías mejorar la próxima vez?” ○ Se registran los logros observados en la rúbrica. 3. Cierre motivacional: ○ Se resalta el esfuerzo del grupo: <i>“Cada paso que das te acerca a tus metas. La resistencia no solo se entrena en el cuerpo, sino también en la mente.”</i> ○ Se deja como reto: practicar caminatas o trotes suaves en casa o en el parque tres veces por semana.	

X. Referencias Bibliográficas

XI. Instrumento de Evaluación (Lista de cotejo, ficha de observación, rúbrica)

Rúbrica de observación:

Criterio	Logro destacado	Logro previsto	En proceso	En inicio
Participa activamente en la carrera respetando normas y compañeros	✓			
Controla su ritmo y respiración durante la carrera	✓			
Utiliza materiales del entorno adecuadamente	✓			
Demuestra perseverancia y actitud positiva	✓			

I. Datos Informativos:

1.49. MODALIDAD	Presencial
-----------------	------------

1.50.	ASIGNATURA	Educación Física
1.51.	NIVEL	SECNDARIA
1.52.	GRADO	2 "A"
1.53.	FECHA	06/09/2022
1.54.	TIEMPO	40 minutos

II. Título de la Sesión:

Salto alto con recursos del entorno

III. Orientación de los aprendizajes

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	CRITERIOS Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJES
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	- Comprende su cuerpo y su motricidad en situaciones motrices. - Se expresa corporalmente a través de acciones motrices.	- Ejecuta el salto alto demostrando control postural y coordinación durante la carrera, impulso y caída. - Participa activamente en la creación y uso de materiales alternativos para el salto (pita, palos, botellas). - Reconoce las diferencias entre saltos (vertical, horizontal, con impulso, sin impulso). - Colabora con sus compañeros para mantener el orden, la seguridad y el respeto en la práctica.	El estudiante ejecuta correctamente el salto alto con materiales alternativos , respetando las fases del salto (impulso, vuelo y caída), mostrando control corporal, trabajo cooperativo y actitud positiva durante la práctica.

IV. Valores

- ☐ Responsabilidad
- ☐ Respeto
- ☐ Cooperación
- ☐ Perseverancia

V. Principios Didácticos

- ☐ Aprendizaje activo, vivencial y significativo.
- ☐ Participación y trabajo en equipo.
- ☐ Uso de materiales del entorno.
- ☐ Enfoque lúdico y reflexivo.
- ☐ Seguridad y autocuidado durante la práctica.

VI. Estrategias Didácticas

- Método:
 - ☐ Demostración guiada y práctica repetitiva.
 - ☐ Trabajo cooperativo por estaciones.
 - ☐ Retroalimentación constante.
 - ☐ Aprendizaje por descubrimiento y reflexión motriz.

VII. Procedimientos

- Explicativo- Demostrativo- Ejecutivo- Interrogativo- Evaluativo- Correctivo
 - ☐ Explicativo: El docente explica las fases del salto y el propósito de la sesión.
 - ☐ Demostrativo: Muestra la técnica correcta del salto con los materiales alternativos.

- ☐ **Ejecutivo:** Los estudiantes practican los diferentes tipos de salto.
- ☐ **Interrogativo:** Se promueve la reflexión sobre el movimiento y la coordinación.
- ☐ **Evaluativo:** Se observan los logros individuales y grupales.
- ☐ **Correctivo:** Se brindan orientaciones personalizadas para mejorar la ejecución.

VIII. Material Didáctico

- ☐ 2 palos de escoba.
- ☐ 2 botellas plásticas grandes con arena o agua (como base).
- ☐ 1 pita o cuerda (como barra del salto).
- ☐ Cinta o tiza para marcar zonas.
- ☐ Silbato.
- ☐ Carteles motivacionales.

