



**UNIVERSIDAD NACIONAL
“PEDRO RUIZ GALLO”
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO
SOCIALES Y EDUCACIÓN
UNIDAD DE POSGRADO**



PROGRAMA DE ESTUDIOS DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

“Actividades motrices para el aprendizaje del pase, recepción, bote y tiro del balón en el balonmano en los y las estudiantes del tercer grado de educación secundaria de la Institución Educativa N°86709 “San Damián”, Distrito de Coris, Provincia de Aija en la Región Ancash 2016”

TRABAJO ACADÉMICO

**PRESENTADO PARA OBTENER EL TÍTULO DE
SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL CON MENCIÓN EN
DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA**

AUTORES:

**Casimiro León, Yuddi Heliana
Ortiz Vidal, Elmer Silvio**

ASESOR:

Olivos Zunini, José Javier

LAMBAYEQUE - PERÚ

2017

“ACTIVIDADES MOTRICES PARA EL APRENDIZAJE DEL PASE, RECEPCIÓN, BOTE Y TIRO DEL BALÓN EN EL BALONMANO EN LOS Y LAS ESTUDIANTES DEL TERCER GRADO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N°86709 “SAN DAMIÁN”, DISTRITO DE CORIS, PROVINCIA DE AIJA EN LA REGIÓN ANCASH 2016”

AUTORES:

ORTIZ VIDAL ELMER SILVIO.

CASIMIRO LEÓN YUDDI HELIANA.

OLIVOS ZUNINI, JOSÉ JAVIER.

ASESOR

APROBADO POR:

MARCELO VERAU WALTER.

PRESIDENTE

GRANADOS BARRETO JUAN CARLOS.

SECRETARIO

GARCÍA QUISPE NALÉ CASTELAR.

VOCAL

DEDICATORIA

A mis padres por ser el pilar fundamental en todo lo que soy, en toda mi educación, tanto académica, como de la vida; a mi esposa y a mis hijos por su incondicional apoyo perfectamente mantenido a través del tiempo. Todo este trabajo ha sido posible gracias a ellos.

Elmer

A mis adorados hijos Brythany y Salvador quienes son el motor y motivo para seguir adelante y ser cada día mejor, ellos son el impulso para seguir luchando por el largo y difícil camino de la vida; a mis padres Donato y Aquelina por su apoyo incondicional en cada momento.

Heliana Casimiro León

AGRADECIMIENTO

Primero a Dios quien con su infinita bondad nos permite seguir superándonos cada día.

A nuestros profesores por su profesionalismo y dedicación durante los estudios de esta segunda especialidad, ellos nos enseñaron a querer y valorar el área de Educación Física. Estamos seguros que nuestras metas planteadas con este trabajo darán fruto en el futuro.

Un agradecimiento muy especial al Profesor Renson Depaz Villanueva, Director de la I.E. N° 86709 “San Damián”, por permitirnos desarrollar nuestro informe y brindarnos todas las facilidades para su correcta ejecución.

A nuestras familias por apoyarnos y motivarnos en todo momento convirtiéndose en pilares de nuestra formación académica.

A esta prestigiosa universidad, la cual abrió y abre sus puertas a maestros de vocación y con ganas de superación como nosotros, brindándonos la oportunidad de prepararnos para un futuro competitivo y formándonos como maestros de calidad y personas de bien.

Los autores

INDICE

DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO	iv
RESUMEN	xi
PRESENTACIÓN.....	xi
I. MARCO REFERENCIAL.....	14
1.1.Referencia teórica.....	14
1.1.1. Aprendizaje deportivo según J.L. Antón	14
1.1.2. El balonmano, como medio educativo	18
1.1.3. Modo de Jugar el Balonmano	19
1.1.4. Reglas básicas	20
1.2. Referencia Conceptual	23
1.3 PROPÓSITOS DE LA INTERVENCIÓN.....	25
1.3.1. OBJETIVO GENERAL	25
1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	25
1.4. ESTRATEGIAS DE LA INTERVENCIÓN.....	27
1.4.1. Coordinaciones Previas	27
1.4.2. Metodología Específica.....	27
1.4.3. Cronograma de Actividades.....	28
II.- CONTENIDO	29

2.1. EVALUACIÓN INICIAL	29
2.1.1. Descripción de la prueba	29
2.1.2. Resultados de la evaluación inicial aplicado para medir el aprendizaje de los fundamentos técnicos del balonmano ..	30
2.1.3. Resultados de la evaluación inicial: por componente	32
TABLA N°01.....	32
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA TABLA N° 01	33
Gráfico N° 01	33
Análisis Gráfico del Componente Pase.....	33
TABLA N° 02.....	34
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA TABLA N° 02	35
Gráfico N° 02	35
Análisis Gráfico del Componente Recepción.....	35
TABLA N° 03.....	36
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA TABLA N° 03	36
Gráfico N° 03	37
Análisis Gráfico del Componente Bote	37
TABLA N° 04.....	38
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA TABLA N° 04	39
Gráfico N° 04	39

Análisis Gráfico del Componente Tiro a portería	39
PROPUESTA.....	40
SECUENCIA DE ACTIVIDADES:.....	42
COMPONENTE DIDÁCTICO.....	42
2.2.4. MODELO DIDÁCTICO.....	43
SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 01	45
FICHA DE OBSERVACIÓN N° 1	49
SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 02	50
FICHA DE OBSERVACIÓN N° 2	54
SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 03	55
FICHA DE OBSERVACIÓN N° 3	60
SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 04	61
FICHA DE OBSERVACIÓN N° 4	65
SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 05	66
FICHA DE OBSERVACIÓN N° 5	71
SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 06	72
FICHA DE OBSERVACIÓN N° 6	74
SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 07	75
FICHA DE OBSERVACIÓN N° 7	79

SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 08.....	80
FICHA DE OBSERVACIÓN N° 8.....	84
SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 09.....	85
FICHA DE OBSERVACIÓN N° 9.....	90
SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 10.....	91
FICHA DE OBSERVACIÓN N° 10.....	95
SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 11.....	96
FICHA DE OBSERVACIÓN N° 11.....	99
SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 12.....	100
FICHA DE OBSERVACIÓN N° 12.....	105
2.3. EVALUACIÓN DE SALIDA.....	106
2.3.1. Resultados de la evaluación de salida: test de aprendizaje de balonmano.....	106
2.3.2. Resultados de la evaluación de salida: Por Componente.....	107
TABLA N° 05.....	107
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA TABLA N° 05.....	108
Gráfico N° 05.....	108
Análisis Gráfico del Componente Pase.....	108
TABLA Nª 06.....	109
Gráfico N° 06.....	110

Análisis Gráfico del Componente Recepción del Balón.....	110
TABLA N° 07.....	111
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA TABLA N° 07	111
Gráfico N° 07	112
Análisis Gráfico del Componente Bote.	112
TABLA N° 08.....	113
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA TABLA N° 08	113
Gráfico N° 08	114
Análisis Gráfico del Componente Tiro a Portería.....	114
2.4 RESULTADOS FINALES.....	115
2.4.1 CUADRO COMPARATIVO DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS EN LA PRUEBA DE INICIO Y LA PRUEBA DE SALIDA...115	
TABLA N° 09.....	115
Gráfico N° 09	116
Análisis Gráfico de Componentes según Prueba de Inicio y de Salida..	116
III.- CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	117
3.1. Conclusiones	117
3.2. Recomendaciones	118
BIBLIOGRAFÍA.....	119
ANEXOS.....	121

RESUMEN

El presente trabajo pretende satisfacer la necesidad de diversificar el aspecto físico deportivo de la comunidad de San Damián, distrito de Coris, provincia de Aija en la Región Ancash, y contribuir al desarrollo corporal de los estudiantes de la I.E. N°86709 de esta comunidad.

El objetivo es plantear un programa de Actividades motrices para el aprendizaje de los fundamentos básicos del balonmano, su promoción y práctica entre los estudiantes y habitantes de la comunidad sin distinción de ningún tipo.

La teoría que se maneja corresponde al Profesor Juan Lorenzo Antón, quien en 1997, investigó, y propuso una serie de fases para el aprendizaje deportivo, específicamente en el tema del balonmano, las cuales responden a las necesidades del desarrollo deportivo y la Educación Física dentro del ámbito escolar, pues respeta las características y condiciones de desarrollo de los y las estudiantes, estableciendo una relación cronológica entre las fases del aprendizaje deportivo y las edades de los estudiantes; por ende, nos ubica en el contexto donde vamos a trabajar.

Concluimos que la práctica deportiva especialmente el balonmano tiene un carácter integrador, socializador y sobre todo contribuyen al desarrollo corporal de nuestros estudiantes, por ende debe incluirse en las escuelas como un medio de aprendizaje.

PRESENTACIÓN

La Institución Educativa N° 86709, se encuentra ubicado en el Centro Poblado de San Damián, Distrito de Coris, Provincia de Aija, Región de Ancash, la cual está situada en la parte central y occidental del Perú. limita por el norte con la Región de la Libertad, al este con Huánuco, al sur con Lima y al oeste con el Océano Pacífico. Ésta bella ciudad abarca gran parte de la costa norte en su segmento occidental y una gran sección de la Cordillera de los Andes. Con una población estimada al año 2015 de 1148 000 habitantes, cuenta con una superficie de 36 000 Km², que representan el 2,8 % del territorio nacional. Se divide políticamente en 20 provincias de las cuales la provincia de Aija es una de las más bellas y pujante de la región.

Fue creada mediante R.D.Z. N° 0881, por iniciativa de los pobladores y de autoridades locales. Funciona en el turno de mañana, cuenta con 04 docentes en el nivel primario de los cuales solo 02 están en condición de nombrados y 02 en condición de contratados, 08 docentes en el nivel secundario, 01 nombrados y 07 contratados, entre ellos un profesor de educación física, con estudios pedagógicos debidamente certificados y titulados, un auxiliar de educación y 02 personales de servicio. La Institución Educativa N° 86709 “San Damián”, bajo el lema Institucional “Valle Prodigioso de la Perla de las Vertientes”, ha ido evolucionando en busca de satisfacer las necesidades de la comunidad por una educación de calidad.

En cuanto a la infraestructura el pabellón del nivel primario es de material noble, pero el pabellón de secundaria son aulas pre fabricadas de material de madera y que están en condiciones de deterioro, no recomendables para el dictado de clases y la permanencia de los estudiantes. Cuenta con desagüe, agua y luz, además tiene una plataforma, el área de recreación la conforma un patio de tierra y pequeñas áreas verdes.

Actualmente ésta Institución Educativa atiende a 110 alumnos, repartidos 60 estudiantes en el nivel primario y 50 alumnos en el nivel secundario. Estos

alumnos por las características de la zona (rural), sus actividades extra escolares son netamente agrícolas, y el tiempo libre que le dedican a las actividades físicas son casi nulas; es el fútbol el deporte que se practica con mayor frecuencia, pero solamente es practicado por varones jóvenes y adultos, aún con todas las deficiencias que muestran, debido a su bajo nivel de desarrollo motor que tienen. Solo en las horas de Educación Física dictada en horario escolar, nuestros estudiantes se integran y practican actividades físicas y de recreación, ello gracias a que este año se cuenta con un docente contratado de la especialidad, lo que no ocurría en años pasados, pues otorgaban ésta responsabilidad a profesores que no eran de área, los cuales pese al esfuerzo que realizaban para desarrollar las sesiones correctamente, mostraban deficiencias didácticas específicas del área y se dedicaban exclusivamente a la práctica del fútbol.

Esto ha dado como resultado que nuestros estudiantes hayan desarrollado deficientemente su corporeidad, presenten dificultades para realizar actividades que le permitan un adecuado desarrollo de sus habilidades cognitivas, motrices y sociomotrices, y se enfoquen solo en la práctica de fútbol y voleibol, siempre incidiendo en la diferencia sexual, pues por idiosincrasia de la población el fútbol solo lo practican varones y el voleibol solo mujeres.

El problema de fondo es que en Aija y específicamente en nuestra zona, no existen propuestas didácticas en el área de Educación Física que conlleven a cambiar ésta realidad, existe por tanto una deficiencia pedagógica la cual pretendemos mejorar, con la enseñanza del balonmano y lo presentamos como una actividad deportiva alternativa para nuestros estudiantes.

En ese sentido, en el presente TRABAJO ACADÉMICO se plantea difundir la enseñanza de éste deporte cuyo título es programa de actividades motrices para el aprendizaje del pase, recepción, bote y tiro del balón en el balonmano en los y las estudiantes del tercer grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa N° 86709 “San Damián”, Distrito de Coris, Provincia de Aija,

Región Ancash, orientando nuestro quehacer a desarrollar en nuestros estudiantes, actividades que movilicen, desarrollen y potencien sus competencias y capacidades vinculadas a la práctica permanente de las actividades físicas.

El Trabajo Académico en su estructura presenta tres partes: la primera referida al Marco Referencial, la segunda al Contenido y la tercera a las Conclusiones y Recomendaciones.

El Marco Referencial, trata de reunir y plantear los aspectos teóricos y conceptuales que han orientado el diagnóstico realizado, así como los propósitos y estrategias de intervención como especialistas.

El Contenido, está conformado por la evaluación de entrada, la propuesta o el programa de actividades motrices para el aprendizaje del balonmano, la evaluación de salida, y los resultados finales e interpretación de los mismos.

Al finalizar el informe se encuentran las Conclusiones, Recomendaciones, Bibliografía y Anexos que ayudarán a comprender su contenido.

