



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
FACULTAD DE EDUCACIÓN



ESCUELA PROFESIONAL DE PERFECCIONAMIENTO DOCENTE -EPD-
PROGRAMA DE COMPLEMENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL -PROCAP-

PLAN DE SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS GENERALES

- 1.1. Institución Educativa: Santa María
1.2. Ciclo: VII
1.3. Grado: Quinto
1.4. Sección: "A"
1.5. Fecha: 06 diciembre de 2016
1.6. Hora: 08:45 a.m.
1.7. Duración: 45 minutos.
1.8. Bachiller: Félix Peña Masias
1.9. Especialidad: Educación Física
1.10. Jurado Evaluador:

Presidente: Mg. Santos Augusto Chávez Correa

Secretario: M.Cs. Eduardo Federico Salazar Cabrera

Vocal: Ing. Eduardo Marcial Rodríguez Díaz

II. DATOS CURRICULARES:

- 2.1. Área: Educación Física
2.2. Componente: Participa en situaciones deportivas y recreativas
2.3. Título de la sesión: Actividades Gimnásticas: Saltos y Giros Sobre Aparatos

V° B°

Santos Augusto Chávez Correa

III. APRENDIZAJES ESPERADOS.

COMPETENCIA	CAPACIDADES	INDICADORES DE LOGRO	TÉCNICA	INSTRUMENTO
Actúa y participa activamente en situaciones deportivas y recreativas.	<p>Ejercicios para el calentamiento</p> <p>Realiza ejercicios de rodamientos hacia adelante y hacia atrás</p> <p>Ejecuta saltos en diferentes posiciones.</p>	<p>– Identifica los movimientos que más conviene para mantener un cuerpo sano y corporal.</p> <p>– Desarrolla la creatividad y capacidad de absolver o recibir por su aparato sensorio perceptivo impresiones del mundo interno y externo.</p>	Observación	Lista de cotejo.

ACTITUD: Hoy los estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria ejecutarán ejercicios físicos para el calentamiento, se organizarán en equipos para la gimnasia educativa deportiva básica con aparatos, llevando la secuencia de los movimientos de acuerdo a las indicaciones que se les brinda.

IV. SECUENCIA DIDÁCTICA.

ESTRATEGIAS	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO PROBABLE
<p>INICIO</p> <ul style="list-style-type: none"> • El docente saluda a los estudiantes y les da la bienvenida a los jóvenes se identifica con sus nombres y apellidos. <p>Recoge los saberes previos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realiza la siguiente dinámica: invita que los estudiantes se presenten y manifiesten lo que más les gusta. <p>Luego el docente les da a conocer cuál es la importancia de la Educación Física, el deporte y la recreación, específicamente la gimnasia deportiva y educativa</p>	<p>*Dinámica de grupo</p>	<p>05 min.</p>
<p>DESARROLLO:</p> <p>Problematización</p> <p>EL DOCENTE PRESENTA LA SIGUIENTE SECUENCIA DE EJERCICIOS</p> <ul style="list-style-type: none"> - De pie hacer circuitos con la cabeza, con los hombros, brazos, manos, a partir de las muñecas, con la cintura y las piernas. - Trotar en el mismo lugar y luego al silbato saltar con palmadas - Saltos con un pie, cambiando y luego con los dos pies - Rodamiento desde plinto; barbilla al pecho y cuerpo muy agrupado. - Cúbito ventral y dorsal rodar atrás y tocar suelo con piernas sin voltear - En posición de cúbito dorsal llevar las manos hacia los pies, repetir 10 veces. 	<p>*Colchonetas</p> <p>*Loza deportiva</p> <p>*Aros</p> <p>*Cuerdas</p>	<p>30 Min</p>
<p>CIERRE</p> <p>REALIZAN LA META CONGNICION</p> <p>¿Qué aprendieron hoy?</p> <p>¿Para qué creen que les servirá la gimnasia deportiva?</p> <p>¿Tuvieron alguna dificultad en el desarrollo de la práctica deportiva?</p> <p>¿Cómo preparar la exposición?</p> <p>¿Cómo lo superaron?</p> <p>¿Cómo se sienten después de la clase en la práctica deportiva?</p>	<p>* Diálogo</p>	<p>5 Min</p>

V.- REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

5.1 Básica:

- Cuaderno Orientaciones Para El Trabajo Del Alumno

5.2 De profundización:

- Manual de la Educación Física y el deporte 2010 Revista Deportiva Regional – (Año 2014)

5.3 Técnico Pedagógica:

- Rutas de Aprendizaje (año 2016)
- Estrategia Metodológicas D.C.N

Cajamarca, 06 de diciembre del 2016.



