

Título: ¡Qué alegría! Mira cómo lanzo, con la derecha, con la izquierda

1. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE

Competencias y capacidades	Desempeños	¿Qué nos dará evidencias de aprendizaje?
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad <ul style="list-style-type: none"> Comprende su cuerpo. Se expresa corporalmente. 	<ul style="list-style-type: none"> Explora de manera autónoma las posibilidades de su cuerpo en diferentes acciones para mejorar sus movimientos (saltar, correr, lanzar) al mantener y/o recuperar el equilibrio en el espacio y con los objetos, cuando utiliza conscientemente distintas bases de sustentación; así, conoce en sí mismo su lado dominante. Se orienta en un espacio y tiempo determinados, reconociendo su lado izquierdo y derecho con relación a sí mismo y de acuerdo a sus intereses y necesidades. Se expresa motrizmente para comunicar sus emociones (miedo, angustia, alegría, placer, entre otras) así, afirma su identidad personal. 	Reconoce sus habilidades motrices básicas (lanzar) cuando las utiliza según sus intereses en los juegos y canciones. Reconoce sus emociones al expresarlas según los resultados que obtiene y cuando trata de mejorarlas. Rúbrica
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma <ul style="list-style-type: none"> Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas de aprendizaje. 	<ul style="list-style-type: none"> Revisa con la ayuda de un adulto su actuar con relación a los juegos aplicados y realiza cambios, si es necesario, para lograr los resultados previstos. 	

Enfoques transversales	Actitudes o acciones observables
Enfoque de derechos	<ul style="list-style-type: none"> Docentes y estudiantes expresan, espontáneamente, sus emociones y afectos al jugar juntos, siendo responsables de no afectar a los demás.
Enfoque búsqueda de la excelencia	<ul style="list-style-type: none"> Docentes y estudiantes utilizan sus cualidades y posibilidades motrices al máximo para cumplir los retos que le proponen las actividades lúdicas.

2. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
<ul style="list-style-type: none"> Prevé y acondiciona el espacio que van a utilizar los estudiantes (debe ser amplio y seguro). Verifica la disponibilidad de los demás materiales a utilizar en tu sesión. Utiliza la rúbrica de evaluación para hacer seguimiento al proceso de construcción de los aprendizajes en los estudiantes. 	<ul style="list-style-type: none"> Conos Tizas de colores Aros Pelotitas de trapo Cualquier recurso o material de tu entorno puede ser utilizado para reemplazar alguno de esta lista, siempre y cuando cumpla la misma función.

3. MOMENTOS DE LA SESIÓN

Inicio	Tiempo aproximado: 20 min
--------	---------------------------

En grupo clase

- Saluda a los estudiantes y dirígelos al área de trabajo de educación física.
- Observa las emociones y estados de ánimo en el que se encuentran tus estudiantes. Luego, diles respecto a tu observación y cómo lo expresan con su cuerpo. Por ejemplo: *“He notado que todos están muy alegres porque están sonriendo, caminan saltando, mueven las manos con alegría...”* o el caso particular de algún niño *“parece que Andrés está triste porque camina despacito, con la cabeza agachada...”*. Luego pregunta: *“¿Podemos reconocer las emociones de los compañeros/as?, ¿y las nuestras?”*.
- Diles que en la siguiente actividad vamos a jugar a representar las emociones.

Actividad de inicio

- Menciona el nombre de la actividad *“Saludando con las emociones”*

- Indica a los estudiantes que se ubiquen en el área de juego.
- Explícales que el juego consiste en saludarse expresando la emoción que se les indica. Todos y todas se desplazan libremente por el espacio de juego. A tu señal, saludan al compañero o compañera con quien se crucen. Por ejemplo: la señal es: “¡Alegría!”, los niños y niñas que se están desplazando, se detienen frente a un compañero y lo saludan representando la alegría (puede ser saltando y sonriendo, moviendo rápidamente las manos, gritando o aplaudiendo).

