

# Guía docente para la planificación curricular de la experiencia de aprendizaje

Educación Física



Este documento tiene como propósito ampliar la información de la experiencia de aprendizaje propuesta para las y los estudiantes, lo cual le permita contar con los elementos necesarios para su adecuación a la realidad, características y necesidades de sus estudiantes.



## I. Presentación de la experiencia de aprendizaje

### Datos generales

- **Título:** En familia tomamos acuerdos para cuidar nuestra salud
- **Fecha:** del 5 al 23 de abril
- **Periodo de ejecución:** 3 semanas
- **Ciclo:** III ciclo (1.<sup>er</sup> y 2.<sup>o</sup> de primaria)

### Componentes

#### a Planteamiento de la situación:

En este apartado, le presentamos el marco general que le da sentido a la situación problemática. Así podrá discernir críticamente el problema en su origen, sus consecuencias y sus múltiples expresiones en la vida de las y los estudiantes, ofreciéndole un marco más amplio donde pueda proponer alternativas y otras maneras de enfocar la realidad de sus estudiantes, en caso no se sientan identificados con lo planteado desde MINEDU:

El Gobierno de nuestro país, debido al riesgo al que estamos expuestos por el coronavirus, ha tomado una serie de medidas como el distanciamiento y la inmovilización social obligatoria con la intención de frenar los casos de contagio. Esta situación nos exige un ejercicio de ciudadanía responsable, donde nuestro derecho a la salud vaya de la mano con nuestro deber de cumplir con las medidas adoptadas a nivel nacional, pues, con ello no sólo nos cuidamos a nosotros mismos, sino también, a los que son parte de nuestro entorno más cercano.

Organizarse en familia, ponerse de acuerdo para enfrentar esta situación de pandemia y mantener en buen resguardo la salud de todas y todos desde las prácticas que cada una y uno realiza, permiten ir trazando un camino de aprendizaje hacia una convivencia sana y responsable en sociedad.



A continuación, presentamos la situación planteada para la/el estudiante, y al lado derecho se identifica la estructura del texto:

La enfermedad del coronavirus o COVID-19 es un virus nuevo que, desde el año pasado, ha enfermado a muchas personas. Los médicos y los científicos siguen aprendiendo acerca de él para ayudar a más personas a curarse. Por eso, han descubierto que algunas de las formas para evitar contagiarse es lavarse constantemente las manos y usar mascarilla.

▷ **INFORMACIÓN  
SOBRE EL  
CONTEXTO  
RELACIONADA  
A LA SITUACIÓN**

Debes saber que esta enfermedad aún no se irá de nuestras vidas, por eso debemos pensar en qué otras cosas podemos realizar para seguir cuidando nuestra salud. Así, no solo cuidamos de nosotros mismos, sino también de las y los demás integrantes de nuestra familia. Entonces es necesario que nos pongamos de acuerdo con ellas/ellos.

▷ **VINCULACIÓN  
DEL ESTUDIANTE**

En esta experiencia de aprendizaje, vas a aprender a ponerte de acuerdo con tu familia y tomarán decisiones sobre las acciones que deben mejorar para prevenir la enfermedad y seguir cuidando su salud.

▷ **PROPÓSITO**

Te proponemos como reto la siguiente pregunta: ¿cómo podemos ponernos de acuerdo en familia para cuidar nuestra salud?

▷ **RETO**

Para cumplir el reto, considera los siguientes criterios:

1. Reconoces las acciones que realizas para cuidar tu salud.
2. Observas las acciones que tus familiares realizan para cuidar su salud.
3. Describes cómo tomas acuerdos con tu familia.
4. Acuerdas con tu familia acciones para prevenir las enfermedades.
5. Tienes cuidado al asearte y vestirte para prevenir el contagio de enfermedades.

▷ **CRITERIOS DE  
EVALUACIÓN**



### b Propósito de aprendizaje

- Asume una vida saludable.
- Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices.

Presentamos las competencias que se desarrollarán en la situación planteada. Recuerda que el propósito debe ser comunicado a tus estudiantes de manera concreta.

### c Enfoques transversales

Enfoque de Derechos	
<b>Valor</b>	<b>Diálogo y concertación</b>
<b>Por ejemplo</b>	La/el docente promueve a sus estudiantes a que intercambien sus ideas con las y los demás integrantes de su familia y aprendan a consensuar con ellos, ejerciendo así su derecho a opinar y a ser escuchados.