IX. Sesión de aprendizaje

FASES	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	GRÁFICOS
INICIAL 8 MIN.	Presentación Recojo de saberes previos Motivación Activación morfofuncional Propósito: Motivar, activar físicamente y presentar la importancia del salto en la actividad física. 1. Motivación inicial: ○ El docente recibe al grupo con música rítmica y los invita a moverse libremente por el espacio. ○ Presenta un breve diálogo: “¿Qué saben sobre los diferentes tipos de salto?” “¿Qué partes del cuerpo usamos al saltar?” “¿Qué creen que necesitamos para hacer un salto alto?” ○ Se comenta la falta de materiales y cómo se pueden crear con lo que tenemos (pita, botellas, palos). 2. Activación corporal: ○ Juegos de calentamiento: ▪ “<i>Salto libre en el espacio</i>”: los estudiantes saltan con diferentes consignas (en un pie, ambos pies, adelante, atrás, lateral). ▪ “<i>Sigue el ritmo</i>”: el docente marca con palmadas diferentes tiempos de salto (rápido, lento, doble). ○ Estiramientos dinámicos de piernas, brazos y espalda. 3. Presentación del propósito: ○ El docente anuncia: “Hoy vamos a practicar el salto alto usando materiales que nosotros mismos construiremos. Aprenderemos cómo mejorar nuestra fuerza y coordinación, y descubriremos diferentes tipos de salto.” ○ Se acuerdan normas de seguridad: mantener distancia, respetar turnos y cuidar los materiales.	
PRINCIPAL 28 MIN.	Propósito: Ejecutar saltos altos aplicando técnica, coordinación y creatividad en el uso de materiales. 1. Organización del material (Demostrativo): ○ Los estudiantes, en grupos, preparan el implemento: ▪ Dos palos insertados en botellas llenas de arena o agua. ▪ Una pita atada entre ambos palos. ○ El docente demuestra la técnica básica del salto alto con carrera corta:	

	▪ Carrera de impulso. ▪ Batida o despegue con un pie. ▪ Vuelo o paso por encima de la cuerda. ▪ Caída suave y controlada. 2. Ejercitación (Ejecutivo): ○ Los grupos practican diferentes variaciones de salto: ▪ Con impulso corto y largo. ▪ A un pie y con ambos pies. ▪ Saltos rítmicos y secuenciales (por tiempos). ○ El docente cronometra o cuenta los intentos y anima la mejora progresiva. 3. Reflexión y retroalimentación (Interrogativo y Correctivo): ○ Se pregunta al grupo: “¿Qué parte del salto fue más difícil?” “¿Cómo lograron mantener el equilibrio al caer?” “¿Qué diferencia hay entre el salto vertical y el salto con impulso?” ○ Se refuerzan las fases del salto y se corrigen posturas o técnicas inadecuadas. 4. Desafío cooperativo: ○ Cada grupo ajusta la altura de la cuerda y trata de superar su propio récord. ○ Se enfatiza la perseverancia, el respeto por los turnos y la seguridad.	
FINAL 4 MIN.	Propósito: Reflexionar sobre el aprendizaje y valorar la creatividad y el esfuerzo. 1. Vuelta a la calma: ○ Caminata suave alrededor del espacio. ○ Ejercicios de respiración profunda y estiramientos estáticos. 2. Evaluación y reflexión grupal: ○ El docente promueve la autoevaluación: “¿Qué aprendiste sobre los tipos de salto?” “¿Qué sentiste al crear tus propios materiales?” “¿Cómo podrías mejorar tu salto la próxima vez?” ○ Se registran los logros observados en la rúbrica. 3. Cierre motivacional: ○ El docente resalta los valores observados: cooperación, creatividad y esfuerzo. ○ Se deja un reto: “Practiquen en casa diferentes tipos de salto (vertical, largo, con impulso) y cuenten sus progresos en la próxima clase.”	
X. Referencias Bibliográficas		
XI. Instrumento de Evaluación (Lista de cotejo, ficha de observación, rúbrica)		
Rúbrica de observación del desempeño:		
Criterio	Logro destacado	Logro previsto En proceso En inicio
Ejecuta correctamente el salto alto con control corporal y coordinación	✓	
Identifica las fases y tipos de salto	✓	
Participa activamente y respeta las normas de seguridad	✓	
Colabora en la elaboración de materiales alternativos	✓	

--

I. Datos Informativos:

1.1. MODALIDAD	Presencial
1.2. ASIGNATURA	Educación Física
1.3. NIVEL	SECNDARIA
1.4. GRADO	2 “A”
1.5. FECHA	8/09/22
1.6. TIEMPO	40 minutos

II. Título de la Sesión:

Carrera en zigzag con recursos del entorno

III. Orientación de los aprendizajes

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	CRITERIOS Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJES
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	- Comprende su cuerpo y su motricidad en situaciones motrices. - Se expresa corporalmente a través de acciones motrices.	- Realiza la carrera en zigzag controlando su velocidad y los cambios de dirección. - Participa activamente en la organización del circuito utilizando botellas como señalizadores. - Muestra responsabilidad y cooperación con sus compañeros durante la práctica. - Reconoce la importancia de la velocidad y la coordinación para su desarrollo físico	El estudiante ejecuta correctamente la carrera en zigzag con botellas plásticas , aplicando cambios de dirección, control corporal y velocidad, mostrando actitud de esfuerzo, trabajo en equipo y aprovechamiento responsable de los materiales.