Los estudiantes deben expresar estas emociones de manera libre. Es importante mantenerse atentos a lo que ellos realizan, ya que de esta observación haremos la retroalimentación. Cada persona tiene formas distintas de expresarse, en ello radica reconocer lo valioso de ser único y diferente.

Menciona diversas emociones como tristeza, miedo, enojo, desagrado y otros que los estudiantes propongan.

- Al terminar pregunta: “¿Todos expresaban igual sus emociones?, ¿por qué?”. Explica a los estudiantes que las personas somos diferentes unas de las otras. Reconocer nuestras formas de expresarnos nos permite conocer más de nosotros mismos y valorarnos como somos, además que también aprendemos de los demás para relacionarnos mejor.
- **Comunica el propósito de la sesión:** “Utilizaremos nuestras habilidades de lanzamiento para seguir jugando y expresando nuestras emociones”

Desarrollo	Tiempo aproximado: 60 min
-------------------	----------------------------------

En grupo clase

- Comunica a los estudiantes que la sesión del día de hoy está orientada a reconocer otra habilidad: la manipulativa, es decir las actividades que pueden realizar con las manos. Anima a los estudiantes a que te den ejemplos de lo que pueden hacer con las manos (induce las respuestas mencionando materiales; por ejemplo: ¿cómo usaría mis manos para jugar con la pelota?).

Menciona que la actividad que viene a continuación se llama: **“Juego con balones”**

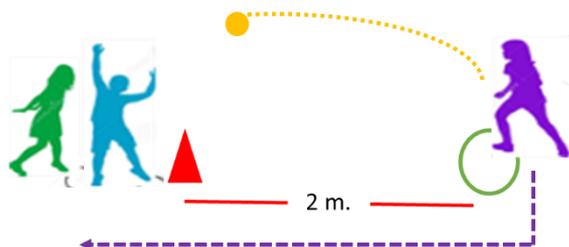
- Organiza cuatro grupos de igual cantidad de participantes y entrégales un balón.
- Ubícalos en la zona de juego de tal forma que cada equipo tenga espacio para conformar un círculo.
- Pídeles que cada equipo demuestre lo que puede hacer con el balón utilizando las manos y donde todos estén participando.
- Dale unos minutos para que realicen libremente su actividad.
- Ahora corresponde una segunda parte, indica que se pasen el balón de mano en mano lo más rápido que puedan y sin dejarlo caer.
- Menciona que a tu señal, el estudiante que tiene el balón se lo pasa al de su derecha y este lo lanza al compañero/a de enfrente; el estudiante que recibe el balón, repite la acción y así sucesivamente hasta que el balón pase por todos los estudiantes.
- Después, puedes aplicar variantes como: pasarle primero al de la izquierda, girar antes de lanzar, darle botes antes de hacer el pase y otros que los estudiantes propongan.
- Pide a los estudiantes que cada vez que finalicen una acción, demuestren con sus movimientos cómo se sienten al ser los primeros o los últimos en realizar la actividad.
- Finalizada esta parte, reflexiona junto a los estudiantes: “¿Para qué lado lanzabas el balón? ¿a qué equipo no se le cayó el balón?”.
- Comunícales que en la siguiente actividad ya no se quedarán en su sitio.

Recuerda que,

Los lanzamientos son habilidades básicas que evolucionan a partir de patrones motrices como: alcanzar, tomar, agarrar y arrojar.

Menciona a tus estudiantes que la actividad se llama **“Lanza y corre”**

- Utilizando los grupos conformados en la actividad anterior.
- Organiza el espacio donde van a desarrollar el juego los estudiantes. Coloca un cono para que marque la zona de salida. Frente a este y a dos metros aproximados de separación, dibuja un círculo.
- Indica a los estudiantes que se coloquen en columna detrás del cono.
- Explica que el primero de la columna iniciará siendo el capitán y se ubicará en el círculo. Este estudiante es quien inicia el juego. Lanzará la pelota al primer compañero de la columna para después correr a ubicarse al final de la columna; el niño o niña que recibe el balón correrá a ocupar el lugar del capitán y repetirá la misma acción hasta que el primer capitán regrese al círculo. Rétalos: “¿Qué equipo será