I. MARCO REFERENCIAL

1.1.Referencia teórica.

1.1.1. Aprendizaje deportivo según J.L. Antón (1997).

Para Juan Lorenzo Antón García, el aprendizaje deportivo está íntimamente ligado a las características de desarrollo del individuo, y que a nivel escolar busca la formación integral del alumno a través del desarrollo de habilidades generales y específicas de algún tipo de deporte que posibilite en el alumno una práctica motriz autónoma y placentera, de manera que se convierta en una motivación intrínseca que pueda generar hábitos deportivos perdurables.

El autor analiza los factores que influyen en el aprendizaje deportivo escolar y los relaciona para asegurar el éxito del proceso.

Características de desarrollo del niño:

El desarrollo humano es un proceso dinámico de construcción de sujetos humanos en sus múltiples dimensiones integradas en un ethos cultural y social determinado. La capacidad para moverse depende del desarrollo del sistema nervioso central, el cual sigue un patrón específico y éste está influenciado en la medida que los sentidos quedan expuestos a percepciones externas.

Por tanto existe una estrecha relación entre el desarrollo de su percepción y su motricidad y este desarrollo también sigue un patrón específico. El desarrollo puede ocurrir rápida o lentamente. Los niños pueden desarrollarse a diferentes velocidades incluso a la misma edad. Los niños que empiezan en la

escuela tienen sólo la capacidad para moverse a través de “movimientos globales” (gatear en cuadrupedia, trepar, caminar, correr, saltar y tirar).

La condición previa para el desarrollo de la motricidad es que los niños adquieran tantas experiencias como sea posible. El sistema nervioso central que controla los movimientos se desarrolla sólo plenamente a partir de la edad de 10 a 12 años. Aunque la maduración y la edad del alumno pueden no coincidir y en el nivel secundario (12 a 17 años) el grado de maduración es importante ya que en el estirón puberal hay un período de descoordinación aunque aumenten las capacidades físicas. Algunas de las características de los estudiantes a esta edad son:

1. Durante el desarrollo, un niño pasa por períodos de rápido crecimiento (altura) y un crecimiento lento (circunferencia).
2. El crecimiento rápido (altura y corpulencia) se produce justo antes de la pubertad.
3. Las niñas generalmente se desarrollan y maduran antes que los chicos.
4. La fuerza muscular aumenta alrededor de 1 año después del comienzo de la pubertad del niño.
5. A la edad de 10-12 años, un niño es capaz de aprender habilidades técnicas y tácticas.
6. La formación y entrenamiento de la resistencia y de la coordinación pueden ser menos eficaces durante la pubertad.
7. El desarrollo del niño, por supuesto, es el resultado de diversos factores (motricidad, mentalidad, desarrollo del lenguaje, los sentidos y el pensamiento)

Como consecuencia de los hechos o condiciones previas mencionadas, se recomienda que la enseñanza deportiva en la escuela deba tener en cuenta las habilidades técnicas y tácticas

en distintas edades. El énfasis debe ponerse en el desarrollo de resistencia, fuerza, agilidad, y al mismo tiempo presentar el deporte como un juego divertido con mucha variedad de movimientos y situaciones de aprendizaje que les permitan a los y las estudiantes poner a prueba sus habilidades motoras al enfrentarse y salir airosos ante las dificultades presentadas. Por otro lado se debe presentar al deporte como un agente integrador sin distinción ni discriminación de ningún tipo, especialmente sexual.

En el caso específico del balonmano Juan L. Antón para un correcto aprendizaje, recomienda que se debe respetar el proceso de desarrollo motor antes mencionado, por lo cual propone específicamente para este deporte las siguientes fases:

1ª Fase: Educativa.

Al ser educativa: prioriza el aprendizaje motor y educación física de base, incidiendo en el desarrollo psicomotor del estudiante. El autor considera que se debe trabajar a partir de los 8, 9, y 10 años aplicando una metodología global, buscando la creación y desarrollo de esquemas básicos de movimiento a través de combinación de juegos y diferentes deportes. Utilizar también el juego adaptado modificando las reglas, materiales e instalaciones, realizar competiciones variadas con objetivos propios de la edad buscando la participación de todos los estudiantes.

2ª Fase: Educativa y formativa.

Esta fase según Antón se da a partir de los 11 y 12 años. Aquí se combina lo educativo con lo formativo, buscando la asimilación de la técnica básica. Se debe trabajar la Inicia-

ción deportiva utilizando el mini balonmano y deporte reducido, también trabajar con la metodología global brindando variantes en los esquemas básicos de movimientos. Utilizar también el deporte adaptado, variando las condiciones y las reglas de acuerdo al objetivo y la capacidad de los estudiantes. Iniciarlos ya en una competición local con arbitraje.

3ª Fase: Formativa.

Esta etapa se desarrolla entre los 13 a 15 años. Es de carácter Formativo, se debe incidir en el desarrollo de la técnica y táctica individual, en ésta etapa es recomendable trabajar el perfeccionamiento deportivo, sistemas de juego y puestos específicos, se debe combinar el trabajo entre la metodología global y analítica, buscando mejorar la calidad del gesto técnico. Se puede practicar sesiones de deporte completo aplicando el reglamento y desarrollar sistemas de competición por fases y clasificaciones.

4ª Fase: De especialización.

Esta fase abarca desde los 16 años en adelante. Se busca la especialización, se mejora la táctica individual y los puestos específicos, el buen rendimiento deportivo, trabajando específicamente la preparación física. Se utiliza el Juego táctico colectivo y se enfatiza en la exigencia competitiva.

A fin de obtener un buen resultado en el proceso de aprendizaje del balonmano en el marco escolar, es muy importante que respetemos las fases propuestas por el autor, además de las características y necesidades de los y las estudiantes, de ello dependerá que estén motivados y entiendan

lo que están haciendo. ¡Esta tarea recae sobre las espaldas del profesor! Si el ejercicio es demasiado fácil o demasiado complicado los alumnos perderán automáticamente la motivación y la concentración.

En ese sentido la teoría de de J.L. Antón, se ajusta y direcciona nuestro trabajo de investigación, específicamente la tercera fase formativa, puesto que la edad de nuestros estudiantes oscila entre 13 y 15 años, lo que nos permite realizar un trabajo adecuado y correcto, con rigurosidad científica, que permitirá desarrollar en nuestros estudiantes aprendizajes significativos en este deporte; respetando y considerando lo plasmado en el párrafo anterior y las características y necesidades de nuestros/as estudiantes.

1.1.2. El balonmano, como medio educativo.

Blázquez (1995), considera que el deporte “constituye una verdadera actividad cultural que permite una formación básica, y luego, una formación continua a través del movimiento”, en la edad escolar dice Le Boulch (1996) debe favorecer y orientar la evolución y maduración del individuo. El Balonmano como deporte se convierte en un medio de la educación física, para la edad escolar, puesto encierra muchas posibilidades educativas que se pueden concretar en tres campos básicos:

- **Desarrollo Cognitivo** : Desarrolla la capacidad de observación e interpretación. Puesto que debido a sus reglas el estudiante debe resolver en cuestión de segundos diferentes situaciones de juego de la mejor manera.

- **Desarrollo Motriz:** Al poner en práctica mecanismos de percepción, decisión y de ejecución, desarrolla las cualidades perceptivo-motrices como la coordinación, el equilibrio, la percepción o la lateralidad. Promueve la conservación de la salud y el adecuado uso del tiempo libre.
- **Desarrollo Afectivo Social:** al ser un deporte de equipo promueve la interacción social y descubrimiento del otro, además desarrolla el trabajo cooperativo.

1.1.3. Modo de Jugar el Balonmano:

- **Duración:** El balonmano se juega en dos partes de 30 minutos con un descanso de 10 minutos. En caso de empate y cuando las normas de la competición exigen un ganador, se jugará un período de 5 minutos.
- **Jugadores:** Un equipo de balonmano está formado por 12 jugadores, de los que sólo pueden jugar 7 al mismo tiempo. Pueden hacerse todos los cambios que el entrenador considere oportunos.
- **Pelota:** Es esférica, con cubierta de cuero o material sintético y de color uniforme. Tiene peso y tamaño diferente según las categorías.
- **Puntuación:** Cada vez que la pelota rebasa totalmente la línea de portería el equipo que lanzó se anota un gol.
- **Inicio de Partido:** Se sortea el saque. Cuando el árbitro toca el silbato el equipo tiene 3 segundos para poner el balón en juego. Todos los jugadores deben estar en su mitad del campo correspondiente.
- **Terreno de Juego:** El terreno de juego es un rectángulo de 40 m de largo por 20 de ancho, dividido en dos partes

iguales, en la cual podemos encontrar un área de portería en cada una.

1.1.4. Reglas básicas:

1. Pasos: Un jugador no puede dar más de tres pasos con la pelota en sus manos. Para desplazarse también puede utilizar el bote.
3. Dobles: Después de parar no está permitido volver a botar nuevamente. En cambio, es posible dar otros tres pasos.
4. Debe pasar, lanzar a portería o botar antes de cumplirse 5 segundos desde que cogió la pelota.
5. No hay que pisar la línea lateral del campo para hacer un saque de banda.
6. El balón se puede tocar desde la rodilla hacia arriba. El portero puede hacerlo con cualquier parte de su cuerpo.

1.1.5. Recomendaciones Metodológicas

El balonmano se debe trabajar como un juego integrador, basado en habilidades motrices, conocimientos técnicos, tácticos y la capacidad de improvisación.

Pero el balonmano es también un deporte de contacto y debemos enseñar a nuestros/as estudiantes a ser capaces de manejar estos enfrentamientos sin miedo, sin presión, pero con la agresividad necesaria y controlada, respetando siempre las reglas a ellos mismos y a los demás.

Para ello el profesor debe plantear sus lecciones de manera que presenten cierta demanda cognitiva de los niños y permita la integración y el compañerismo entre pares.

Es recomendable trabajar ciertos aspectos que a continuación detallamos:

a) Actividades de Manejo y Armado del Balón.

Todas las actividades en las sesiones de enseñanza aprendizaje deben tener relación directa con otras acciones técnicas, llegando a automatizar los movimientos de adaptación y manejo del balón.

Debido a su gran importancia, hay que insistir en los movimientos de familiarización con el balón desde la primera fase de aprendizaje y no dejar para otra etapa más avanzada.

El manejo del balón no es un recurso de un buen jugador, es un fundamento del juego y como tal debe ser enseñado, considerando y desarrollando el nivel de coordinación visomanual.

b) Actividades de Desplazamiento.

- ✓ **Sin Balón:** Dotar de sentido y significado a los ejercicios de desplazamientos en relación con el juego. Mayor exigencia en la ejecución de las acciones, insistiendo en: La naturalidad de movimientos y el equilibrio en las acciones.
- ✓ **Con Balón:** Tratar de que las tareas no se conviertan en un trabajo demasiado cualitativo y repetitivo, utilizar el mayor número de variantes posibles, dándole especial importancia a la situación y transporte del balón durante el desplazamiento (protección del balón).

c) Toma de Decisión.

➤ El pase

1. Presentar siempre tres alternativas de pase.
2. Promover el cambio de decisión en el último momento.
3. Elegir otras acciones, pasar o lanzar-pasar o penetrar.

➤ Bote

1. Realizar siempre actividades con ambas manos.
2. Insistir en la forma de protección del balón durante el dribling.
3. No mirar el balón durante el dribling.
4. Corregir adecuadamente para evitar en el futuro faltas reglamentarias, doble dribling.

➤ Tiro a Portería

1. Insistir en la orientación a portería en el último paso de la acción.
2. Tratar de realizar lanzamientos en todas las sesiones.
3. Promover la observación para localizar el lanzamiento al portero.
4. Buscar aceleración en los pasos finales del lanzamiento, para conseguir rapidez de ejecución.

1.2. Referencia Conceptual:

Didáctica: Es parte de la pedagogía que describe, explica y fundamenta los métodos más adecuados y eficaces para conducir al educando a la progresiva adquisición de hábitos, técnicas e integral formación. Esto implica la utilización de una serie de recursos técnicos para dirigir y facilitar el aprendizaje. (Cecilia A. Morgado Pérez.)

Enseñanza Aprendizaje: Es muy complejo, en el cual el principal protagonista es el alumno, y el profesor cumple con una función de mediador, mediante él se transmiten conocimientos especiales o generales sobre una materia, para garantizar la formación eficiente de las personas que forman parte de una sociedad.

Deporte Educativo: Es toda actividad físico-deportiva que se realiza con un fin determinado, se utiliza como medio de la Educación Física y tiene por objeto desarrollar las capacidades cognitivas, motrices, de equilibrio personal, de relación interpersonal y de integración social de las personas, a través de actividades de distinto tipo y naturaleza relacionadas con el hecho deportivo.

Balonmano: Es un deporte practicado entre dos equipos de siete jugadores cada uno, que con las manos intentan introducir la pelota dentro de la portería defendida por el equipo contrario. El encuentro se compone de dos tiempos de 30 minutos cada uno, durante los cuales pueden realizarse todas las sustituciones que el entrenador crea convenientes.

Bote: Se refiere al Rebote del balón sobre la cancha, sin que exista pérdida del control sobre él. Es la técnica que sirve para avanzar hacia la portería contraria. Se usa cuando el jugador debe recorrer muchos metros para llegar a la portería adversaria. Además, puede servir como

una manera de proteger y conservar la pelota en presencia de un oponente.