IV. Valores

- Responsabilidad
- Cooperación
- Respeto
- Perseverancia

V. Principios Didácticos

- Aprendizaje activo y vivencial.
- Uso de materiales del entorno y reciclados.
- Participación y trabajo cooperativo.
- Atención a la diversidad motriz.
- Seguridad y autocuidado.

VI. Estrategias Didácticas

- Método:

- Demostración guiada.
- Trabajo por estaciones o circuitos.
- Práctica repetitiva con retroalimentación.
- Observación y autoevaluación del desempeño.

VII. Procedimientos

- Explicativo- Demostrativo- Ejecutivo- Interrogativo- Evaluativo- Correctivo
- Explicativo: El docente explica los objetivos y las reglas de la carrera en zigzag.
- Demostrativo: Muestra cómo realizar los cambios de dirección correctamente.
- Ejecutivo: Los estudiantes practican en grupos la carrera.
- Interrogativo: Se reflexiona sobre la importancia del control y la velocidad.
- Evaluativo: Se observan los avances individuales y grupales.
- Correctivo: Se dan orientaciones personalizadas para mejorar la técnica y la postura.

VIII. Material Didáctico

- 8 a 10 botellas plásticas grandes llenas de arena o tierra.
- Silbato o palmadas.
- Cinta o tiza para marcar la línea de salida y llegada.
- Carteles motivacionales (“¡Tú puedes!”, “Más rápido cada vez”).
- Cronómetro o celular.

IX. Sesión de aprendizaje

FASES	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	GRÁFICOS
INICIAL 8 MIN.	Presentación Recojo de saberes previos Motivación Activación morfofuncional Propósito: Activar el cuerpo, generar interés y presentar el propósito de la sesión. 1. Motivación y diálogo inicial: ○ El docente recibe a los estudiantes con entusiasmo y los invita a moverse libremente por el espacio. ○ Se plantea la siguiente conversación: “¿Qué deportes conocen donde se cambia de dirección constantemente?” “¿Qué habilidades necesitamos para movernos rápido sin tropezar?” “¿Podríamos hacer carreras sin conos o materiales deportivos?” ○ El docente explica que hoy trabajarán la velocidad y coordinación usando botellas recicladas como señalizadores. 2. Activación corporal: ○ Juegos dinámicos: ▪ “<i>Corre y cambia de dirección</i>”: a la señal, los estudiantes corren hacia una dirección y cambian rápidamente al escuchar otra señal (palmas o silbato). ▪ “<i>Atrapa el número</i>”: el docente nombra un número y los estudiantes deben formar grupos rápidamente, desplazándose en diferentes direcciones. ○ Estiramientos dinámicos: cuello, brazos, tronco, piernas y tobillos.	

	3. Presentación del propósito de la clase: ○ El docente comunica: “Hoy aprenderemos a correr en zigzag, mejorando nuestra velocidad y coordinación, usando botellas como reemplazo de conos. Veremos que no se necesitan muchos materiales para aprender con movimiento y diversión.” ○ Se acuerdan las normas: respetar turnos, cuidar los materiales y mantener el orden.	
PRINCIPAL 28 MIN.	Propósito: Desarrollar la velocidad, agilidad y coordinación mediante la práctica del zigzag con materiales del entorno. Organización del circuito (Demostrativo): ○ Los estudiantes colocan las botellas llenas de arena o tierra en línea recta, separadas por 1,5 metros. ○ El docente demuestra la técnica de carrera en zigzag: ▪ Postura erguida, rodillas flexionadas. ▪ Cambios de dirección suaves. ▪ Mirada al frente. ▪ Mantener ritmo y equilibrio. Práctica guiada (Ejecutivo): ○ En grupos de 5 o 6, los estudiantes realizan la carrera en zigzag por turnos. ○ El docente cronometra el tiempo de cada participante, animando a mejorar la precisión y la velocidad. ○ Variaciones progresivas: ▪ Aumentar la distancia entre botellas. ▪ Realizar el recorrido con mayor velocidad. ▪ Ejecutar con movimientos de brazos más coordinados. Reflexión y análisis (Interrogativo): ○ Se promueve el diálogo: “¿Qué sentiste al correr en zigzag?” “¿Qué parte del recorrido fue más difícil?” “¿Qué estrategia te ayudó a mejorar tu velocidad?” Corrección y retroalimentación (Correctivo): ○ El docente ofrece observaciones individualizadas sobre postura, ritmo y control de giros. ○ Refuerza la importancia de la respiración y la concentración. Desafío cooperativo: ○ Cada grupo propone una forma creativa de modificar el circuito (más curvas, menos distancia, cambio de sentido). ○ Se premia el trabajo en equipo y la mejora personal, no la competencia.	
FINAL 4 MIN.	Propósito: Reflexionar sobre los logros y valorar el trabajo cooperativo y la creatividad. Vuelta a la calma: ○ Caminata suave alrededor del espacio. ○ Ejercicios de respiración profunda y estiramientos estáticos (piernas, brazos, cuello, espalda).	

