



PROGRAMACIÓN ANUAL 2010

I. DATOS GENERALES

1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA : "Santa Teresa de la Inmaculada"
2. UGEL : Pacasmayo
3. ÁREA : EDUCACION FISCA
4. GRADO : 1º Año "A" – "B" – "C"
5. HORAS SEMANALES : 2 horas
6. PROFESOR : PEDRO EXEQUIEL URBINA TEJEDA.
ALEX MANUEL GARCÍA RODRÍGUEZ.

II. PRESENTACIÓN:

El área de Educación Física se orienta al desarrollo de la corporeidad y de la motricidad. Así mismo contribuye a la formación integral de las alumnas mediante el desarrollo de capacidades motrices y la profundización de conocimientos, valores, normas referidos al cuerpo y movimiento.

La presente se desarrollara a partir de la necesidad de la alumna para potenciar sus capacidades biológicas, síquicas y dotar integralmente de capacidades, conocimientos y actitudes a las alumnas, para que se desempeñen de manera inteligente en cualquier situación o contexto de su vida cotidiana.

El proceso de los aprendizajes será permanente y gradual respetando el desarrollo evolutivo de las alumnas y el medio ambiente .así mismo contribuiremos con actividades para el proyecto de desarrollo sostenible institucional.

III. PROBLEMÁTICA PRIORIZADA:

**INSUFICIENTES APRENDIZAJES DE UTILIDAD
PARA LA VIDA**

IV. TEMA TRANSVERSAL:

- Educación para la convivencia, la paz y la ciudadanía.



V. COMPETENCIAS DE GRADO:

Organizadores	Competencias
COMPRESIÓN Y DESARROLLO DE LA CORPOREIDAD Y LA SALUD	Comprende el funcionamiento de todo su cuerpo e interioriza su imagen corporal, valora su salud y asume con responsabilidad y disciplina la mejora de sus capacidades físicas mediante procedimientos de ejercitación y seguridad personal; estableciendo relaciones entre actividad física, alimentación y descanso.
DOMINIO CORPORAL Y EXPRESIÓN CREATIVA	Demuestra dominio corporal y utiliza sus habilidades motrices básicas y específicas con autonomía y eficacia, para proponer y resolver de manera creativa situaciones lúdicas, deportivas y expresivas complejas; adecuando procedimientos y respetando reglas; mostrando perseverancia y respeto por los otros.
CONVIVENCIA E INTERACCIÓN SOCIOMOTRIZ	Participa en la práctica de actividades lúdicas, recreativas, deportivas en el medio natural, valorando, las normas de convivencia, las prácticas lúdicas tradicionales y el cuidado de ambientes naturales, integrándose y cooperando con el grupo.

VI. PROPÓSITOS DE GRADO:

COMPRESIÓN Y DESARROLLO DE LA CORPOREIDAD Y LA SALUD	<p>Que desarrolle su aspecto corporal y conservación de la salud física y mental.</p> <p>Que explore instrumentos de medición bioantropométricas y procedimientos para desarrollar sus capacidades físicas.</p> <p>Que conozca y comprenda su organismo y las posibilidades de alcanzar la salud orgánica.</p> <p>Que practique hábitos de higiene.</p> <p>Que conozca productos hidratantes que contribuyan a una vida sana y saludable.</p>
DOMINIO CORPORAL Y EXPRESIÓN CREATIVA	<p>Que cree y desarrolle actividades gimnásticas con ritmo y coreografías simples y complejas.</p> <p>Que desarrolle actividades con nociones deportivas y atléticas al correr, saltar y lanzar.</p>
CONVIVENCIA E INTERACCIÓN SOCIOMOTRIZ	<p>Que confíe en sus posibilidades, para que resolver problemas motores y perseverancia en la eficiencia motriz.</p> <p>Que diagnostique sus habilidades básicas en la iniciación deportiva.</p> <p>Que practique disciplinas deportivas de acuerdo a sus capacidades.</p> <p>Que inicie procesos de socialización entre sus compañeras de manera asertiva.</p>



