

Título: Exploramos nuestros movimientos al ritmo de la música

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 sus posibilidades de movimiento al realizar con seguridad y confianza habilidades motrices básicas mediante movimientos coordinados utilizando la música según intereses, necesidades y posibilidades. Utiliza su cuerpo y el movimiento para expresar ideas y emociones en la práctica de una secuencia de movimientos, con diferentes tipos de ritmos y música, a fin de expresarse corporalmente y mediante el uso de diversos elementos. 	Explora sus desplazamientos y coordina sus movimientos para expresar sus ideas y emociones según el ritmo musical.

Enfoques transversales	Actitudes o acciones observables
Enfoque de derechos	<ul style="list-style-type: none"> Docentes y estudiantes promueven la equidad y el respeto en las mismas condiciones entre todos.

2. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
<ul style="list-style-type: none"> Revisa videos y/u otros recursos con los que puedas enriquecer la presente propuesta. Haz una recopilación de música para trabajar en esta sesión, de preferencia, de nuestro folclor. Acondiciona el espacio donde se desarrollará la sesión de aprendizaje velando por la seguridad de los estudiantes. Pegar en el centro del patio cuatro figuras de niños en movimiento corporal. 	<ul style="list-style-type: none"> Equipo de sonido Cinta adhesiva Globo de carnaval (5 cm) Pabilo, pasador o cuerda de 30 cm Pandereta

3. MOMENTOS DE LA SESIÓN

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

En grupo clase

- Saluda a los estudiantes e invítalos a desplazarse al espacio donde realizan Educación Física.
- Para iniciar el desplazamiento utiliza la canción “La cucaracha” (Pídeles que se muevan según lo que indica la canción)

*“La cucaracha, la cucaracha ya no puede caminar,
porque le falta una patita para andar”.*

*“La cucaracha, la cucaracha ya no puede volar,
porque le falta una alita para andar”.*

*“La cucaracha, la cucaracha ya no puede saltar,
porque le falta una patita para andar”.*

- Una vez en el patio solicita a los niños y niñas que se ubiquen formando un círculo, pregúntales: “¿Cómo se han sentido al moverse? ¿Qué partes de su cuerpo han movido para seguir el ritmo de la canción?”. Escucha atentamente lo que van respondiendo tus estudiantes y animalos a que te expliquen por qué se han movido de determinada manera.
- A continuación, hazles escuchar música (huayno y/o festejo) e invítalos a moverse libremente. Observa a las y los estudiantes en sus movimientos y anota las particularidades que tuviesen algunos para usarlas como ejemplos.
- Reúnelos nuevamente y felicítalos por las ganas con las que han bailado.

¿Por qué es necesario que el estudiante se exprese corporalmente?

Porque es a través del cuerpo que interactuamos con el mundo que nos rodea, comunicándonos con las personas que tenemos a nuestro alrededor y viviendo experiencias a partir de las cuales vamos conociéndonos a nosotros mismos y a los demás.

Por medio de las siguientes preguntas, induce a los estudiantes a descubrir cuál es el propósito de la Unidad: “¿Cómo se han sentido al bailar al ritmo de esas canciones? ¿Todos se movían por igual? ¿Por qué? ¿Quiénes bailan más lento? ¿Quiénes más rápido? ¿A qué se debe? ¿Cómo bailas tú?”.

Recoge las respuestas de los estudiantes y cuéntales lo que has observado, cómo algunos niños bailaban alegres al ritmo de la música, otros zapateaban,... (Lo que hayas observado).

Luego, comunica que la intención de esta Unidad es lograr una buena convivencia entre todos, desde la aceptación de uno mismo y para con nuestros pares, por lo que se hace necesario el reconocernos como somos y las cualidades con las que contamos para expresarnos con nuestros movimientos.

Actividad de inicio

Menciona que la siguiente actividad se llama “*Huaylas carnalesco*”... a ver ¿de qué creen que se trate el juego?

- Entrega el pedazo de cuerda, o pabito y un globo de carnaval a cada estudiante.
- Delimita la zona de juego en un cuadrado de 6 m x 6 m demarcado por los conos.
- Indica a los estudiantes que se queden dentro de la zona demarcada.
- Pide que inflen su globo y lo aten a un extremo del cordel. Con el otro extremo deberán amarrarlo a su tobillo.
- Menciona que al escuchar la música todos empezarán a bailar al ritmo del huaylas, intentando pisar el globo del compañero, a la vez de evitar que pisen el suyo.
- Cuando pare la música todos deberán quedarse quietos y los niños que se quedaron sin globo se colocarán a los laterales del campo, intentando desde ahí, pisar el globo de alguno de sus compañeros.
- La actividad finaliza cuando todos se hayan quedado sin globos.
- Luego pregunta: “¿Qué les pareció trabajar con música? ¿Qué movimientos crearon para pisar el globo?”.
- **Comunicales el propósito de la sesión:** En esta sesión seguiremos el ritmo de la música explorando nuevas formas de movimiento.

Desarrollo

Tiempo aproximado: 55 min

En grupo clase

Agrupar a todos los estudiantes en el centro del campo, con espacio suficiente entre unos y otros para no tocarse ni golpearse.

Comunica que la siguiente actividad se llama “*A marcar el ritmo*”.