	2. Evaluación y reflexión grupal: ○ El docente promueve la autoevaluación con preguntas: “¿Qué aprendiste hoy sobre la velocidad y la coordinación?” “¿Cómo te ayudó trabajar con materiales reciclados?” “¿Qué podrías mejorar en tu siguiente práctica?” ○ Se registran los logros observados en la rúbrica. 3. Cierre motivacional: ○ El docente reconoce el esfuerzo del grupo y enfatiza el mensaje: “No necesitamos materiales costosos para aprender. Lo importante es la actitud, el movimiento y el trabajo en equipo.” ○ Se deja un reto: “En casa, marquen un pequeño circuito con botellas y practiquen sus giros para mejorar su velocidad y equilibrio.”	
--	--	--

X. Referencias Bibliográficas

XI. Instrumento de Evaluación (Lista de cotejo, ficha de observación, rúbrica)

Rúbrica de observación del desempeño:

Criterio	Logro destacado	Logro previsto	En proceso	En inicio
Realiza la carrera en zigzag con control y velocidad	✓			
Aplica correctamente los cambios de dirección sin perder equilibrio	✓			
Utiliza materiales del entorno de manera adecuada	✓			
Muestra cooperación, esfuerzo y respeto	✓			

I. Datos Informativos:

1.7. MODALIDAD	Presencial
1.8. ASIGNATURA	Educación Física
1.9. NIVEL	SECNDARIA
1.10. GRADO	2 “A”
1.11. FECHA	13/09/22
1.12. TIEMPO	40 minutos

II. Título de la Sesión:

Corremos con energía: carrera de velocidad con recursos del entorno

III. Orientación de los aprendizajes

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	CRITERIOS Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJES
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	- Comprende su cuerpo y su motricidad en situaciones motrices. - Se expresa corporalmente a través de acciones motrices.	- Ejecuta lanzamientos hacia un objetivo controlando la fuerza y la dirección. - Utiliza materiales alternativos (piedras, botellas, pelotas de papel) para practicar la precisión. - Participa activamente en la organización de la actividad y respeta los turnos y reglas. - Muestra concentración, respeto y cooperación durante la actividad.	El estudiante realiza lanzamientos de precisión hacia los círculos de tiza con control de fuerza y dirección, utilizando materiales alternativos, demostrando coordinación, autocontrol y actitud participativa.

IV. Valores

- ☐ Responsabilidad
- ☐ Respeto
- ☐ Perseverancia
- ☐ Trabajo en equipo

V. Principios Didácticos

- ☐ Aprendizaje activo, participativo y vivencial.
- ☐ Uso de recursos del entorno y reciclados.
- ☐ Atención al ritmo y potencial de cada estudiante.
- ☐ Enfoque cooperativo y lúdico.
- ☐ Seguridad y autocuidado.

VI. Estrategias Didácticas

• **Método:**

- ☐ Demostración práctica guiada.
- ☐ Trabajo en grupos colaborativos.
- ☐ Retroalimentación constante.
- ☐ Juegos y desafíos motrices.
- ☐ Autoevaluación participativa.