Enfoque de Orientación al Bien Común	
<b>Valor</b>	<b>Responsabilidad</b>
<b>Por ejemplo</b>	La/el docente fomenta a sus estudiantes, a través de diferentes actividades y momentos de reflexión, a que asuman los deberes y las responsabilidades que conlleva el cuidado de su salud y de su familia, como un factor común para el cuidado de las y los demás.

### d Relación entre producto o actuación, competencias, criterios de evaluación y actividades sugeridas

El producto te permite evidenciar el nivel de desarrollo de las competencias de tus estudiantes. Dicho nivel se demuestra a partir del cumplimiento de los criterios de evaluación. Por ello, se llevan a cabo una serie de actividades que guardan estrecha relación entre sí.



**Producto:** Un cartel de acuerdos con tu familia de acciones que realizarán para continuar cuidando tu salud y la de tus familiares

Competencia	Criterios de evaluación	Actividades sugeridas
Asume una vida saludable.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identifica las prácticas de autocuidado y de sus familiares que vienen realizando para prevenir el coronavirus.</li> <li>2. Incorpora prácticas de aseo y de uso adecuado de la vestimenta que contribuyan al cuidado de su salud.</li> </ol>	<p><b>Actividad de presentación:</b> Esta actividad busca situar a las y los estudiantes explicando el contexto sanitario que nos afecta y por qué la necesidad de asumir el reto de formular acuerdos con su familia para seguir cuidando su salud. Asimismo, señalamos el producto a entregar con sus respectivas características (criterios), lo cual le permitirá conocer claramente qué se espera de ellas y ellos.</p> <p><b>Actividad 1: Así nos cuidamos en casa</b> Las prácticas de autocuidado que se realizan en la familia buscan que las y los estudiantes identifiquen las prácticas de cuidado de la salud que están realizando para cuidar de sí mismos, las que su familia realiza y las que podrían realizar para cuidarse del coronavirus (criterios 1 y 2).</p> <p><b>Actividad 2: Las acciones que ponen en riesgo la salud de nuestra familia</b> En esta actividad, las y los estudiantes a través de la reflexión personal y con sus familias analizan las acciones que realizan en casa y que pueden ponerlas en riesgo de contraer enfermedades (criterio 1).</p> <p><b>Actividad 3: Aprendemos a ponernos de acuerdo</b> En esta actividad, las y los estudiantes aprenderán a cómo ponerse de acuerdo con su familia. Para ello, tendrán a su alcance algunas recomendaciones que luego aplicarán en la práctica de diferentes actividades lúdicas (criterios 3 y 4).</p>

#### Estándar para el III ciclo:

**Asume una vida saludable** cuando diferencia los alimentos saludables de su dieta personal y familiar, los momentos adecuados para ingerirlos y las posturas que lo ayudan al buen desempeño en la práctica de actividades físicas, recreativas y de la vida cotidiana, **reconociendo la importancia del autocuidado.** Participa regularmente en la práctica de actividades lúdicas identificando su ritmo cardíaco, respiración y sudoración; y utiliza prácticas de activación corporal y psicológica antes de la actividad lúdica.



Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices.

**Estándar para el III ciclo:**

Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices aceptar al otro como compañero de juego y **busca el consenso sobre la manera de jugar para lograr el bienestar común** y muestra una actitud de respeto evitando juegos violentos y humillantes; **expresa su posición** ante un conflicto con intención de resolverlo y **escucha la posición de sus compañeras/os** en los diferentes tipos de juegos. Resuelve situaciones motrices a través de estrategias colectivas y participa en la construcción de reglas de juego adaptadas a la situación y al entorno para lograr un objetivo común en la práctica de actividades lúdicas.

**3. Comprende cómo llegar a consensos manifestando sus opiniones y escuchando otros puntos de vista.**

**4. Llega a consensos sobre las prácticas de autocuidado para prevenir las enfermedades.**

**Actividad 4: Me pongo de acuerdo con mi familia para elegir el juego**

En esta actividad, presentamos una nueva oportunidad para que las y los estudiantes puedan aplicar las recomendaciones para lograr ponerse de acuerdo con sus familiares y así elegir los juegos que todas y todos deseen practicar (criterios 3 y 4).