- Explica que la actividad consiste en utilizar las partes de su cuerpo para hacer diferentes sonidos.
- A modo de ir descubriendo pídeles que emitan sonidos tocando su cuerpo, por ejemplo: haciendo palmadas. “¿Con qué otra parte del cuerpo lo pueden hacer?”.
- Luego de unos minutos de práctica menciona el nivel de dificultad y regla:
 - A tu señal, ellos y ellas deberán marcar el ritmo según lo que ellos sienten que deben hacer. La señal serán emociones.
 - Por ejemplo, si mencionas: “¡Alegría!”, los niños y las niñas deben ver con qué sonido pueden expresar alegría. Algunos gritarán, otros aplaudirán muy rápido, otros saltarán para que suene el piso, entre otros.
- Identifica al estudiante o los estudiantes que expresen mejor la emoción que has mencionado para que todo el grupo imite el sonido que realizó.
- También puedes identificar al más original para que muestre a todos su ejecución.
- Además, puedes sugerir: “¿Y si lo hacemos desplazándonos del lugar?, ¿cómo lo haríamos?”.
- Luego de unos minutos de práctica reflexiona con los estudiantes: “¿Cómo te hizo sentir los movimientos que realizaste? ¿Qué otra regla o condición le agregarías a esta actividad para seguir divirtiéndonos?”.

Selecciona una o dos propuestas de los estudiantes para que lleven a cabo su aplicación.

Si observas que los estudiantes se encuentran muy agitados por la actividad, indícales algunos ejercicios de respiraciones y/o dale unos minutos para que se rehidraten.

Para la siguiente actividad reúne a los estudiantes e indícales que elijan a su pareja.

- Indica que cada pareja se ubique en el espacio de juego, indistintamente, y a suficiente distancia de los demás compañeros.
- Explica que se pondrán de acuerdo para saber quién inicia, ya que la actividad consiste en que



- un estudiante realizará diferentes movimientos y su compañero o compañera lo debe imitar.
- Luego cambian de roles.
- Luego de unos minutos de práctica. Pregunta a los niños y niñas: “¿Qué nombre le pondríamos al juego?”. Junto a los estudiantes decidan y adopten unos de los nombres sugeridos por ellos para esta actividad, que guarde relación con lo que están haciendo (quizás nazcan ideas como: “El espejo”, “El imitador”, “Mira cómo me muevo”, entre otras).
- Después, indícales que ahora agregarás el sonido de una pandereta. El niño o niña que le toca iniciar debe procurar que sus movimientos vayan al compás de ese sonido. Luego cambian de roles.
- Acompaña a los estudiantes emitiendo diferentes ritmos a la pandereta y observa cómo se comportan en función a ese sonido.
- Reflexiona con ellos: “Cuando imitabas a tu compañero, ¿imitabas sus movimientos completamente igual que él/ella? ¿Por qué? ¿Qué sentimientos crees que expresaba tu compañero/a con esos movimientos?”.
- Comenta que seguirán trabajando en parejas, pero esta vez lo harán con música.

Diles que la actividad es **“Bailamos el mismo ritmo”**

- Al igual que en la actividad anterior diles que uno se moverá, mientras el otro lo imitará.
- Reproduce el video o la música: “Mix Costa, Sierra y Selva”, lo podrás encontrar en el siguiente link: <https://www.youtube.com/watch?v=yEp3gzb-gU0>
- Entrégale a cada niño un pañuelo o un pompón u otro material que le permita moverse cómodamente.
- Indica que la actividad finaliza al terminar la melodía.
- Explica a los estudiantes que deben ser muy observadores con sus compañeros. Esta vez, no solo basta con imitar sus movimientos, sino además sus gestos y formas de moverse.
- Brinda unos minutos para que se pongan de acuerdo en las parejas para saber quién empieza.
- Observa a los estudiantes y acompáñalos durante la ejecución de la actividad indicando que tan parecido lo hacen a su compañero o no. Ayúdalos a identificar las particularidades de movimiento que tiene su pareja. Por ejemplo, si cuando realiza el movimiento de mano lo hace moviendo la muñeca. Si es que sonrío o hace una mueca, si exagera, etc.

Cierre	Tiempo aproximado: 15 min
--------	---------------------------

“La tormenta”

- Para esta actividad pide a los estudiantes que se sienten por diferentes partes del campo. Debe hacer suficiente espacio entre ellos y ellas para evitar golpearse.
- Explica que todos van a jugar a la tormenta, pero primero debemos escuchar las indicaciones.
- Describirás cómo es el paso de una tormenta. Te moverás de mil maneras en tu sitio agitando los brazos de un lado a otro.
- Diles que deben imaginar lo que les vayas indicando: que llueve y se mojan, la caída de un trueno o un relámpago. Y cuando acabe la tormenta deben caer en el suelo agotados y descansar.
- Cuando observes que se encuentran quietos o relajados dirás el nombre del que cumple con la indicación para que se ponga de pie con suavidad.

En grupo clase

Al terminar aprovecha la formación en círculo y reflexionen juntos sobre la actividad realizada.

- Pregunta: “¿Qué movimientos nuevos hicieron para seguir el ritmo de la música? ¿Coordinabas tus movimientos con tu compañero?, ¿y con la música? ¿Todos se mueven igual?”. Induce a los estudiantes a que dialoguen sobre las particularidades de cada uno al realizar sus movimientos.
- Además pregunta: “¿Cómo te sentiste al ser la tormenta?”.
- Escucha lo expresado por tus estudiantes y tomando sus respuestas cierra la clase con una reflexión acerca de cómo ellos han ido vivenciando nuevas formas de movimiento a través de juegos rítmicos y, de cómo a través de esta forma de ser vamos conociéndonos y reconociendo a nuestros pares.
- A su vez, anímalos a que vayan pensando en cómo van a mejorar para que lo realicen en la siguiente clase.
- Finaliza la sesión guiando el adecuado aseo de manos, así como el uso responsable del agua.

4. REFLEXIONES SOBRE EL APRENDIZAJE

- ¿Qué dificultades tuvieron mis estudiantes para expresarse corporalmente?
- ¿En qué debo de apoyar a mis estudiantes?