VII. Procedimientos

• **Explicativo- Demostrativo- Ejecutivo- Interrogativo- Evaluativo- Correctivo**

- ☐ **Explicativo:** El docente explica los objetivos y la técnica del lanzamiento.
- ☐ **Demostrativo:** Muestra la postura y forma correcta de lanzar.
- ☐ **Ejecutivo:** Los estudiantes practican los lanzamientos.
- ☐ **Interrogativo:** Se reflexiona sobre la precisión y el control de fuerza.
- ☐ **Evaluativo:** Se observan los logros y avances.
- ☐ **Correctivo:** Se brindan recomendaciones individuales y colectivas.

VIII. Material Didáctico

- ☐ Tiza blanca o de colores (para dibujar círculos concéntricos).
- ☐ Piedras pequeñas, pelotas de papel o botellas pequeñas con arena.
- ☐ Cinta o cuerda para marcar la línea de lanzamiento.
- ☐ Cronómetro o reloj.
- ☐ Carteles motivacionales.

IX. Sesión de aprendizaje

FASES	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	GRÁFICOS
INICIAL 8 MIN.	Presentación Recojo de saberes previos Motivación Activación morfofuncional Propósito: Motivar, activar el cuerpo y contextualizar la actividad. 1. Motivación y diálogo inicial: ○ El docente recibe al grupo con una actitud positiva y los invita a realizar movimientos libres. ○ Inicia una breve conversación: “¿Qué deportes o juegos conocen donde hay que lanzar con precisión?” “¿Creen que se puede practicar sin pelotas ni dianas?” “¿Cómo podríamos crear nuestros propios materiales para lanzar?” ○ Se comenta que la clase de hoy busca desarrollar la puntería usando piedras, botellas o pelotas de papel, y que se dibujarán círculos concéntricos con tiza en el suelo. 2. Activación corporal: ○ Juego: “<i>Lanza y atrapa</i>”: en parejas, lanzan una piedra o pelota de papel suavemente y la atrapan. ○ Estiramientos dinámicos de brazos, hombros, piernas y espalda. ○ Ejercicio de coordinación: lanzar y atrapar con ambas manos alternadas. 3. Presentación del propósito: ○ El docente anuncia: “Hoy practicaremos el lanzamiento de precisión para mejorar nuestra coordinación y concentración. No usaremos pelotas deportivas, sino materiales que podemos encontrar en casa o en el colegio.” ○ Se acuerdan normas de seguridad: ▪ No lanzar cuando alguien esté delante. ▪ Respetar los turnos. ▪ Cuidar los materiales y el entorno.	
PRINCIPAL 28 MIN.	Propósito: Desarrollar la coordinación, concentración y precisión en los lanzamientos. 1. Organización del material (Demostrativo): ○ El docente dibuja en el piso círculos concéntricos con tiza (como una diana), asignando valores a cada zona (10, 20, 30 puntos). ○ Muestra la técnica de lanzamiento: ▪ Postura estable, pies separados. ▪ Mirada al objetivo. ▪ Movimiento controlado del brazo. ▪ Soltar el objeto suavemente hacia el centro.	

	○ Se establecen líneas de lanzamiento a distintas distancias (según el nivel del grupo). 2. Ejercitación (Ejecutivo): ○ Los estudiantes forman grupos de 4 o 5. ○ Cada grupo realiza lanzamientos hacia los círculos con piedras, pelotas de papel o botellas pequeñas. ○ Cada acierto suma puntos según el círculo alcanzado. ○ Se anima a ajustar la fuerza y dirección en cada intento. ○ Variaciones: ▪ Lanzar con la mano dominante y no dominante. ▪ Cambiar la distancia del lanzamiento. ▪ Realizar lanzamientos en movimiento (paso previo). 3. Intercambio y reflexión (Interrogativo): ○ El docente promueve la reflexión: “¿Qué hiciste para mejorar tu puntería?” “¿Qué parte del lanzamiento te costó más: apuntar o controlar la fuerza?” “¿Qué pasaría si todos lanzamos al mismo tiempo sin respetar los turnos?” ○ Se resaltan valores como la concentración, el respeto y la cooperación. 4. Corrección técnica (Correctivo): ○ El docente ofrece observaciones personalizadas: ▪ “Controla la fuerza del brazo.” ▪ “No olvides mantener el cuerpo equilibrado.” ▪ “Apunta con la mirada antes de lanzar.” ○ Refuerza los logros y motiva a seguir intentando. 5. Mini reto grupal: ○ Cada grupo intenta superar su propia marca de puntos en una segunda ronda. ○ Se valora la mejora y el esfuerzo personal más que la competencia.	
FINAL 4 MIN.	Propósito: Reflexionar sobre el aprendizaje, recuperar la calma y consolidar valores. 1. Vuelta a la calma: ○ Caminata suave por el espacio. ○ Ejercicios de respiración profunda. ○ Estiramientos lentos de brazos y espalda. 2. Evaluación y reflexión grupal: ○ Preguntas orientadoras: “¿Qué aprendiste sobre el control y la precisión?” “¿Qué te ayudó a mejorar tu puntería?” “¿Cómo te sentiste al usar materiales reciclados?” ○ El docente recoge observaciones y completa la rúbrica de desempeño. 3. Cierre motivacional: ○ Mensaje final: “Cada lanzamiento que haces con concentración te enseña a controlar tu cuerpo y tu mente. No importa el material, sino la actitud con la que aprendes.” ○ Se deja un reto para casa: practicar el lanzamiento de precisión con una pelota de papel hacia un balde o caja, anotando su progreso diario.	
X. Referencias Bibliográficas		
XI. Instrumento de Evaluación (Lista de cotejo, ficha de observación, rúbrica)		
Rúbrica de observación del desempeño:		