**Actividad 5: Los acuerdos para cuidarnos en familia**

En vista de que las y los estudiantes ya conocen las formas para ponerse de acuerdo en las situaciones de juego, en esta actividad se promueve que transfieran este conocimiento a situaciones en donde deban tomar decisiones con las y los demás integrantes de su familia enfrentar a la emergencia sanitaria que nos aqueja. En esta actividad, cerramos la construcción del producto utilizando los insumos elaborados en las actividades anteriores (criterios 1, 2, 3 y 4).

**Actividad de cierre: Examinamos nuestros aprendizajes**

Esta actividad propone una ficha para que las y los estudiantes se autoevalúen sobre los procesos seguidos y sobre los aprendizajes alcanzados al elaborar su cartel de acuerdos. De esta manera, son capaces de identificar sus logros y mejorar sus productos en caso lo requiera.





## II. Sugerencias para la diversificación

Las actividades planteadas en la experiencia de aprendizajes son susceptibles de adaptaciones o modificaciones basadas en las necesidades, características y realidad de las y los estudiantes. Es así que, mediante ejemplos, queremos mostrarle algunas formas de realizar estas adaptaciones en dos casos específicos: para la atención a estudiantes con necesidades educativas especiales (NEE) y para un progresivo retorno a la presencialidad.

- A.** En caso de que la/el estudiante necesite recibir algún tipo de ayuda en el desarrollo de las actividades, es importante acompañarla/o en el proceso o considerar algún tipo de ajuste o adaptación según su ritmo y forma de aprendizaje.

Por ejemplo:

- **Adaptar la forma de entrega de los productos.** Así, en estudiantes que tienen movilidad reducida de los miembros superiores o tienen discapacidad visual, el producto del cartel de acuerdos no será entregado de forma escrita, sino que podría ser considerado en formato audio.
- En caso de que la/el estudiante no pueda tomar fotos e imprimirlas, puede dibujar las escenas que más le hayan gustado de las actividades físicas y recreativas que ha practicado. También puede crear un pequeño relato oral o escrito de lo realizado y cómo se ha sentido al hacerlo.
- **Adaptar los materiales para la práctica de las actividades lúdicas.** En consecuencia, para la actividad lúdica propuesta en la actividad 3: “Aprendemos a ponernos de acuerdo”, podría usar elementos sonoros adicionales como un cascabel o jugarlo en parejas tomados de la mano; otra posibilidad es variar el juego sin perder la intencionalidad que este tiene; en ese sentido, un juego que involucre interacción motriz y que permita hacerle variantes para ser más divertido.
- De contar con estudiantes hiperactivas/os, recomendamos que genere más espacios o momentos durante el día, con tiempo establecido, para practicar actividades que generen un gasto energético medido y favorecer el autocontrol. Es recomendable que, antes de iniciar la actividad, les converse sobre ella y les brinde la seguridad necesaria para que no sientan que estarán solas/os durante el desarrollo, sino que usted estará apoyándola/o.
- Si la/el estudiante presenta discapacidad visual, es recomendable que una persona adulta se encuentre cerca de ella o él como apoyo para que le indique cómo guiarse o qué paso seguir, con la finalidad de que participe sin mayores inconvenientes. También hay que darle la oportunidad de elegir el juego que más le gusta o el que le resulte más familiar. Estas acciones reforzarán su seguridad al practicarlo.

- B.** A continuación, proponemos un ejemplo que grafica cómo organizar esta experiencia para un contexto de semipresencialidad a partir de dos aspectos:

### Aspecto 1: El tiempo

El tiempo que disponga durante la semana para la atención de las y los estudiantes de forma presencial le permitirá determinar la cantidad de actividades que le serán posibles desarrollar a través de esta modalidad.



Por ejemplo:

- Si cuenta con una atención presencial, una hora por semana por cada grupo de estudiantes, entonces le recomendamos que organice las actividades para estos tres momentos entendiendo que la experiencia dura tres semanas.

### Aspecto 2: Proceso pedagógico

Por ejemplo:

Para el caso específico de esta experiencia, sugerimos desarrollar las siguientes actividades de forma presencial:

#### Actividad para situar

- Dialogar con las y los estudiantes sobre el COVID-19 y las acciones que recomiendan los científicos para evitar contagiarse. El diálogo debe permitir que reconozcan la necesidad de analizar las acciones que realizan en su casa y determinar qué harán para continuar cuidando su salud y la de sus familiares.
- En esta actividad, es importante que la/el estudiante comprenda el contexto que va a enfrentar, el problema que va a resolver, lo que va a aprender, los criterios con los que se le va a evaluar, y, finalmente, estar predispuesto a vivir la experiencia de aprendizaje “En familia tomamos acuerdos para cuidar nuestra salud”.