Pase: Es la acción técnica más importante en balonmano, porque es la que se realiza en mayor número de ocasiones. La usan los jugadores para acercarse a la portería del equipo adversario con la intención de conseguir un gol. Pueden realizarse de muchas maneras: frontal, lateral, de cadera, en suspensión, por detrás, en rectificado y en parábola, y todos a su vez pueden ser picados o normales. Un buen pase debe ser preciso, seguro, con fuerza, sin mirar al receptor y se debe manejar el mayor número de tipos de pases.

Recepción: Se trata de recibir de forma adecuada el balón pasado por el compañero, se debe tener en cuenta que hay que ofrecer las mejores posibilidades de recepción, hay que lograr una acción continuada, inmediata y eficaz en el momento adecuado, con la velocidad adecuada, es muy importante la seguridad de posesión y la visión del campo, la recepción puede ser estática o en movimiento con dos o una mano.

Desplazamientos: Pueden ser con o sin balón, es forma de carrera para recibirlo o para seguir con él, los desplazamientos pueden tener cambios de dirección y de sentido. Pueden ser frontal hacia delante y parada, frontal hacia detrás y parada, desplazamiento con cambio de sentido sin variar la orientación, desplazamiento con cambio de dirección sin variar la orientación, desplazamiento con cambio de dirección y cambio de sentido variando la orientación.

Tiro a Portería: Es la técnica que culmina en ataque. Es un lanzamiento bien dirigido hacia la portería contraria, debe hacerse con potencia y precisión para que la pelota llegue a la red lejos del alcance del portero. Los jugadores ejecutan ésta acción técnica por lo general con una mano, aunque también es posible practicarla con las dos. Hay varios tipos: frontal, en suspensión, rectificado, de cadera, en caída, parábola y por detrás, y a su vez pueden ser normales o picados. Un buen

tiro debe ser lanzado en el momento oportuno, rápido, preciso, potente y variado.

Técnicas del Portero: El portero es un jugador que debe dominar una técnica totalmente distinta al resto de los jugadores de un equipo de balonmano, excepto los pases, las acciones del portero necesitan un entrenamiento especial. Son movimientos que se hacen a gran velocidad pues los lanzamientos a portería suelen ser muy potentes y el guardameta debe reaccionar rápidamente para rechazar la pelota. Por lo tanto, una de las características fundamentales del portero es la velocidad de reacción de sus extremidades y su flexibilidad.

1.3 PROPÓSITOS DE LA INTERVENCIÓN.

1.3.1. OBJETIVO GENERAL.

Planificar y Elaborar un programa de actividades motrices para desarrollar el aprendizaje de los fundamentos técnicos del balonmano, bote, pase, recepción y tiro a portería en los y las estudiantes del 3er. grado de educación secundaria de la I.E. N° 86709 “San Damián” del distrito de Coris, Provincia de Aija en la Región Ancash 2016.

1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

- Identificar el nivel de aprendizaje de los fundamentos técnicos del balonmano en los y las estudiantes del 3er. grado de educación secundaria de la Institución Educativa N° 86709 “San Damián” del distrito de Coris, Provincia de Aija en la Región Ancash 2016.
- Aplicar un programa de actividades motrices para desarrollar el aprendizaje de los fundamentos técnicos del balonmano en los y las estudiantes del 3er. grado de educación secundaria

de la Institución Educativa N° 86709 “San Damián” del Distrito de Coris, Provincia de Aija en la Región Ancash.

- Evaluar el nivel de aprendizaje de los fundamentos técnicos del balonmano en los y las estudiantes del 3er. grado de educación secundaria de la Institución Educativa N° 86709 “San Damián” del distrito de Coris, después de haber aplicado el programa de juegos psicomotores a través de la evaluación de salida.
- Comparar el nivel de aprendizaje en la disciplina del balonmano establecido entre la evaluación de entrada y evaluación de salida en los y las estudiantes que conforman el grupo de intervención.

1.4. ESTRATEGIAS DE LA INTERVENCIÓN.

1.4.1. Coordinaciones Previas

Coordinación con Autoridades y docentes para la elección de la I.E. N° 86709 “San Damián” del distrito de Coris, provincia de Aija, debido a la problemática existente en el área de Educación Física donde se evidencian debilidades en el aprendizaje relacionadas a la actividad deportiva correspondiente al balonmano.

Coordinación con el docente encargado de la dirección del plantel, se establecieron los mecanismos, rutas y estrategias para la implementación de la intervención técnico profesional.

1.4.2. Metodología Específica

- Análisis del contexto de intervención (institución educativa), y diagnóstico situacional del área, desde su PEI, y la realidad observable, teniendo en cuenta su propuesta pedagógica, infraestructura, clima institucional, características de los estudiantes, etc.
- Diseño y aplicación de un test (evaluación de inicio), el cual determinará el nivel de aprendizaje técnico en la disciplina deportiva de balonmano.
- Construcción de las bases teóricas, considerando los aportes científicos y didácticos extraídos de diversas fuentes bibliográficas y electrónicas.
- Sistematización de la información correspondiente a la evaluación de inicio, tabulación de datos y organización de los resultados, según nivel de aprendizaje motriz.
- Diseño y aplicación de la propuesta, basada en la disciplina deportiva de balonmano, cuya sistematización se expresa en quince sesiones de aprendizaje.

- Reuniones de trabajo con padres de familia y docentes, para informar acerca de la organización, avances, logros y dificultades encontradas en el proceso de la aplicación de la propuesta.
- Aplicación de una evaluación de salida, para comparar los resultados obtenidos después de la aplicación de la propuesta, y determinar los logros obtenidos por los estudiantes del grupo de intervención.

1.4.3. Cronograma de Actividades.

N°	ACTIVIDADES	MAY	JUN	JUL	AGO
01	Coordinaciones previas	X			
02	Diseño y aplicación de la prueba de entrada	X			
03	Construcción de bases teóricas	X	X	X	
04	Aplicación de la propuesta	X	X	X	X
05	Aplicación de la prueba de salida				X
06	Reuniones de trabajo con docente y PPF	X	X	X	X
07	Proceso e interpretación de los datos obtenidos				X
08	Información de resultados a comunidad educativa				X
09	Elaboración del informe final				X

II.- CONTENIDO:

En este apartado presentamos los resultados de la evaluación de entrada, mediante la cual, se determinó el nivel de aprendizaje motriz para la práctica de la disciplina deportiva del balonmano; en base a éstos resultados elaboramos y aplicamos el programa, a fin de activar y desarrollar sus capacidades motrices.

La evaluación de salida, nos mostró los resultados evidenciados de la aplicación del programa, conociéndose de esa manera las mejoras en el aprendizaje motriz de los fundamentos técnicos del balonmano, como son: Pase, recepción, bote y tiro del balón.

También presentamos el diseño del programa de actividades motrices que fueron desarrolladas en las sesiones de aprendizaje, de manera secuencial.

Finalmente se muestran las tablas de evaluación comparativa (inicial y final), donde se observan los cambios evidenciados en los estudiantes del grupo de intervención, después de la aplicación del programa, además se contempla la evaluación del mismo, a nivel de organización, planificación de actividades, calidad y significatividad de los instrumentos y estrategias aplicadas durante el proceso de la investigación, cuyos resultados se muestran en este apartado.

2.1. EVALUACIÓN INICIAL.

2.1.1. Descripción de la prueba.

El test técnico, constituye la evaluación inicial, el cual será aplicada para determinar el nivel de aprendizaje de los fundamentos técnicos del balonmano en los y las estudiantes del 3er. grado de educación secundaria del grupo de intervención de la I.E. N°86709 San Damián, del distrito de Coris, Provincia de Aija, región Ancash, aplicada en mayo del 2016.

El test (prueba) consta de cuatro aspectos y 15 ítems, considerando una secuenciación orgánica del desarrollo de los temas que comprenden la propuesta, divididos en pase: 4 ítems, recepción: 4 ítems, bote: 3 ítems y tiro a portería: 3 ítems.

Estos cuatro aspectos están basados en los fundamentos técnicos del balonmano y los ítems fueron propuestos de acuerdo a la correcta ejecución de dichos fundamentos, en relación con la direccionalidad de la Federación Internacional de Balonmano, los cuales están descritos en el capítulo anterior. Dichos ítems fueron materia de evaluación y diagnóstico para poder desarrollar el programa.

Los valores otorgados a cada uno de los ítems están en escala y equivalencias de B (Bueno), R (Regular) y D (Deficiente), lo que nos permitió evaluar objetivamente a nuestros/as estudiantes.

2.1.2. Resultados de la evaluación inicial aplicado para medir el aprendizaje de los fundamentos técnicos del balonmano.

TEST

N°	ITEMS	B	R	D
	PASE			
01	Adopta la posición correcta del cuerpo al ejecutar el pase.	2	3	8
02	Ejecuta el pase en posición estática con precisión.	4	3	6
03	Realiza el pase en movimiento de forma correcta.	1	1	11
04	Dirige el pase al compañero.	2	3	8
RECEPCIÓN				
05	Estira los brazos con las palmas de la mano mirando hacia el balón.	0	2	11

06	Amortigua el balón con una semi flexión de brazos.	3	1	9
07	Sujeta el balón con las dos manos.	3	4	6
08	Recibe el balón en movimiento.	2	1	10
BOTE				
09	Bota el balón con la yema de los dedos.	0	3	10
10	Bota el balón adelante y al costado del cuerpo.	1	4	8
11	No mira el balón al botarlo.	0	0	13
TIRO A PORTERÍA				
12	Ejecuta el tiro a portería en posición estática correctamente.	3	2	8
13	Realiza el tiro en suspensión con carrera de impulso.	0	0	13
14	El tiro derriba el cono puesto dentro en la portería.	0	3	10
15	El tiro vence al portero.	0	0	13

TABLA DE VALORACIÓN

NIVEL	SIGNIFICADO	CUÁNDO
B	Aprendizaje consolidado	El estudiante logra desarrollar la prueba.
R	Aprendizaje en proceso	El estudiante presenta dificultades para realizar la prueba.
D	Aprendizaje en inicio	El estudiante no logra desarrollar la prueba.

2.1.3. Resultados de la evaluación inicial: por componente.

TABLA N° 01

Componente Pase	Nivel de logro						Total	
	B		R		D			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Adopta la posición correcta del cuerpo al ejecutar el pase.	2	15 %	3	23 %	8	62 %	13	100 %
Ejecuta el pase en posición estática con precisión.	4	31 %	3	23 %	6	46 %	13	100 %
Realiza el pase en movimiento de forma correcta.	1	8 %	1	8 %	11	84 %	13	100 %
Dirige el pase al compañero.	2	15 %	3	23 %	8	62 %	13	100 %
Total	9	17 %	10	19 %	33	64 %	52	100 %

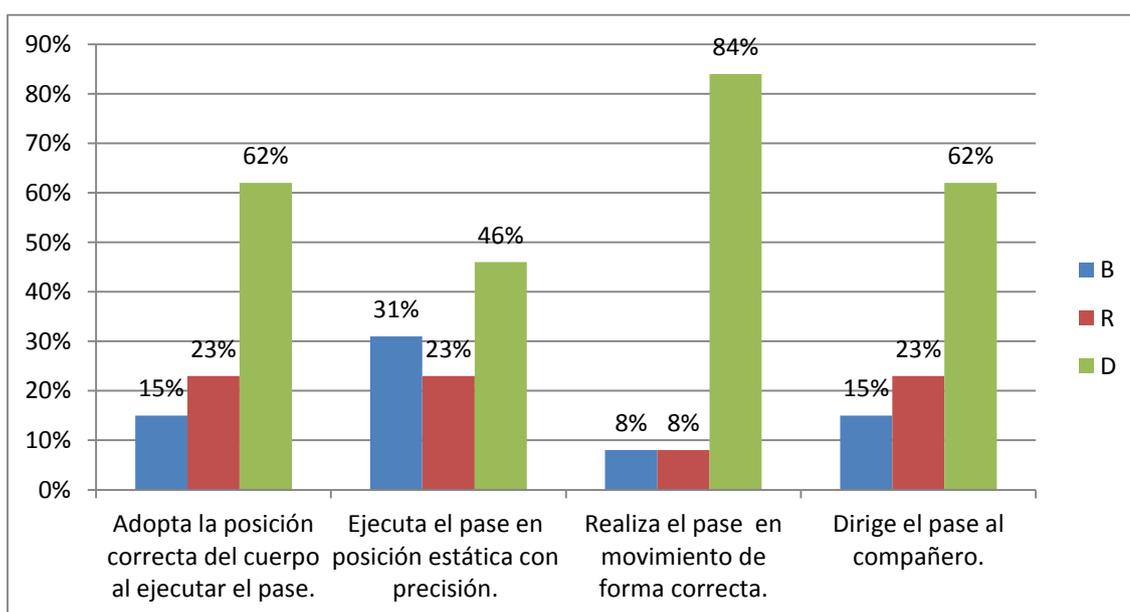
Fuente: Resultados de la evaluación inicial aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Mayo 2016

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA TABLA N° 01

En la tabla N° 01, observamos los resultados de la evaluación inicial con respecto al componente pase del balón en el balonmano, identificamos un alto porcentaje de deficiencias al momento de ejecutar este fundamento, un 64% obtuvo un nivel de logro de deficiente, mientras que un 19% obtuvo un nivel de logro de regular, solo un 17% mostro un nivel bueno, lo que nos permite clarificar y direccionar nuestro trabajo de investigación con miras a mejorar este aspecto.