Criterio	Logro destacado	Logro previsto	En proceso	En inicio
Ejecuta lanzamientos precisos hacia los círculos con control de fuerza y dirección	✓			
Utiliza adecuadamente materiales alternativos del entorno	✓			
Demuestra cooperación y respeto por las normas	✓			
Participa activamente con actitud de esfuerzo y superación				

I. Datos Informativos:	
1.13. MODALIDAD	Presencial
1.14. ASIGNATURA	Educación Física
1.15. NIVEL	SECUNDARIA
1.16. GRADO	2 "A"
1.17. FECHA	15/09/22
1.18. TIEMPO	40 minutos
II. Título de la Sesión:	
Lanzamiento de jabalina con recursos del entorno	

III. Orientación de los aprendizajes			
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	CRITERIOS Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJES
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	- Comprende su cuerpo y su motricidad en situaciones motrices. - Se expresa corporalmente a través de acciones motrices.	- Ejecuta lanzamientos con precisión y control corporal, utilizando objetos alternativos (palos de escoba) adaptados como jabalinas. - Demuestra coordinación y equilibrio durante la ejecución del lanzamiento. - Participa activamente en la práctica valorando la creatividad y el trabajo colaborativo para superar la falta de materiales. - Respeto las normas de seguridad y convivencia durante la actividad.	Realiza de manera coordinada el lanzamiento de un palo de escoba adaptado hacia una zona delimitada (círculos marcados con tiza o piedras), demostrando control, puntería y respeto por las normas de seguridad.

IV. Valores
☐ Creatividad: ante la falta de materiales, busca alternativas para lograr los objetivos. ☐ Responsabilidad: cuida el material improvisado y cumple las normas de seguridad. ☐ Respeto y cooperación: trabaja en equipo y celebra los logros de los demás. ☐ Perseverancia: se esfuerza por mejorar su técnica de lanzamiento.
V. Principios Didácticos
☐ Aprendizaje significativo: parte de la experiencia del estudiante con materiales del entorno. ☐ Actividad y participación: los estudiantes son protagonistas del aprendizaje. ☐ Integralidad: se desarrollan aspectos motrices, cognitivos y actitudinales.

- ☐ **Contextualización:** se aprovechan materiales disponibles en la escuela o comunidad.
- ☐ **Seguridad y disfrute:** se prioriza la práctica segura y el goce del movimiento.

VI. Estrategias Didácticas

- **Método:**
- **Dinámicas grupales de participación.**
- **Resolución de retos motrices con recursos improvisados.**
- **Observación y retroalimentación entre pares.**
- **Juego dirigido y competitivo con fines educativos.**
- **Reforzamiento positivo y evaluación formativa**

VII. Procedimientos

- **Explicativo- Demostrativo- Ejecutivo- Interrogativo- Evaluativo- Correctivo**

VIII. Material Didáctico

- ☐ **Palos de escoba (uno por pareja o grupo).**
- ☐ **Cinta adhesiva o papel para marcar “punta” de la jabalina improvisada.**
- ☐ **Tiza o piedras para marcar las zonas de lanzamiento (círculos o áreas).**
- ☐ **Silbato o señal sonora.**
- ☐ **Carteles con normas de seguridad y puntuación.**