La secuencia del **proceso pedagógico** sugiere realizar los siguientes criterios en las actividades que elijan:

**Actividad para situar:** Permite la comprensión de la situación, los propósitos y los productos/actuaciones, y genera predisposición para enfrentar el reto.

- **Actividad de aprendizaje:** Identifica la actividad que tiene mayor carga motriz porque requerirá mayores procesos de retroalimentación.
- **Actividad para la evaluación:** Muestra los productos o las actuaciones que se constituyen en evidencia de lo que han aprendido.

#### Actividad de aprendizaje:

- La actividad 4 incluye una actividad física. De realizarse presencialmente, es importante considerar que se deben buscar alternativas para que la interacción de las y los estudiantes sea con el mayor distanciamiento posible.
- La actividad 3 muestra una buena oportunidad para trabajar con las y los estudiantes el respeto por las opiniones de las y los demás y poner en práctica las recomendaciones para ponerse de acuerdo.
- Para las/los estudiantes que no logran integrar a la familia en la práctica de la actividad física, sugerimos focalizar la atención dialogando sobre las posibles estrategias que las/los estudiantes pueden aplicar para tener éxito en su convocatoria, y la importancia de sus actitudes (respeto, tolerancia, inclusión) en la relación con sus familiares.

#### Actividad para la evaluación:

- La actividad “Examinamos nuestros aprendizajes” sirve para orientar a las y los estudiantes en la comprensión de los criterios de evaluación para la aplicación de su autoevaluación, solicitar la entrega de sus producciones y realizar la retroalimentación sobre los errores más comunes que pudiesen encontrar.

- De realizarse presencialmente, es una buena oportunidad para promover entre las y los estudiantes la socialización de sus logros y dificultades en la conducción de la actividad física con sus familiares.

### III. Sugerencias para el acompañamiento

#### Orientaciones del docente a los padres de familia

Para el desarrollo de esta experiencia de aprendizaje, recomendamos que explique al padre, madre o adulto responsable en qué consiste la experiencia y cómo puede ayudarlo en su desarrollo.

Además, precisar lo que el estudiante necesita en casa:

- ✓ Permitir o promover que la/el estudiante genere momentos de reunión entre los familiares que viven en casa.
- ✓ Facilitar, durante las reuniones, que la/el estudiante exprese su opinión y aprenda a escuchar al resto, de tal forma que pueda llegar a acuerdos y consensos.
- ✓ Organizar junto a su niña o niño el espacio donde desarrollarán los juegos.
- ✓ Involucrar a las y los integrantes de la familia en el desarrollo y ejecución de las rutinas de actividades.
- ✓ Ayudarla/o durante la lectura y escritura de las actividades que se requiera.







## IV. Sugerencias de recursos

A continuación, presentamos algunos recursos que le pueden ayudar al momento de considerar la experiencia. Recuerde que esta experiencia es un recurso más, que usted puede adaptar basado a las necesidades y características de sus estudiantes:

Para que conozca más sobre las medidas y las recomendaciones:

Coronavirus: Recomendaciones para el uso de mascarillas

- Estado Peruano. (28 de febrero de 2021). *Coronavirus: Recomendaciones para el uso de mascarillas*. Plataforma digital única del Estado Peruano. <https://www.gob.pe/8804>

¿Cómo prevenir el coronavirus?

- Estado Peruano. (31 de enero de 2021). *¿Cómo prevenir el coronavirus?* Plataforma digital única del Estado Peruano. <https://www.gob.pe/8663-ministerio-de-salud-como-prevenir-el-coronavirus>

Para que pueda enriquecer las actividades con las y los estudiantes:

Cómo pueden los profesores hablarles a los niños sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19)

- Unicef. (16 de marzo de 2020). *Cómo pueden los profesores hablarles a los niños sobre la enfermedad por coronavirus*. <https://www.unicef.org/es/coronavirus/como-pueden-profesores-hablar-ninos-sobre-coronavirus-covid19>