Gráfico N° 01

Análisis Gráfico del Componente Pase



Fuente: Resultados de la evaluación inicial aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Mayo 2016

TABLA N° 02

Componente Recepción	Nivel de logro						Total	
	B		R		D			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Estira los brazos con las palmas de la mano mirando hacia el balón.	0	0.00 %	2	15 %	11	84 %	13	100 %
Amortigua el balón con una semi flexión de brazos.	3	23 %	1	8 %	9	69 %	13	100 %
Sujeta el balón con las dos manos.	3	23 %	4	31 %	6	46 %	13	100 %
Recibe el balón en movimiento.	2	15 %	1	8 %	10	77 %	13	100 %
Total	8	15 %	8	15 %	36	70 %	52	100 %

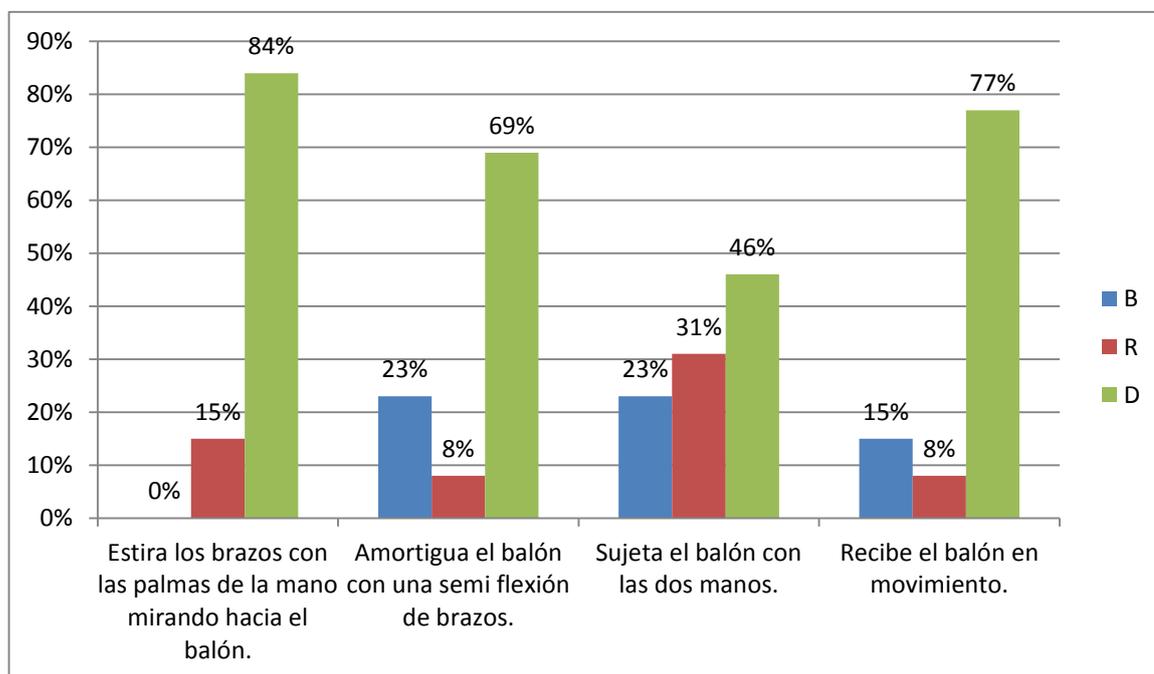
Fuente: Resultados de la evaluación inicial aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Mayo 2016.

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA TABLA N° 02

La tabla N° 2 nos muestra los resultados que se obtuvieron en el componente recepción, en el cual un 70 % de nuestros alumnos se ubicaron en un nivel de logro deficiente, un 15 % en un nivel regular y el mismo porcentaje en un nivel bueno, esto muestra las dificultades a nivel de coordinación bajo mano, que presentan nuestros alumnos al momento de recibir un balón, lo cual a la edad de ellos se convierte en una deficiencia motriz que dificulta la práctica del balonmano por lo que es un aspecto a trabajar en nuestra investigación.

Gráfico N° 02

Análisis Gráfico del Componente Recepción



Fuente: Resultados de la evaluación inicial aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Mayo 2016.

TABLA N° 03

Componente	Nivel de logro						Total	
	B		R		D			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Bote								
Bota el balón con la yema de los dedos.	0	0.00 %	3	23 %	10	77 %	13	100 %
Bota el balón adelante y al costado del cuerpo.	1	8 %	4	31 %	8	61 %	13	100 %
No mira el balón al botarlo.	0	0.00 %	0	0.00 %	13	100 %	13	100 %
Total	1	3 %	7	18 %	31	79 %	39	100 %

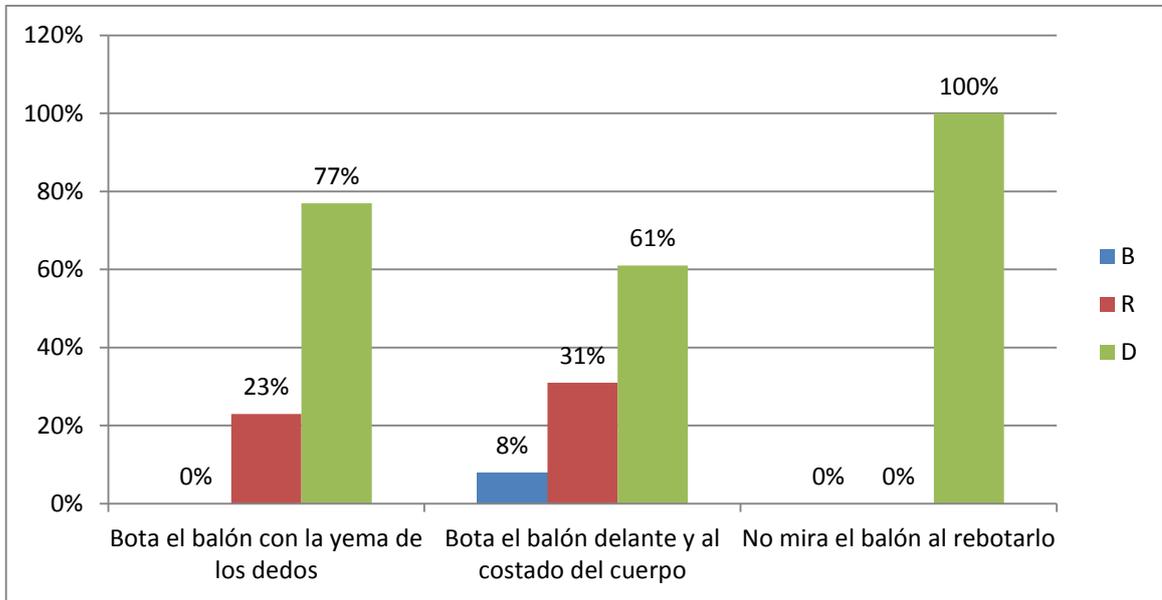
Fuente: Resultados de la evaluación inicial aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Mayo 2016.

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA TABLA N° 03

La tabla N° 03, muestra los resultados del componente bote, un fundamento importante aunque utilizado en menor medida en el juego de balonmano, lo que no quita dejar de practicarlo y mejorarlo en las actividades de Educación Física, los resultados obtenidos muestran un 79 % de deficiencias al momento de ejecutar este fundamento de la forma correcta para el balonmano, mientras un 18% de resultados se ubican en el nivel regular, solo un 3% de resultados se ubican en un nivel bueno, lo que nos motiva a trabajar con mayor énfasis para superar estas dificultades y lograr nuestros propósitos de intervención.

Gráfico N° 03

Análisis Gráfico del Componente Bote



Fuente: Resultados de la evaluación inicial aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Mayo del 2016.

TABLA N° 04

Componente	Nivel de logro						Total	
	B		R		D			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Tiro a portería								
Ejecuta el tiro a portería en posición estática correctamente.	3	23 %	2	15 %	8	62 %	13	100 %
Realiza el tiro en suspensión con carrera de impulso.	0	0.00 %	0	0.00 %	13	100 %	13	100 %
El tiro derriba el cono puesto dentro en la portería.	0	0.00 %	3	23 %	10	77 %	13	100 %
El tiro vence al portero.	0	0.00 %	0	0.00 %	13	100 %	13	100 %
Total	3	6 %	5	10 %	44	84%	52	100 %

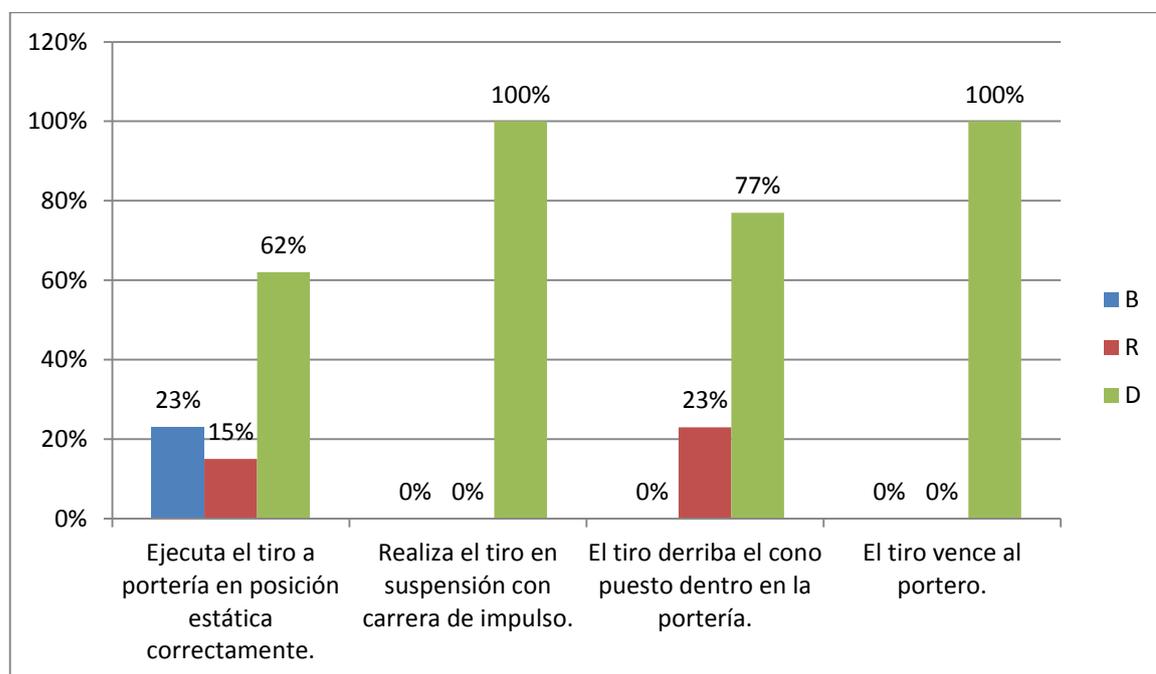
Fuente: Resultados de la evaluación inicial aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Mayo del 2016.

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA TABLA N° 04

La tabla N° 04, muestra los resultados obtenidos con respecto al componente Tiro a portería, fundamento por demás importante en el juego de balonmano, los cuales muestran un 84% de resultados en un nivel deficiente, un 10% en un nivel regular, mientras que solo un 6% de los resultados en nivel bueno. Esto puede deberse a que nuestros alumnos nunca han practicado este deporte del balonmano, pero también a deficiencias motoras a nivel de coordinación, lo cual a su edad deberían estar superadas. Estos resultados, dan pie a nuestra investigación.

Gráfico N° 04

Análisis Gráfico del Componente Tiro a portería



Fuente: Resultados de la evaluación inicial aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Mayo del 2016.

PROPUESTA:

“Conozcamos y aprendamos el Balonmano”

2.2.1. DATOS GENERALES.

- **I. E. N°** : 86709 “SAN DAMIÁN”
- **DISTRITO** : CORIS
- **PROVINCIA** : AIJA
- **REGIÓN** : ANCASH
- **DIRECTOR** : RENSON DEPAZ VILLANUEVA
- **INICIO - TÉRMINO** : MAYO 2016 - AGOSTO 2016
- **DOCENTES** : CASIMIRO LEÓN YUDDI HELIANA

ORTIZ VIDAL ELMER SILVIO

2.2.2. PRESENTACIÓN.

El balonmano es un deporte que reúne un alto valor educativo dado que ofrece grandes y ricas manifestaciones en la expresión del movimiento desde diferentes perspectivas cognitivo, motriz y social, donde los alumnos pondrán en práctica sus capacidades de fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad para desarrollar todos los aspectos del juego.

Nuestra propuesta es desarrollada teniendo en cuenta las características y necesidades de nuestros/as alumnos, se fundamenta en el proceso de aprendizaje del Balonmano según J. L. Antón, se encuentra ubicada dentro del bloque de contenidos, juegos y deportes, en el área de Educación Física de nuestro Diseño Curricular Nacional 2009. Está orientada a los estudiantes del 3º grado de Educación Secundaria, aunque por sus características metodológicas y de aplicación puede ser puesta en práctica para

grados inferiores con las adecuaciones didácticas y metodológicas de acuerdo a la edad de los estudiantes.

En nuestra opinión, el balonmano, resulta una muy buena opción para que los niños y jóvenes se desarrollen física y deportivamente, puesto que posee características que lo hacen muy atractivo y, sobre todo, novedoso para nuestros alumnos. Una de estas características es el componente socio-motriz de suma importancia en el proceso de integración de los jóvenes, se convierte así el balonmano en una actividad en donde todos participarán, se desarrollan en todas sus dimensiones humanas, nos referimos a lo cognitivo, motriz y emocional, dado que esta disciplina posibilita estas potencialidades.