VII. CALENDARIZACIÓN

TRIMESTRE	INICIO	TÉRMINO
I	03/03/10	28/05/10
II	31/05/10	10/09/10
III	13/09/10	10/11/10

VIII. VALORES Y ACTITUDES

VALORES EVANGELIZADORES	ACTITUD DE COMPORTAMIENTO
LIDERAZGO COMO LA DE JESÚS	<ul style="list-style-type: none"> • Demuestra persistencia para el logro de sus metas. • Muestra seguridad en si misma y actitud para desinhibirse y expresarse corporalmente. • Controla sus emociones y actúa de manera positiva antes, durante, y después de las actividades lúdicas y deportivas.
JUSTICIA COMO LA DE JESÚS	<ul style="list-style-type: none"> • Valora el cuidado de su cuerpo, como la obra mas divina de Dios. • Reconoce, respeta y acepta las diferencias con otras alumnas. • Participa equitativamente sin discriminación alguna.
VALORES HUMANOS	
RESPECTO	<ul style="list-style-type: none"> • Se comunica afectivamente. • Respeta las fechas cívicas y los símbolos patrios. • Respeta y valora las costumbres de su localidad, región, etc. • Expresa actitudes positivas hacia su persona. • Saluda con amabilidad y cortesía a los miembros de la comunidad educativa
RESPONSABILIDAD	<ul style="list-style-type: none"> • Cumple con sus tareas pedagógicas puntualmente. • Asiste a eventos programados por la I.E. y/o docentes. • Demuestra perseverancia en sus acciones. • Disponibilidad • Puntualidad.
SOLIDARIDAD	<ul style="list-style-type: none"> • Actúa cooperativamente

IX. PRINCIPIOS EVANGELIZADORES

- Incrementar la capacidad de rendimiento físico en la práctica de los juegos, gimnasia, atletismo y deportes, aplicando las técnicas



fundamentales y las reglas para el juego limpio y las buenas relaciones interpersonales.

- Promover en las alumnas la grata sensación de dominar su cuerpo, conocer sus posibilidades motrices, experimentar sentimientos y emociones positivas que bien dirigidas estimulen la creatividad, la aceptación de su ser, afirmando los rasgos positivos de su personalidad y su realización como ser individual y social.
- Desarrollar las capacidades funcionales y coordinativas ejecutando con dominio la destreza de la gimnasia y deporte de iniciación competitiva.

X. ORGANIZACIÓN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS

UNIDAD	TÍTULO DE UNIDAD	TIPO DE UNIDAD	TIEMPO		
			I TRIM.	II. TRIM.	III TRIM.
I	Diagnosticamos nuestras capacidades orgánicas y físicas	U.P	X		
II	Practicamos deporte y Creamos nuestras composiciones gimnásticas	U.P		X	
III	Presentamos nuestras composiciones gimnásticas	U.P			X

XI. ESTRATEGIAS GENERALES DEL ÀREA

- Resolución de problemas.
- Asignación de tareas.
- Enseñanza recíproca.
- Descubrimiento guiado.
- Mando directo.

XII. EVALUACIÓN

CAPACIDADES	TÉCNICAS / INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
-------------	---------------------------------------



Compresión y Desarrollo de la corporeidad y la Salud	✓ Individual – grupal ✓ Esta de cotejos- Test. físico- heteroevaluación ✓ Pruebas escritas - coevaluación –auto-evaluación.
Dominio Corporal y Expresión creativa	✓ Individual – grupal ✓ Lista de cotejos - Test aptitud física. ✓ Test físico- Test aptitud deportiva.
Convivencia e Interacción Sociomotriz	✓ Test aptitud deportiva, Lista de cotejos, Individual – grupal

XIII. BIBLIOGRAFÍA

- DISEÑO CURRICULAR NACIONAL DINESST2008
- Diseño Curricular Nacional: DINEIP – DINESST.2005
- Ministerio de educación: programa de formación continua.
- José M Casado, Raúl Cabo y Mario Díaz del Cueto: Educación Física.
- Mario Montenegro Mendoza: Educación Física Teórico Práctico.
- Raúl Malca Coba: Sistema de Entrenamiento.
- Editorial Mercurio: Reglamento de Básquetbol, Voleibol.
- www.Efdeportes.com
- www.fevochi.cl
- www.cheerchile.cl.

San Pedro de Lloc, marzo del 2010

VºBº DIRECTORA

COORDINADOR PEC

DOCENTE

DOCENTE



UNIDAD DE APRENDIZAJE I

"Diagnosticamos Nuestras Capacidades Orgánicas y Físicas"

I- DATOS INFORMATIVOS:

1. UGEL : PACASMAYO
2. I.E. : "SANTA TERESA DE LA INMACULADA"
3. ÁREA : EDUCACIÓN FÍSICA
4. GRADO : PRIMERO
5. SECCIONES : A.B.C.
6. DURACIÓN : 26 Horas
7. RESPONSABLE : PEDRO EXEQUIEL URBINA TEJEDA
ALEX GARCIA RODRIGUEZ

II.- JUSTIFICACION:

La presente está orientada al desarrollo de la corporeidad y de la motricidad, contribuyendo a la formación integral de las alumnas mediante el desarrollo de las capacidades motrices y profundización de conocimientos y normas referido al cuerpo y al movimiento con el fin de conservar y potenciar sus capacidades biológicas y psíquicas de las alumnas de la I.E. respetando los procesos y graduación del desarrollo evolutivo de ellas. Así mismo contribuiremos con actividades para el proyecto de desarrollo sostenible institucional.