Félix Peña Masías
BACHILLER

V° B°



Santos Augusto Chávez Correa

ANEXOS

ANEXO N° 01 - RESÚMEN

El presente trabajo denominado “plan de sesión de Aprendizaje para el examen de habilitación Profesional” para optar el Título de Licenciado en Educación, en la prestigiosa Universidad Nacional de Cajamarca “norte de la Universidad Peruana, ha sido desarrollado con alumnos del 5to. grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Privada “Santa María” de la ciudad de Piura, con gran profesionalismo teniendo en cuenta que la educación Física tiene que ver con la formación integral de los estudiantes, ya que el realizar actividades deportivas y recreativas conlleva a mantener el cuerpo sano y por ende encontrarse en perfectas condiciones de salud física y mental, para poder desarrollar las actividades propias de la vida diaria, y que los estudiantes puedan desarrollar sus actividades académicas en óptimas condiciones y por consiguiente lograr importantes aprendizajes que les permita de esta forma desarrollarse como buenos ciudadanos en el lugar donde se encuentren.

Finalmente quiero agradecer a los docentes y coordinadores del programa de complementación Académica Profesional de esta prestigiosa casa de estudios, Universidad Nacional de Cajamarca. “Norte de la Universidad Peruana, por recibir brillantes enseñanzas que han permitido ampliar mis conocimientos como docente, y que estos los volcaré en los estudiantes, siempre con las llaves de la Investigación que es la vocación de un Verdadero docente que desea en los alumnos un grado superación excepcional.

Muchas Gracias



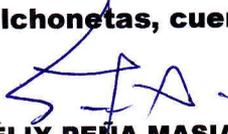
FÉLIX PEÑA MASIAS
Bachiller en Educación

ESCRIBIR ALGUNA PRÁCTICA DE SU CLASE

Teniendo en cuenta que la Educación Física tiene que ver con la formación integral de los estudiantes, ya que el realizar actividades deportivas y recreativas conlleva a mantener el cuerpo sano y por ende encontrarse en perfectas condiciones de salud física y mental, se programó en la presente Sesión de Clase una Actividad Gimnástica deportiva y educativa, realizándose la siguiente práctica:

- Las alumnas y los alumnos, desarrollaron de pie circuitos con la cabeza, con los hombros, brazos, manos, a partir de las muñecas, con la cintura y las piernas.
- Posteriormente trotaron en el mismo lugar y luego al silbato saltar a las palmadas.
- Seguidamente realizaron saltos con un pie, cambiando y luego con los dos pies.
- También los alumnos realizaron rodamiento desde plinto; barbilla al pecho y cuerpo muy agrupado.
- Asimismo, de cúbito ventral y dorsal realizaron rodamientos atrás, tocando el suelo con las piernas, sin voltear.
- Posteriormente de cúbito dorsal realizaron ejercicios llevando las manos hacia los pies, repitiendo 10 veces

Para la realización de esta práctica se contó con los siguientes medios y materiales como: Loza deportiva, colchonetas, cuerdas y aros.


FÉLIX PEÑA MASÍAS
Bachiller en Educación

ANEXO N° 02**1. FICHA DE OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA****GRADO: QUINTO****SECCIÓN: "A"****ÁREA: Educación Física****TEMA: Actividades Gimnásticas: Saltos y Giros sobre Aparatos.**

N° de Orden	APELLIDOS Y NOMBRES	INDICADORES DE LOGRO		CALIFICATIVO
		Emplea procedimientos para realizar operaciones con conjuntos. (0-10)	Emplea estrategias heurísticas y procedimientos para resolver problemas con conjuntos. (0-10)	
1	ALAMO BRICEÑO YARED MANUEL			
2	ALBURQUEQUE ARICA LUIS JESÚS			
3	ALVARADO OLIVARES KEVIN			
4	CELI GIL JOSÉ ROBERTO			
5	CHORRES TÁVARA ANTHONY			
6	COVEÑAS FLORES JAZMIN SOFÍA			
7	HUAYAMA SAUCEDO MELANY			
8	JIMENEZ CHUMO PIERO ISRAEL			
9	MAURICIO BALLIVIAN ALAN JESÚS			
10	MAZA FARFÁN MIJAIL ANDREI			
11	NAVARRO IPANAQUÉ ANGELO JOAO			
12	NIMA SILVANO RAFAEL ANGEL			
13	PEÑA CHUMACERO JESUS			
14	RAMOS ROJAS GABRIEL ANTONY			
15	RAMOS SALDARRIAGA NICOLE ISABEL			
16	RIVERA AGUIRRE FRANCISCO			
17	ROMÁN HERRERA ANGELES NAYELY			
18	SANTUR FIESTAS LUIS GABRIEL			
19	SUAREZ ARCE JIMENA ELIZABET			
20	VÁSQUEZ MADRID LUISFER			
21	VIERA GARRIDO RODRIGO JESÚS			
22	VILCHEZ NAVARRO JESUS ISMAEL			
23	ZEGARRA ATO JOSEPH ANDREWS			
24				
25				



Félix Peña Masías
BACHILLER