2.2.3. OBJETIVOS:

➤ **General.**

Promover el aprendizaje de los fundamentos técnico-tácticos individuales y colectivos del balonmano en los y las estudiantes del 3° grado de Educación Secundaria que conforman el grupo de intervención.

➤ **Específicos.**

- Perfeccionar el desarrollo de habilidades motrices específicas para la práctica de la disciplina deportiva del balonmano.
- Desarrollar las capacidades físicas implicadas al aprendizaje de los aprendizajes motrices.
- Conocer y aplicar las reglas de juego de la disciplina deportiva del balonmano, en los diversos encuentros deportivos.

SECUENCIA DE ACTIVIDADES:

N°	NOMBRE DE LA SESIÓN	FECHA
1	Conociendo el balonmano	10-05-2016
2	Practicamos Lanzamientos y recepciones	17-05-2016
3	Pásame el balón	24-05-2016
4	Pasamos y recibimos el balón desde diferentes posiciones.	31-05-2016
5	El pase de cadera y el pase modificado.	07-06-2016
6	Juegos de pases y recepciones I	14-06-2016
7	Juegos de pases y recepciones II.	21-06-2016
8	Botando el balón.	28-06-2016
9	Combinamos el pase con el bote y recepción.	05-07-2016
10	Aprendiendo el tiro a portería.	12-07-2016
11	Mejorando mi técnica del tiro a portería.	19-07-2016
12	Jugamos balonmano.	09-08-2016

COMPONENTE DIDÁCTICO.

En base a diferentes teorías sobre didáctica los cuales reconocen diferentes elementos o componentes del proceso didáctico, como: objetivo, método, medios, contenido, forma y evaluación. Nos planteamos la pregunta ¿en cuál de ellos inscribimos nuestra propuesta?, en respuesta a ello y por la naturaleza de las actividades motrices, desarrollamos ciertos aspectos temáticos, en los cuales ponemos énfasis en el sentido práctico de las actividades sobre el dominio teórico, la ubicamos en el componente contenido puesto que encierra las competencias en su triple dimensión: conocimientos, capacidades y actitudes.

2.2.4. MODELO DIDÁCTICO:

Para estructurar las sesiones de enseñanza aprendizaje respetamos los elementos básicos del proceso didáctico y diseñamos un modelo de la propuesta hecha por la Segunda Especialidad en Didáctica de la Educación Física de la UNPRG, dicha matriz se compone por:

I. Aspectos Informativos.

En esta parte se presentan los datos institucionales de la entidad donde se ha realizado nuestra intervención, los datos personales nuestros.

2. Aspectos Didácticos

Compuestos por:

2.1. Objetivos (logros de aprendizaje)

Donde planteamos los aprendizajes esperados a partir de las actividades pedagógicas y las acciones a desarrollar por nuestros estudiantes.

2.2. Contenidos.

En razón a los tres aspectos básicos de toda competencia, donde se establecen:

CONOCIMIENTOS	CAPACIDADES	ACTITUDES
El saber	El saber hacer	El saber ser

2.3. Secuencia Didáctica.

Se asume una secuencia didáctica como sigue:

Momentos	Metodología	Medios	Tiempo	Evaluación
Inicio				
Desarrollo				
Cierre				

SESIONES DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE.

A continuación presentamos las 12 sesiones, que se han desarrollado para efectos de logro de los objetivos de la propuesta, las cuales se realizaron secuencialmente, de manera semanal, en un horario diurno, en un lapso de 2 horas pedagógicas de 45 minutos cada una, es decir 90 minutos por sesión.

SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 01

“Conociendo el balonmano”

I. ASPECTO INFORMATIVO:

REGIÓN: Ancash	UGEL: Aija	DIRECTOR: Renson Depaz V.	DOCENTES:
I.E. N° 86709 “San Damián”		GRADO: 3° Secundaria	Casimiro León Yuddi Ortiz Vidal Elmer
ÁREA: Educación Física		TIEMPO: 90 min.	FECHA: 10/05 /2016

II. ASPECTOS DIDÁCTICOS:

2.1. Objetivo: Al término de la sesión los alumnos conocerán el deporte del balonmano, se familiarizarán con la forma de jugarlo, sus objetivos y reglas básicas.

2.2. Contenidos:

Conocimientos	Capacidades	Actitudes
El balonmano Forma de juego Reglas básicas	Utiliza el pensamiento estratégico en actividades físicas y deportivas como medio formativo.	Practica el juego en equipo y es respetuoso de las reglas.

III. SECUENCIA DIDÁCTICA:

MOMENTOS	METODOLOGÍA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO	EVALUACIÓN
INICIO	Los alumnos sentados en el círculo central del campo, responden: ¿Qué deportes conocen? ¿Conocen el balonmano? ¿Cómo se juega? ¿Cuántos jugadores son? ¿Les gustaría aprenderlo?		20 min.	Utiliza sus habilidades motrices en

	<p>Muy bien hoy empezaremos con el balonmano.</p> <p>Vamos a realizar la activación corporal jugando a la cacería: los alumnos divididos en dos grupos, un grupo con tres balones. el grupo poseedor del balón empiezan a pasarse el balón entre todos sus integrantes, mientras el otro grupo se desplazaran de diferentes formas por el campo, a la señal del profesor deben tocar con el balón a los compañeros del otro grupo. El juego termina cuando han tocado a todos los integrantes del grupo contrario. Luego invierten papeles. Variantes:</p> <p>Tocar a los compañeros solo en la espalda, solo en las caderas, después de dar 20 pases seguidos.</p> <p>Realizan ejercicios de elongación y se hidratan.</p>			<p>el desarrollo de los juegos.</p>
<p>DESARROLLO</p>	<p>1. Los alumnos reunidos en grupos de 6, colocados en círculo, se pasan el balón de diferentes formas, sin moverse del lugar.</p> <p>Variantes:</p> <p>Pasarse el balón con la derecha y recibir con la izquierda. Pasarse el balón con una mano y recibir con las dos.</p>	<p>-Conos.</p> <p>-Balones</p>	<p>50 min.</p>	<p>Solucionar situaciones de movimiento utilizando sus habilidades motrices específicas en diferen-</p>

	<p>2. Dos grupos enfrentados forman dos círculos: uno interno y el otro externo, un integrante del grupo del círculo externo estará dentro del círculo formado por el otro grupo, el juego comienza con los alumnos del círculo externo pasando el balón, hasta que puedan darle el balón al compañero que está dentro del otro círculo, si este lo recibe sin que se le caiga le otorgará un punto a su equipo, los alumnos del círculo interno deben tratar de interceptar el balón para que no llegue al otro compañero.</p> <p>Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pasarle el balón al compañero del círculo interno solo con la mano derecha, izquierda, dos manos. • Pasarle el balón después de que todos hayan tocado el balón <p>Realizan ejercicios de elongación, luego se rehidratan</p> <p>3. Jugamos con atacantes-defensores: dos grupos de 6 enfrentados. El equipo en posesión del balón</p>	Cronómetro	tes acciones propuestas.
--	---	------------	--------------------------

	<p>intentará dar cinco pases seguidos sin que el equipo defensor lo intercepte. Se puede botar, pivotar y dar tres pasos sin botar ni pasar, pero un jugador no puede retener el balón más de tres segundos sin botar ni pasar (“pasividad”). Cambio de roles.</p> <p>Variantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Un jugador de cada equipo hará de portero en área contraria, cada vez que uno de ellos recepcione el balón le anotará un gol a su equipo. 			
CIERRE	<p>Dialogamos acerca de lo aprendido: ¿Les gustó la clase?, ¿Qué habilidades motrices hemos trabajado hoy?, ¿Cómo creen que se juega el balonmano?, ¿Qué dificultades encontraron durante el desarrollo de los juegos? ¿Qué reglas existen en el balonmano?</p> <p>Realizan ejercicios de elongación y relajación.</p>		20 min.	Expresa sus ideas y escucha a sus compañeros

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

FICHA DE OBSERVACIÓN N° 1

INDICADORES	No utiliza sus habilidades motrices específicas en diferentes acciones propuestas.	Utiliza sus habilidades motrices específicas en diferentes acciones propuestas.	Soluciona situaciones de movimiento utilizando sus habilidades motrices específicas en diferentes acciones propuestas.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN			OBSERVACIÓN	PUNTAJE TOTAL
		1 (D)	2 (R)	3 (B)		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Elmer Ortiz Vidal.

Yuddi Casimiro León.

Profesor

Profesora

SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 02

“Practicamos Lanzamientos y Recepciones”

I. ASPECTO INFORMATIVO:

REGIÓN: Ancash	UGEL: Aija	DIRECTOR: Renson Depaz V.	DOCENTES:
I.E. N° 86709 “San Damián”	GRADO: 3° Secundaria		Casimiro León Yuddi Ortiz Vidal Elmer
ÁREA: Educación Física	TIEMPO: 90 min.		FECHA: 17/05 /2016

II. ASPECTOS DIDÁCTICOS:

2.1. Objetivo: Al término de la sesión los alumnos serán capaces de lanzar el balón y recibirlo de forma adecuada.

2.2. Contenidos:

Conocimientos	Capacidades	Actitudes
Lanzamientos Recepciones Juegos diversos	Demuestra precisión de su coordinación óculo manual al lanzar y recibir el balón.	Colabora con sus compañeros en la realización de las actividades.

II. SECUENCIA DIDÁCTICA:

MOMENTOS	METODOLOGÍA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO	EVALUACIÓN
INICIO	Los alumnos dispersos por el campo, se desplazan de diferentes formas: caminando, corriendo, en troleo, elevando las rodillas. Juguemos “a salvo con el balón”: Dos alumnos serán cazadores mientras el resto trata de huir, estarán a		20 min.	

	<p>salvo si tienen en su poder la pelota salvadora, que habrá que pasar de uno a otro. Se intercambian papeles con los primeros en ser cazados.</p> <p>Realizan estiramientos y se hidratan</p> <p>Responden a las preguntas: ¿recuerdan la clase anterior? ¿Cómo se trabajó? ¿Qué ejercicios se desarrollaron? ¿Qué habilidades se pusieron en práctica?</p> <p>Los alumnos responden libremente y socializan sus ideas.</p> <p>Importante: para tocar a los compañeros con el balón deben pasárselo entre los miembros del grupo.</p>			<p>Utiliza sus habilidades motrices en el desarrollo de los juegos</p>
<p>DESARROLLO</p>	<p>Juguemos:</p> <p>1.- El balón que quema: los alumnos reunidos en grupos de 8 un balón por grupo, a la señal se lanzan la pelota, que no puede tocar el suelo. La persona a la que se le caiga, tiene que imitar un animal. Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se lanzan el balón con una mano y con ambas • Se lanzan el balón desplazándose a carrera lenta <p>2.-Pelota a la pared: los alumnos dispuestos de la misma forma que el anterior juego, se colocan frente a una pared, el primero de cada grupo</p>	<p>-Cronómetro</p> <p>-Conos.</p>		<p>Flexiona y extiende diferentes partes de su cuerpo al lanzar el balón.</p>

	<p>con un balón en la mano al sonido del silbato, Lanza el primero fuerte a la pared recoge el rebote sin que caiga al suelo y le entrega al compañero siguiente y se coloca al final del grupo.</p> <p>Variante</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lanza el balón y lo recibe el segundo compañero • El segundo la recoge dando un bote. <p>3.- Balón volante: Dos grupos de 8 alumnos, separados por una cuerda a dos metros de altura. El juego empieza lanzando el balón al campo contrario, los compañeros del otro equipo trataran de recepcionarlo sin que caiga al suelo, El que recupera pasa a un compañero, que será el que lance al campo contrario.</p> <p>Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lanzar el balón sobre la soga después de dar 10 pases seguidos • Lanzar el balón desde la zona de ataque <p>Lanzar el balón después de que todos los integrantes del grupo hayan recibido y pasado el balón.</p>		50 min.	Muestra las palmas de la mano y flexiona los codos al recibir el balón.
--	--	--	---------	---

CIERRE	Dialogamos acerca de lo aprendido: ¿Qué tipo de habilidades han desarrollado hoy? ¿Creen que les servirá para la práctica del deporte del balonmano? Realizan ejercicios de elongación y relajación. Se asean.		20 min.	Realiza los estiramientos de forma correcta.
---------------	---	--	------------	--

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

FICHA DE OBSERVACIÓN N° 2

INDICADORES	Muestra dificultades al ejecutar al lanzar y recibir el balón.	Lanza el balón pero muestra dificultades al recibirlo.	Demuestra precisión de su coordinación óculo manual al lanzar y recibir el balón.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN			OBSERVACIÓN	PUNTAJE TOTAL
		1 (D)	2 (R)	3 (B)		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Elmer Ortiz Vidal.

Yuddi Casimiro León.

Profesor

Profesora

SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 03

“Pásame el Balón”

I. ASPECTO INFORMATIVO:

REGIÓN: Ancash	UGEL: Aija	DIRECTOR: Renson Depaz V.	DOCENTES:
I.E. N° 86709 “San Damián”		GRADO: 3° Secundaria	Casimiro León Yuddi Ortiz Vidal Elmer
ÁREA: Educación Física		TIEMPO: 90 min.	FECHA: 24/05 /2016

II. ASPECTOS DIDÁCTICOS

2.1. Objetivos

Al término de la sesión los alumnos conocerán y asumirán la forma correcta de ejecutar pases en el balonmano.