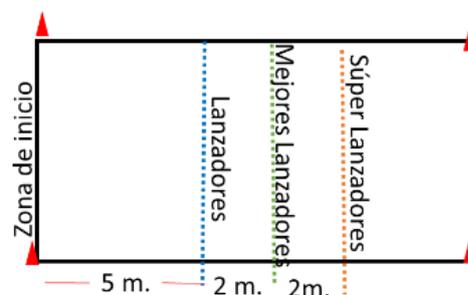


el más veloz en hacerlo?”. Además, el equipo debe expresar su alegría con un movimiento novedoso (ejemplo: agarrarse todos de las manos y dar vueltas, saltando y abrazándose,... otros que a los estudiantes se les ocurra).

- Da la señal de inicio de la actividad y observa cómo la realizan.
- Luego pregúntales: “¿Qué equipo acabó primero? ¿Cómo te hace sentir esos resultados? ¿Qué podemos hacer para mejorar?”.

En esta parte de la sesión corresponde a que los estudiantes demuestren lo aprendido. Por eso realizarán la actividad **“Mira como lanzo”**

- Delimita la zona de juego con una línea de inicio y una de término.
- Organiza a los niños y las niñas en cinco columnas de igual cantidad de participantes (si el espacio con el que cuentas es más amplio, puedes hacer más columnas).
- Con ayuda de la tiza separa el campo con tres líneas divisorias (preferentemente cada línea de un color distinto) separadas a razón de dos metros entre línea y línea. La primera línea que se encuentra paralela a la línea de inicio debe encontrarse a 5 metros de distancia. Cada línea tendrá una denominación: Lanzadores, Mejores Lanzadores y Súper Lanzadores. (Ver gráfico)
- Entrega una pelotita de trapo a cada columna.
- Indica que la actividad consiste en lanzar su pelotita tratando de hacerla pasar las líneas marcadas y saber qué denominación les toca. Anímalos a que exploren diferentes formas de lanzar: con dos manos, con una sola, colocando la pelota detrás de la cabeza, o que salga a la altura del pecho, de entre las piernas, de espaldas al objetivo... Rétalos para saber quién o quiénes pueden hacer pasar todas las líneas.
- Finalizada esta parte pregunta: “¿De qué manera lanzaste cuando conseguiste el mejor resultado? ¿Con qué mano lanzabas más lejos? ¿Cómo lo podrías hacer mejor?”.
- Reinicia la actividad para que los niños y niñas pongan en práctica la forma de lanzar que creen les va a dar mejor resultado.



Cierre	Tiempo aproximado: 10 min
--------	---------------------------

En grupo clase

Reúne a los estudiantes para reflexionar juntos sobre los aprendizajes alcanzados en el día.

- Pregúntales: “¿Cómo han lanzado el día de hoy? ¿Qué más podemos hacer para seguir mejorando? ¿Cómo se han sentido con los resultados de los diferentes juegos?”.
- Motiva a los estudiantes a continuar mejorando sus habilidades para lanzar y recibir las pelotas y otros objetos. “¿Para qué crees que te sirve esta habilidad en tu vida diaria? ¿Cómo te sientes al saber más de ti y de lo que puedes hacer?”.
- Cierra la conversación manifestando que todos lo han hecho muy bien y que seguirán mejorando conforme practiquen.
- Dirígelos a los servicios higiénicos y ayúdalos a que hagan su correcto lavado de manos, sin desperdiciar el agua.
- Despide a los estudiantes animándolos a practicar en casa todo lo aprendido el día de hoy.

4. REFLEXIONES SOBRE EL APRENDIZAJE

- ¿Qué avances tuvieron mis estudiantes?
- ¿Qué dificultades tuvieron mis estudiantes?
- ¿Qué aprendizajes debo reforzar en la siguiente sesión?
- ¿Qué actividades, estrategias y materiales funcionaron, y cuáles no?