IX. Sesión de aprendizaje

FASES	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	GRÁFICOS
INICIAL 8 MIN.	Presentación Recojo de saberes previos Motivación Activación morfofuncional Propósito: Activar el cuerpo y la motivación del grupo, presentar la importancia del uso creativo de materiales ante su ausencia. Procedimientos: <i>Explicativo – Interrogativo – Demostrativo.</i> Acogida y motivación (5 min) - El docente da la bienvenida y organiza un círculo de saludo. - Pregunta: “¿Qué haríamos si no tuviéramos pelotas, conos o jabalinas?” Los estudiantes responden libremente, estimulando la creatividad. Presentación del propósito (5 min) - El docente explica que hoy reforzarán el lanzamiento de jabalina usando palos de escoba adaptados. - Comenta la importancia del ingenio y la seguridad. Calentamiento general (15 min) Carrera suave alrededor del campo (3 min). Movilidad articular (5 min): cuello, hombros, codos, muñecas, caderas, rodillas, tobillos. Juegos de activación (7 min): “<i>El viento sopla fuerte</i>”: deben correr al oír “¡viento!” simulando lanzar objetos livianos. - Cierre con respiración y breve estiramiento.	

PRINCIPAL 28 MIN.	Propósito: Reforzar la técnica de lanzamiento de jabalina utilizando materiales alternativos y promover el trabajo colaborativo. Procedimientos: <i>Demostrativo – Ejecutivo – Interrogativo – Correctivo – Evaluativo.</i> Explicación y demostración (10 min) - El docente demuestra la técnica básica del lanzamiento: - Posición inicial (piernas alternadas). - Sostener el “palo-jabalina” a nivel del hombro. - Movimiento de brazo y cadera. - Lanzamiento controlado hacia adelante. - Muestra cómo usar la línea de lanzamiento y explica las normas de seguridad (no cruzar la línea, esperar turno, recoger juntos). Práctica guiada (15 min) - En grupos de 4, cada estudiante realiza lanzamientos hacia zonas marcadas con tiza o piedras. - Cada zona tiene distinta puntuación (ejemplo: centro = 10 puntos). - El docente observa, corrige posturas y da retroalimentación positiva. Juego reto motriz “Acierta al blanco” (15 min) - Cada grupo lanza su jabalina improvisada tratando de alcanzar el círculo central. - Se promueve el respeto al turno y el conteo de puntos. - El grupo que logre más lanzamientos certeros gana, pero se destaca la cooperación más que la competencia. Reflexión rápida (10 min) - En círculo, se conversa brevemente: “¿Qué aprendimos hoy sin tener jabalinas reales?” “¿Cómo nos ayudó la creatividad para no detener la práctica?” - Se refuerzan los valores de respeto, ingenio y seguridad.	
FINAL 4 MIN.	Propósito: Consolidar el aprendizaje, relajar el cuerpo y promover la autoevaluación. Procedimientos: <i>Evaluativo – Interrogativo – Correctivo.</i> Vuelta a la calma (5 min) - Ejercicios suaves de respiración, estiramiento de brazos y piernas. - Música relajante (si es posible). Autoevaluación guiada (5 min) - Preguntas orales: ¿Logré mejorar mi lanzamiento? ¿Cuidé mi seguridad y la de mis compañeros? ¿Cómo me sentí usando materiales improvisados? Conclusión y refuerzo (5 min) - El docente resume los logros: “Hoy aprendimos que lo importante no son los materiales, sino la actitud y creatividad.” - Anuncia que en la próxima sesión aplicarán lo aprendido en una mini competencia de lanzamientos.	
X. Referencias Bibliográficas		
XI. Instrumento de Evaluación (Lista de cotejo, ficha de observación, rúbrica)		
Rúbrica de desempeño (escala 1–4)		

Criterio	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3	Nivel 4
Control del lanzamiento	Lanza sin control ni dirección.	Lanza con control parcial.	Lanza con control y dirección media.	Lanza con control, dirección y precisión.
Uso adecuado del material	No usa correctamente el material.	Lo usa con dificultad.	Lo usa correctamente.	Lo usa con creatividad y seguridad.
Participación y actitud	No participa o interrumpe.	Participa con poca motivación.	Participa activamente.	Participa con entusiasmo, respeta y motiva a otros.