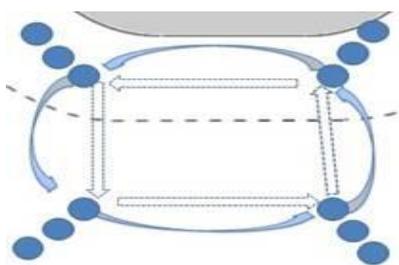
2.2. Contenidos

Conocimientos	Capacidades	Actitudes
Tipos de pases. El pase de frente.	Demuestra precisión de su coordinación óculo manual al pasar el balón y recibir el balón.	Asume una actitud positiva ante las dificultades de ejecución de las actividades.

III. SECUENCIA DIDÁCTICA:

MOMENTOS	METODOLOGÍA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO	EVALUACIÓN
----------	-------------	---------------------	--------	------------

<p>INICIO</p>	<p>Los alumnos reunidos en dos equipos: juguemos a limpiar la casa: en cada campo (dividido por una línea), se ubicará un equipo y se dispondrán de varios balones y a la señal del profesor, todos deberán colaborar para lanzar los balones desde su campo hacia el contrario. Se determinará un tiempo, cuando el profesor de la señal, se podrá hacer un recuento para ver qué equipo ha ganado (tiene menos balones en su campo).</p> <p>Realizan estiramientos y se hidratan.</p> <p>Responden a las preguntas: ¿Qué tareas motrices hemos desarrollado? ¿Qué partes del cuerpo se desarrollaron con este juego?</p> <p>Los alumnos responden libremente y socializan sus respuestas.</p>	<p>Balones de diferente tipo</p>	<p>20 min.</p>	<p>Participa activamente respetando las reglas de juego.</p>
<p>DESARROLLO</p>	<p>1.- Los alumnos formados en 4 grupos, cada grupo con un balón, el alumno que está delante del grupo, estará separado a 3 m. a la señal del profesor, el alumno que ésta adelante, deberá empezar a dar pases a sus compañeros de grupo, los que recepcionarán y devolverán el balón para pasar al último de su grupo.</p> <p>Variantes:</p>	<p>Conos.</p>	<p>50 min.</p>	<p>Flexiona y extiende diferentes partes de su cuerpo</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Pasar y permutar de lugar. Correcciones y repeticiones <p>2.- Dos grupos enfrentados, a la señal de profesor se pasan el balón y pasaran al final del grupo contrario.</p> <p>Variantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pasar hacia la izquierda/derecha, e irse a la fila a donde pasa <p>3.- Los grupos dispuesto por el campo de en forma de cuadrado, al sonido del silbato pasarse el balón de izquierda a derecha y colocarse en el grupo donde va el balón.</p> <p>Variantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pasar hacia la izquierda/derecha, e irse a la fila de la derecha. • Pasar a la fila que está en diagonal a la suya e irse a la misma. • Pasar a la fila que está en diagonal a la suya e irse hacia la izquierda/derecha. • 2 balones en juego, salto en suspensión, pase con mano no dominante, etc. 	<p>Balones.</p> <p>Silbato.</p> <p>Cronómetro.</p>	<p>al lanzar el balón</p> <p>Muestra las palmas de la mano y flexiona los codos al recibir el balón.</p>
--	--	--	--

CIERRE	<p>Dialogamos acerca de lo aprendido: ¿Qué tipo de habilidades han desarrollado hoy?</p> <p>¿Creen que los servirá para la práctica del deporte del balonmano?</p> <p>Realizan ejercicios de elongación y relajación.</p>		20 min.	Muestra interés en el momento de recuperación e higiene.

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

FICHA DE OBSERVACIÓN N° 3

INDICADORES	Muestra dificultades al ejecutar el pase del balón.	Es impreciso al ejecutar el pase del balón.	Demuestra precisión de su coordinación óculo manual al ejecutar el pase del balón.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN			OBSERVACIÓN	PUNTAJE TOTAL
		1 (D)	2 (R)	3 (B)		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 04

“Pasamos y Recibimos el Balón desde Diferentes Posiciones”

I. ASPECTO INFORMATIVO:

REGIÓN: Ancash	UGEL: Aija	DIRECTOR: Renson Depaz V	DOCENTES:
I.E. N° 86709 “San Damián”		GRADO: 3° Secundaria	Casimiro León Yuddi Ortiz Vidal Elmer
ÁREA: Educación Física		TIEMPO: 90 min.	FECHA: 31/05 /2016

II. ASPECTOS DIDÁCTICOS:

2.1 Objetivo: Al término de la sesión los alumnos serán capaces de lanzar el balón y recibirlo de forma adecuada.

2.2 Contenidos:

Conocimientos	Capacidades	Actitudes
Lanzamientos Recepciones Juegos diversos	Demuestra precisión de su coordinación óculo manual al lanzar y recibir el balón.	Colabora con sus compañeros en la realización de las actividades.

III. SECUENCIA DIDÁCTICA:

MOMENTOS	METODOLOGÍA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO	EVALUACIÓN
INICIO	Los alumnos sentados en el círculo central del campo responden: ¿Qué trabajos se desarrollaron la clase anterior? ¿De qué forma realizaron los pases y la recepción? ¿Será la única forma de pasarnos el balón?			Participa activamente respetando las reglas de juego

	<p>Los alumnos responden libremente y socializan sus Respuestas.</p> <p>Hoy practicáremos variedad de pases, pero antes vamos a calentar. Los alumnos dispuestos libremente por el campo, realizan diferentes desplazamientos: caminan de frente, lateralmente, saltan en un pie, en dos pies, realizan taloneo, se desplazan hacia la derecha e izquierda, corren de forma lenta y rápida.</p> <p>Realizan estiramientos.</p>	Balones	20 min.	
DESARROLLO	<p>1.- Los alumnos reunidos en parejas, un balón cada pareja, empezarán a realizar diferentes tipos de pasarse el balón, trasladándose de un lugar a otro, sin perder el control del balón.</p> <p>Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • pasarse el balón luego realizar un salto, pasarse el balón con un bote. <p>Correcciones y repeticiones</p> <p>2.- Los alumnos se reúnen en 4 grupos, cada grupo ubicado en una esquina del campo, al sonido del silbato se pasarán el balón entre todos los integrantes de grupo, y cruzarán el campo en diagonal, sin dejar de darse</p>		50 min.	<p>Flexionan y extienden diferentes partes de su cuerpo al lanzar el balón</p> <p>Muestra las palmas de la mano y flexiona los codos al recibir el balón</p>

	<p>pases y sin dejar que el balón caiga. Justo en el centro del campo se cruzarán con los demás grupos pero no deben perder el control del balón.</p> <p>Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Enumerar los grupos 1, 2, 3 y 4 al cruzarse con los demás grupos en el centro de campo en grupo 1 intercambia balón con el grupo 4, mientras que el grupo 2 intercambia con el 3. <p>3.- Grupos de 6 integrantes, un balón por grupo, 4 alumnos formaran un cuadrado, y dos alumnos estarán, los alumnos que están en las esquinas de cuadrado se pasaran el balón sin que los compañeros que están en el interior del cuadro, trataran de interceptarlo, si lo logran, los dos últimos que tocaron el balón ocuparan su lugar. Los alumnos que se pasan el balón solo se pueden mover por las líneas del cuadrado formado.</p> <p>Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • realizar el mismo ejercicio trasladándose de un lugar a otro, realizar el ejercicio con dos balones. 	<p>Co- nos.</p> <p>Balo- nes</p> <p>Sil- bato</p> <p>Cro- nómet ro</p>		
--	---	--	--	--

	<p>Correcciones y repeticiones.</p> <p>4.- Los mismos grupos anteriores ahora se enfrentan, un equipo tratará de dar 10 pases seguidos, sin que les quiten el balón.</p>			
CIERRE	<p>Dialogamos acerca de lo aprendido: ¿Cuántos tipos de pases practicamos hoy? ¿Cuál creen que es el más difícil? ¿En qué momento podemos utilizar los diferentes tipos de pases?</p> <p>Realizan ejercicios de elongación y relajación.</p>		20 min.	Muestra interés en el momento de recuperación e higiene

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

FICHA DE OBSERVACIÓN N° 4

INDICADORES	Es impreciso al ejecutar el pase y la recepción del balón.	Ejecuta el pase del balón pero muestra dificultades al recibir el balón.	Demuestra precisión de su coordinación óculo manual al ejecutar el pase y la recepción del balón.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN			OBSERVACIÓN	PUNTAJE TOTAL
		1 (D)	2 (R)	3 (B)		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 05

“Aprendemos el Pase desde la Cadera y el pase modificado en el Balonmano”

I.ASPECTO INFORMATIVO:

REGIÓN: Ancash	UGEL: Aija	DIRECTOR: Renson Depaz V	DOCENTES:
I.E. N° 86709 “San Damián”		GRADO:3° Secundaria	Casimiro León Yuddi Ortiz Vidal Elmer
ÁREA: Educación Física		TIEMPO: 90 min.	FECHA: 07/06 /2016

II.ASPECTOS DIDÁCTICOS

2.1. Objetivos

Al término de la sesión los alumnos conocerán y asumirán la forma correcta de ejecutar los diferentes pases del balonmano.

2.2. Contenidos

Conocimientos	Capacidades	Actitudes
Tipos de pases. El pase desde la cadera. El pase modificado	Utiliza sus habilidades motoras específicas al ejecutar el pase de cadera y el pase modificado.	Asume una actitud positiva ante las dificultades de ejecución de las actividades.

III.SECUENCIA DIDÁCTICA:

MOMENTOS	METODOLOGÍA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO	EVALUACIÓN
<p>INICO</p>	<p>Los alumnos reunidos en círculo en la parte central del campo, realizan movimientos articulares desde los hombros hasta los tobillos, luego realizan ejercicios de estiramientos del tren superior y del tren inferior. A la señal del profesor, corren lentamente en círculo siguiendo las agujas del reloj, al silbato cambian de dirección, dan 3 pasos adelante y 3 hacia atrás corriendo, cada repetición debe realizarse un poco más rápido que la anterior. Luego realizan apoyo palmar, manteniendo el cuerpo recto, desde esa posición flexionan y extienden las rodillas de forma alternada y continuada, luego de forma simultánea y continuada. De pie realizan balanceo de brazos, circunducción de hombros.</p> <p>Estiramientos y luego se hidratan.</p> <p>Se les explica los pasos a seguir para la correcta ejecución del pase de cadera.</p>	<p>Balones</p>	<p>20 min.</p>	<p>Participa activamente respetando las reglas de juego.</p>

DESARROLLO	<p>1.- Los alumnos reunidos en parejas, un balón cada pareja, empezarán a realizar pases desde la cadera a una distancia de 1m, tanto con la mano izquierda como con la derecha.</p> <p>Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar el mismo ejercicio trasladándose de un lugar a otro • A diferentes distancias. • Mientras uno se queda en su mismo sitio el otro va girando alrededor de su compañero. • Pasarse el balón después de dar un salto. <p>Correcciones y repeticiones</p>			Utiliza sus segmentos corporales de forma correcta al ejecutar el pase desde la cadera.
	<p>2.- Los alumnos se agrupan de 6 integrantes cada grupo, un balón por grupo, 4 alumnos formarán un cuadrado, y dos alumnos estarán dentro de ese cuadrado, los alumnos que están en las esquinas de cuadrado se pasarán el balón, únicamente realizarán el pase de cadera, sin que los compañeros que están en el interior del cuadrado, lo intercepten, si lo logran, los dos últimos que tocaron el balón ocuparán su lugar. Los alumnos que se pasan el balón solo se pueden mover por las líneas del cuadrado formado.</p>	Conos.	Balones	Silbato

	<p>Variante:</p> <p>Realizar el mismo ejercicio trasladándose de un lugar a otro, realizar el ejercicio con dos balones.</p> <p>Correcciones y repeticiones</p> <p>4.- Los mismos grupos anteriores ahora se enfrentan, un equipo tratar de dar 10 pases seguidos, sin que les quiten el balón Variante: realizar el mismo ejercicio trasladándose de un lugar a otro, realizar el ejercicio con dos balones.</p> <p>Correcciones y repeticiones.</p>	Cronómetro		modificado.
CIERRE	<p>Dialogamos acerca de lo aprendido: ¿Cuándo crees que se utiliza este tipo de pase? ¿Creen que es el más difícil?</p> <p>Realizan ejercicios de elongación y relajación.</p>		20 min.	Muestra interés en el momento de recuperación e higiene.

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

FICHA DE OBSERVACIÓN N° 5

INDICADORES	No logra ejecutar el pase de cadera ni el pase modificado.	ejecuta el pase de cadera deficientemente pero no ejecuta el pase modificado o viceversa.	Utiliza sus habilidades motoras específicas al ejecutar el pase de cadera y el pase modificado de forma correcta.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN			OBSERVACIÓN	PUNTAJE TOTAL
		1 (D)	2 (R)	3 (B)		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Elmer Ortiz Vidal.

Profesor

Yuddi Casimiro León.