III. TEMAS TRANSVERSAL.

- Educación para la convivencia, la paz y la ciudadanía.



IV- PRINCIPIO EVANGÉLICO.

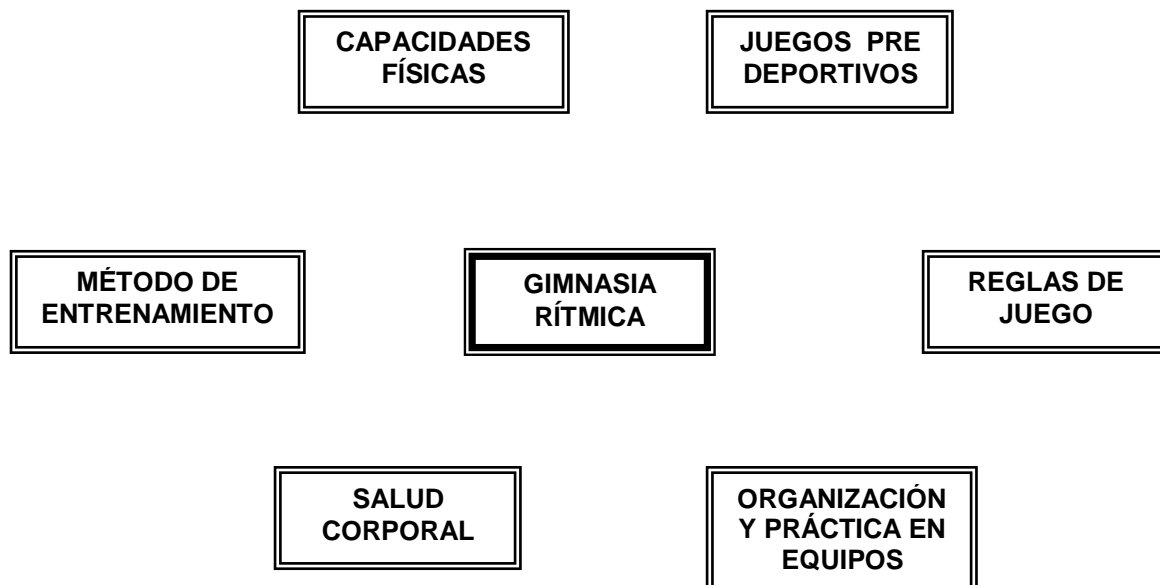
- Incrementar la capacidad de rendimiento físico en la práctica de los juegos, gimnasia y deportes, aplicando las técnicas fundamentales y las reglas para el juego limpio y las buenas relaciones interpersonales.

V- VALORES:

VALORES EVANGELIZADORES	ACTITUD DE COMPORTAMIENTO
LIDERAZGO COMO LA DE JESÚS	<ul style="list-style-type: none">• Demuestra persistencia para el logro de sus metas.• Muestra seguridad en si misma y actitud para desinhibirse y expresarse corporalmente.• Controla sus emociones y actúa de manera positiva antes, durante, y después de las actividades lúdicas y deportivas.
JUSTICIA COMO LA DE JESÚS	<ul style="list-style-type: none">• Valora el cuidado de su cuerpo, como la obra mas divina de Dios.• Reconoce, respeta y acepta las diferencias con otras alumnas.• Participa equitativamente sin discriminación alguna.
VALORES HUMANOS	
RESPECTO	<ul style="list-style-type: none">• Se comunica afectivamente.• Expresa actitudes positivas hacia su persona.
RESPONSABILIDAD	<ul style="list-style-type: none">• Cumple con sus tareas pedagógicas puntualmente.• Demuestra perseverancia en sus acciones.• Puntualidad.
SOLIDARIDAD	<ul style="list-style-type: none">• Actúa cooperativamente



VII.- ORGANIZACIÓN VISUAL DEL CONOCIMIENTO:



San Pedro de Lloc, 15 Marzo del 2010

VºBº DIRECTORA

COORDINADOR PEC

DOCENTE

DOCENTE