Profesora

SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 06

“Juegos de Pases y Recepciones I”

I.ASPECTO INFORMATIVO:

REGIÓN: Ancash	UGEL: Aija	DIRECTOR: Renson Depaz V	DOCENTES:
I.E. N° 86709 “San Damián”		GRADO:3° Secundaria	Casimiro León Yuddi Ortiz Vidal Elmer
ÁREA: Educación Física		TIEMPO: 90 min.	FECHA:14/06 /2016

II.ASPECTOS DIDÁCTICOS

2.1 Objetivos

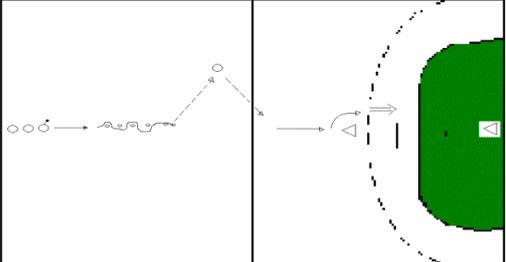
Al término de la sesión los alumnos serán capaces de utilizar los diferentes tipos de pases en las diversas situaciones de juego.

2.2 Contenidos

Conocimientos	Capacidades	Actitudes
Tipos de pases: El pase defrente. El pase desde la cadera. El pase modificado.	Utiliza el pensamiento estratégico en actividades físicas y deportivas como medio formativo.	Muestra compañerismo al trabajar en equipo.

III.SECUENCIA DIDÁCTICA:

MOMENTOS	METODOLOGÍA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO	EVALUACIÓN
INICIO	<p>Los alumnos reunidos en parejas con un balón cada pareja, empezaremos pasándonos el balón de diferentes formas donde incidiremos en los tipos de pases practicados y el agarre correcto del balón.</p> <p>Luego formaremos dos equipos y deberán realizar diez pases (utilizando los pases que hemos explicado), sin botar para poder conseguir un punto. Además sólo podrán realizar tres pasos por jugador cuando posean el balón.</p> <p>Los alumnos acostados libremente por el campo deportivo realizan estiramientos y ejercicios de relajación.</p> <p>Los alumnos proponen y practican sus propios juegos.</p> <p>Los alumnos reunidos por equipos realizan ejercicios de estiramientos y relajación.</p> <p>Luego se hidratan.</p>	Balones	20 min.	Propone y participa activamente en diferentes juegos.

DESARROLLO	<p>1.- Todos los alumnos trabajan un Circuito en el que realizan un pase a</p> 			
	<p>un compañero, zig-zag entre los conos, saltan una mini valla y reciben el balón para encarar a un defensor y un portero, es decir un 1x 1 con portero.</p> <p>Variante:</p> <p>Igual pero las acciones de zig-zag y salto las realiza con balón y el pase lo realiza después de esto para recibir casi delante del defensor y jugar un 1 x 1, es decir, habilidad individual, más pase y va para realizar un 1 x 1 con finalización a portería.</p> <p>2.- Los estudiantes reunidos en grupos de 4, 2 defensores contra 2 atacantes, por todo el campo, pases entre ellos.</p> <p>Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Máximo número de pases entre atacantes en 1 minuto no se puede botar 	Com-nos.	50 min.	Demuestra perfeccionamiento al ejecutar el pase, en la práctica de los juegos propuestos.

	<ul style="list-style-type: none"> • Demarcamos una zona restringida que no pueden pisar los atacantes ni defensores. <p>3.- Ahora juegan un 3 x 3, en una portería.</p> <p>Variantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 4 x 4 en una portería. • Introducimos un Pivot • Demarcamos zonas donde solo pueden entrar en esta zona los atacantes, para los defensores será una zona prohibida. • En los extremos colocamos conos, si se consigue gol desde esta zona, vale por dos goles. <p>6.- Jugamos balonmano respetando las principales reglas de juego.</p>	Sil- bato Cro- nóme- tro		
CIERRE	<p>Dialogamos acerca de lo aprendido: ¿Cuándo crees que se utiliza este tipo de pase? ¿Creen que es el más difícil?</p> <p>Realizan ejercicios de elongación y relajación.</p>		20 min.	Expresa sus ideas respetando las de los compañero

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

FICHA DE OBSERVACIÓN N° 6

INDICADORES	Muestra dificultades para pasar y recibir el balón.	Pasa el balón pero lo recibe con dificultad.	Demuestra perfeccionamiento al pasar y recibir el balón en la práctica de los juegos propuestos.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN			OBSERVACIÓN	PUNTAJE TOTAL
		1 (D)	2 (R)	3 (B)		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 07

“Juegos de Pases y Recepciones II.”

I.ASPECTO INFORMATIVO:

REGIÓN: Ancash	UGEL: Aija	DIRECTOR: Renson Depaz V	DOCENTES:
I.E. N° 86709 “San Damián”		GRADO:3° Secundaria	Casimiro León Yuddi Ortiz Vidal Elmer
ÁREA: Educación Física		TIEMPO: 90 min.	FECHA: 21/06 /2016

II.ASPECTOS DIDÁCTICOS

2.1 Objetivos

Al término de la sesión los alumnos serán capaces de utilizar los diferentes tipos de pases en las diversas situaciones de juego.

2.2 Contenidos

Conocimientos	Capacidades	Actitudes
Pases y recepciones en el balonmano. El pase defrente. El pase desde la cadera El pase modificado.	Utiliza el pensamiento estratégico en actividades físicas y deportivas como medio formativo.	Muestra compañerismo al trabajar en equipo.

III.SECUENCIA DIDÁCTICA:

MOMENTOS	METODOLOGÍA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO	EVALUACIÓN
INICIO	<p>Los alumnos reunidos en dos grupos (A y B), 3 balones en poder de un grupo A, el juego empieza cuando los alumnos del grupo A, intentan tocar con el balón a los del grupo B, estos tratarán de escaparse, los alumnos que son tocados pasarán al grupo A, hasta lograr que todos los del grupo A, se integren al grupo B. Importante: deben pasarse el balón entre los integrantes del equipo para poder tocar al otro compañero con el balón.</p> <p>Correcciones y repeticiones.</p> <p>Los alumnos apostados libremente por el campo realizan estiramientos, ejercicios de relajación.</p> <p>Los alumnos reunidos en el centro del campo responden:</p> <p>¿Qué les pareció el juego? ¿Qué dificultades tuvieron? ¿Qué fundamentos pusieron en práctica durante el juego?</p> <p>Socializan respuestas, se hidratan.</p>	Balones	20 min.	Participa activamente en diferentes juegos.
DESARROLLO	1.- Forman dos equipos, un equipo se colocará dentro de unos aros dispersos por el campo (sin desplazamiento) y se		50 min.	

	<p>deberá pasar un balón tratando de que el otro equipo (desplazamiento libre) no se la quite. Si se la quita intercambian papeles.</p> <p>Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar el número de pases a realizar y luego intercambiar • Un grupo de cuatro formará un cuadrado y se colocará en unos aros, el otro tratará de quitarles el balón mientras se lo pasan. • Se juega con dos balones • Se intentará hacer el mismo ejercicio sin aros <p>Correcciones y repeticiones.</p> <p>2.- Los alumnos reunidos en grupos de 7 integrantes. Jugamos 7 x 7 intentando dar la mayor cantidad de pases seguidos.</p> <p>Correcciones y repeticiones.</p> <p>Los alumnos proponen y practican sus propios juegos.</p>	<p>Conos.</p> <p>Balones</p> <p>Silbato</p> <p>Cronómetro</p>		<p>Demuestra perfeccionamiento al pasar y recibir el balón, en la práctica de los juegos propuestos.</p>
--	---	---	--	--

CIERRE	<p>Realizan ejercicios de elongación y relajación.</p> <p>Dialogan sobre lo aprendido en clase.</p>		20 min.	<p>Expresan sus ideas respetando las de los compañeros.</p>
---------------	---	--	---------	---

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

FICHA DE OBSERVACIÓN N° 7

INDICADORES	Muestra dificultades para pasar y recibir el balón.	Pasa el balón pero lo recibe con dificultad.	Demuestra perfeccionamiento al pasar y recibir el balón en la práctica de los juegos propuestos.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN			OBSERVACIÓN	PUNTAJE TOTAL
		1 (D)	2 (R)	3 (B)		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 08

“Botando el Balón”

I.ASPECTO INFORMATIVO:

REGIÓN: Ancash	UGEL: Aija	DIRECTOR: Renson Depaz	DOCENTES:
I.E. N° 86709 “San Damián”		GRADO:3° Secundaria	Casimiro León Yuddi Ortiz Vidal Elmer
ÁREA: Educación Física		TIEMPO: 90 min.	FECHA: 28/06 /2016

II.ASPECTOS DIDÁCTICOS

2.1 Objetivos

Al término de la sesión los alumnos serán capaces de ejecutar el rebote del balón de forma correcta.

2.2 Contenidos

Conocimientos	Capacidades	Actitudes
Fundamentos del balonmano: El rebote del balón.	Utiliza sus habilidades motrices en la realización de diferentes actividades de movimiento.	Muestra compañerismo al trabajar en equipo.

III.SECUENCIA DIDÁCTICA:

MOMENTOS	METODOLOGÍA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO	EVALUACIÓN
INICIO	Los alumnos ubicados libremente por el campo, con un balón cada uno, realizan los siguientes ejercicios:			

	<ul style="list-style-type: none"> • Sueltan y recogen el balón antes de que caiga al suelo. • Ruedan el balón por la parte superior de la mano sin que se le caiga y adaptándolo cuando llegue a la palma de la mano. • Rebotan el balón entre las piernas cambian de mano. • Lanzan el balón hacia arriba y lo recogen con una mano, luego ambas manos. • Lanzan el balón con la mano, con el hombro, con la cabeza, muslo y lo recogen después de un bote. • Realizan rebotes de manera que el balón sobrepase su altura y lo recogen después de un salto. • Por todo el campo realizan botes, cambios de dirección y cada cierto tiempo frenan, para seguir rebotando <p>Responden: ¿Qué tipo de ejercicios hemos realizado? ¿Se pueden tizar en el balonmano? ¿En qué circunstancias?</p> <p>Socializan sus respuestas.</p>	Balones	20 min.	Ejecuta los ejercicios propuestos correctamente.
DESARROLLO	<p>1.- En la misma disposición anterior, realizan rebotes, cada tres rebotes, se detiene realizan el amago de un pase y vuelven a rebotar.</p> <p>2.- Cada 3 rebotes se pasa el balón entre las piernas con bote.</p>		50 min.	Realiza el bote

	<p>3.- Cada 3 rebotes de balón se pasa el balón por la espalda y se sigue rebotando.</p> <p>4.- Los estudiantes reunidos en dos grupos enfrentados. Uno en contra del otro, cruzarse rebotando el balón si perder el balón ni el rebote.</p> <p>Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Igual pero a la mitad de campo cambiar la mano de bote. • Igual al anterior pero realizando Zig-Zag • Al cruzarse intenten robar a los compañeros que vienen en dirección contraria sin que pierdan el control de su balón. <p>Correcciones y repeticiones</p> <p>5.- Jugamos "el cazador", todos con balón, menos uno, el que no tiene balón intentará tocar a los demás jugadores. Si lo logra se quedará con el balón del compañero que tocó y este pasará a ser el cazador.</p> <p>Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ahora debe tocar el balón en vez de sólo tocar al jugador. 	<p>Conos.</p> <p>Balones</p> <p>Silbato</p> <p>Cronómetro</p>	<p>del balón con la yema de los dedos y la mirada al frente en diferentes situaciones.</p>
--	---	---	--

	<p>Correcciones y repeticiones</p> <p>Los alumnos proponen sus propios juegos.</p>			
CIERRE	<p>Sentados en media luna en la parte central del campo dialogan sobre lo aprendido ¿Cómo se realiza el rebote? ¿Cuántas veces se puede rebotar el balón en el balonmano? ¿Para qué se realiza el rebote en este juego? ¿Cuándo lo puedo utilizar?</p> <p>Realizan ejercicios de estiramientos y relajación muscular.</p>		20 min.	Expresa sus ideas respetando las de los compañeros

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

FICHA DE OBSERVACIÓN N° 8

INDICADORES	Realiza el bote del balón con la palma de las manos y mantiene la mirada en el balón.	Realiza el bote del balón con la yema de los dedos pero mantiene la mirada en el balón.	Realiza el bote del balón con la yema de los dedos y la mirada al frente en diferentes situaciones.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN			OBSERVACIÓN	PUNTAJE TOTAL
		1 (D)	2 (R)	3 (B)		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 09

“Combinamos el Pase, con el bote y Recepción”

I. ASPECTO INFORMATIVO:

REGIÓN: Ancash	UGEL: Aija	DIRECTOR: Renson Depaz V	DOCENTES:
I.E. N° 86709 “San Damián”		GRADO: 3° Secundaria	Casimiro León Yuddi Ortiz Vidal Elmer
ÁREA: Educación Física		TIEMPO: 90 min.	FECHA: 05/07 /2016

II. ASPECTOS DIDÁCTICOS

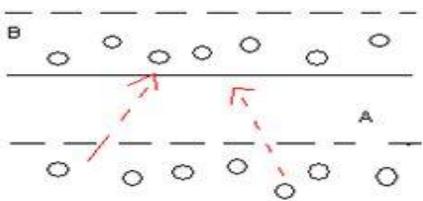
2.1 Objetivos

Al término de la sesión los alumnos serán capaces de utilizar convenientemente el pase, la recepción y el rebote del balón correctamente.

2.2 Contenidos

Conocimientos	Capacidades	Actitudes
Fundamentos del balónmano: El pase y la recepción. El rebote del balón.	Demuestra precisión de su coordinación óculo manual al ejecutar el pase, el rebote y la recepción del balón.	Muestra compañerismo al trabajar en equipo.

III.SECUENCIA DIDÁCTICA:

MOMENTOS	METODOLOGÍA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO	EVALUACIÓN
INICIO	<p>Los alumnos reunidos en dos grupos. Se marcan dos zonas, A y B, donde se colocan cada equipo. Se trata de que cada equipo logre tocar al mayor número de contrarios mediante el lanzamiento de balones.</p> <p>Variantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lanzar el balón después de 3 rebotes. • Si los alumnos logran recibir balones sin que estos toquen el suelo se anotarán un punto y podrán canjearlo si son tocados posteriormente.  <p>Luego se reúnen en la parte central del campo responden: ¿Qué elementos técnicos hemos trabajado en éste</p>	Balones	20 min.	Ejecuta los ejercicios propuestos correctamente.

	juego? ¿Cómo podemos combinar estos elementos técnicos?			
DESARROLLO	<p>1.- Los alumnos formados en columnas enfrentadas ubicadas en las líneas laterales de campo ejecutan manejo y driblean del balón.</p> <p>Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Driblean y en la mitad del campo realizan una y realizan pase al compañero. • Driblean el balón y en la mitad del campo realizan un reloj o giro de 360 grados, luego realizan un pase al compañero. <p>2.- Los alumnos distribuidos en 4 columnas, se coloca una fila de 5 conos al frente de cada columna, mientras que otro cono estará ubicado a 3 metros del último cono de la fila, al silbato el primero de cada columna sale driblando el balón entre los conos, al llegar al último deja de desplazarse y realiza un pase directo al compañero. Este lo recibe y driblea entre los conos hasta llegar a la columna ejecuta un pase corto y se forma al final.</p> <p>Variante:</p>	Conos.	50 min.	<p>Demuestra perfeccionamiento al pasar, recibir y rebotar el balón, en la práctica de los juegos propuestos.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Driblean entre los conos y entregan con una mano, luego con las dos. <p>Correcciones y repeticiones</p> <p>3.- Los estudiantes reunidos en grupos de 3, realizan la trenza, rebotando una vez el balón y pasándolo al compañero.</p> <p>Variante</p> <ul style="list-style-type: none"> • Driblean dos y tres veces y realizan el pase. <p>Correcciones y repeticiones</p> <p>4.- Los estudiantes reunidos en equipos de 7 juegan balonmano pases, rebotes y recepciones sin gol.</p> <p>Correcciones y repeticiones</p>	Cronómetro		
CIERRE	<p>Acostados en la parte central del campo realizan ejercicios de estiramientos y relajación muscular.</p> <p>Dialogan sobre lo aprendido.</p>		20 min.	Expresan sus ideas respetando las de los compañeros

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

FICHA DE OBSERVACIÓN N° 9

INDICADORES	Muestra deficiencias al ejecutar el pase, el rebote y la recepción del balón.	Ejecuta el pase, pero muestra deficiencias en la recepción y el rebote.	Demuestra precisión al ejecutar el pase, el rebote y la recepción del balón, en los juegos propuestos.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN			OBSERVACIÓN	PUNTAJE TOTAL
		1 (D)	2 (R)	3 (B)		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 10

“Aprendiendo el Tiro a Portería”

I. ASPECTO INFORMATIVO:

REGIÓN: Ancash	UGEL: Aija	DIRECTOR: Renson Depaz V	DOCENTES:
I.E. N° 86709 “San Damián”		GRADO: 3° Secundaria	Casimiro León Yuddi Ortiz Vidal Elmer
ÁREA: Educación Física		TIEMPO: 90 min.	FECHA: 12/07 /2016

II. ASPECTOS DIDÁCTICOS

2.1 Objetivos

Al término de la sesión los alumnos serán capaces de ejecutar de forma correcta el tiro a portería en el balonmano.

2.2 Contenidos

Conocimientos	Capacidades	Actitudes
Fundamentos del balonmano: El tiro a portería.	Demuestra precisión de su coordinación óculo manual al ejecutar el tiro del ablón a la portería.	Se esfuerza por mejorar en la práctica.

III. SECUENCIA DIDÁCTICA:

MOMENTOS	METODOLOGÍA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO	EVALUACIÓN
INICIO	Los alumnos dispersos por el campo, juegan libremente con su balón, después de tres minutos realizan los siguientes ejercicios:			Ejecuta los ejercicios propuestos correctamente.

	<ul style="list-style-type: none"> • Rodar el balón a través de las piernas formando un ocho. • Manejar el balón rápidamente a través de las piernas, moviendo las manos en consecuencia. • Lanzando la pelota hacia atrás a través de las piernas, girar y atrapar la pelota. • Lanzando el balón a partir de la posición de tendido supino (“boca arriba”), girar y atrapar la pelota. • Botar alrededor del cuerpo, sentados, echados. <p>Realizan estiramientos de la parte superior e inferior del cuerpo y responden: ¿Cómo hemos realizado los ejercicios? ¿Qué partes del cuerpo hemos trabajado? ¿Qué nos falta para jugar verdaderamente el balonmano?</p> <p>Hoy aprenderemos el tiro a portería.</p>	Balones	20 min.	
DESARROLLO	<p>1.- Los estudiantes reunidos en dos grupos, ubicados en la línea del área de cada campo, en el centro del campo se ubica un balón medicinal, cada alumno portará un balón. A la señal del profesor los alumnos intentarán golpear el balón medicinal con su pelota, hasta llevarlo al campo contrario. Gana el equipo que logre ubicar el balón medicinal en el área del equipo contrario.</p>		50 min.	Ejecuta el tiro a portería

	<p>Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ubicar más de un balón medicinal, Hacerlo con desplazamiento • Tirar uno a la vez <p>2. Los alumnos reunidos en 4 grupos formando un círculo cada grupo, en el centro de cada círculo se ubica un aro ula ula, los alumnos trataran de pasarse el balón rebotándolo dentro del aro ula ula.</p> <p>Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Colgar el ula en el centro del arco y tratar de pasarlo desde la línea del área • Colocar el ula ula en la pared y tirar el balón dentro del ula ula desde una distancia de 2m, 3m, 5m. • Realizar lanzamiento con izquierda y derecha, con impulso y sin impulso, de pie, sentados, saltando, con un giro. <p>Correcciones y repeticiones</p> <p>3.- En la misma disposición anterior, realizan tiros a portería desde la línea del área, con portero. Variantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizan el tiro de frente, desde el costado derecho, izquierdo. 	<p>Co- nos.</p> <p>Balo- nes</p> <p>Sil- bato</p> <p>Cro- nóme tro</p>		<p>desde diferen- tes direccio- nes y distan- cias de forma correcta.</p>
--	--	--	--	---

	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizan mano derecha e izquierda, sin impulso, luego con impulso <p>Correcciones y repeticiones</p> <p>4.- Los alumnos proponen sus propios juegos y los practican.</p> <p>Correcciones y repeticiones</p>			
CIERRE	<p>Los alumnos acostados libremente por el campo realizan ejercicios de estiramientos y relajación muscular.</p> <p>Dialogan sobre lo aprendido.</p>		20 min.	Expresan sus ideas respetando las de los demás.

Elmer Vidal Ortiz.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

FICHA DE OBSERVACIÓN N° 10

INDICADORES	Muestra dificultades para ejecutar el tiro a portería.	Ejecuta el tiro a portería sin impulso desde diferentes posiciones.	Ejecuta el tiro a portería con impulso desde diferentes posiciones.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN			OBSERVACIÓN	PUNTAJE TOTAL
		1 (D)	2 (R)	3 (B)		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 11

“Mejorando mi técnica del tiro a portería”

I. ASPECTO INFORMATIVO:

REGIÓN: Ancash	UGEL: Aija	DIRECTOR: Renson Depaz V	DOCENTES:
I.E. N° 86709 “San Damián”		GRADO: 3° Secundaria	Casimiro León Yuddi Ortiz Vidal Elmer
ÁREA: Educación Física		TIEMPO: 90 min.	FECHA: 19/07 /2016

II. ASPECTOS DIDÁCTICOS

2.1 Objetivos

Al término de la sesión los alumnos serán capaces de ejecutar de forma correcta el tiro a portería en el balonmano.

2.3 Contenidos

Conocimientos	Capacidades	Actitudes
Fundamentos del balonmano: El tiro a portería.	Demuestra precisión de su coordinación óculo manual al ejecutar el tiro del balón a la portería.	Se esfuerza por mejorar en la práctica.

III. SECUENCIA DIDÁCTICA:

MOMENTOS	METODOLOGÍA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO	EVALUACIÓN
INICIO	Los alumnos dispersos por el campo, juegan libremente con su balón. Después de tres minutos realizan estiramientos musculares.			

	<p>Luego forman dos filas enfrentadas a 3 metros, los alumnos empiezan a pasarse el balón.</p> <p>Variantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pasar con una mano, con las dos, primero derecha luego izquierda. • Después de 5 pases se separan y alargan la distancia, hasta llegar cada fila a la línea lateral del campo. • Lanzar el balón sin impulso luego con impulso. <p>Correcciones y repeticiones</p> <p>Hoy seguiremos aprendiendo el tiro a portería.</p>	Balones	20 min.	Ejecutan los ejercicios propuestos correctamente.
DESARROLLO	<p>1.- Los estudiantes reunidos en tres grupos, se ubica una valla a 3m. Frente a cada columna a manera de portería a la actividad empieza al silbato el primer alumno de cada columna intentará tirar el balón hacia la portería de manera que pase por debajo de la valla sin tocarla.</p> <p>Variantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tirar el balón con la mano derecha luego con la izquierda Luego con las dos manos. 		50 min.	Demuestra perfeccionamiento técnico al ejecutar el tiro a portería

	<ul style="list-style-type: none"> • Tirar a diferentes distancias y de diferentes posiciones. <p>2.- En la misma posición ahora se ubica tres porterías, utilizamos las dos del campo deportivo y otra formada por dos conos, al silbato realizar tiros según la orden del profesor: a la izquierda del arco, al centro, a la derecha, arriba, abajo.</p> <p>Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ahora colocar un portero. • Tirar en posición estática y luego desplazándose a la carrera. • Tirar después de pasar los aros. • Rebotar pasar, recibir y tirar. <p>3.- Jugamos 2x2, 3x3, 4x4, 5x5, 6x6,</p> <p>Correcciones y repeticiones.</p> <p>4.- Los alumnos proponen sus propios juegos y los practican.</p> <p>Correcciones y repeticiones</p>	<p>Conos.</p> <p>Balones</p> <p>Silbato</p> <p>Cronómetro</p>		<p>en diferentes situaciones.</p>
<p>CIERRE</p>	<p>Los alumnos acostados libremente por el campo realizan ejercicios de estiramientos y relajación muscular.</p> <p>Dialogan sobre lo aprendido.</p>		<p>20 min.</p>	<p>Expresan sus ideas respetando las de sus compañeros.</p>

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

FICHA DE OBSERVACIÓN N° 11

INDICADORES	Muestra dificultades para ejecutar el tiro a portería.	Ejecuta el tiro a portería sin impulso desde diferentes posiciones.	Dirige el tiro a portería según indicaciones del profesor.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN			OBSERVACIÓN	PUNTAJE TOTAL
		1 (D)	2 (R)	3 (B)		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 12

“Jugamos Balonmano”

I.ASPECTO INFORMATIVO:

REGIÓN: Ancash	UGEL: Aija	DIRECTOR: Renson Depaz	DOCENTES:
I.E. N° 86709 “San Damián”		GRADO:3° Secundaria	Casimiro León Yuddi Ortiz Vidal Elmer
ÁREA: Educación Física		TIEMPO: 90 min.	FECHA:09/08 /2016

II.ASPECTOS DIDÁCTICOS

2.1 Objetivos

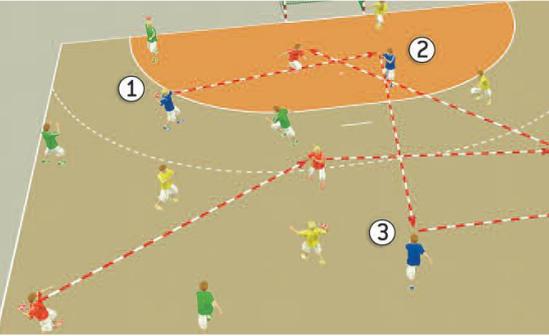
Al término de la sesión los alumnos serán capaces de utilizar correctamente los fundamentos técnicos del balonmano y solucionar diferentes situaciones de juego.

2.2Contenidos

Conocimientos	Capacidades	Actitudes
Balonmano. Pases y recepciones. Rebote. El tiro a portería. Reglas básicas.	Utiliza el pensamiento estratégico en actividades físicas y deportivas como medio formativo.	Respeto las reglas de juego y colabora con sus compañeros.

III.SECUENCIA DIDÁCTICA:

MOMENTOS	METODOLOGÍA	MEDIOS Y MATERIALES	TIEMPO	EVALUACIÓN
INICIO	<p>Los alumnos dispersos por el campo, juegan libremente con su balón. Después de tres minutos realizan estiramientos musculares.</p> <p>Luego forman dos filas enfrentadas a 3 metros, los alumnos empiezan a pasarse el balón.</p> <p>Variantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pasar con una mano, con las dos, primero derecha luego izquierda. • Después de 5 pases se separan y alargan la distancia, hasta llegar cada fila a la línea lateral del campo. • Lanzar el balón sin impulso luego con impulso. <p>Correcciones y repeticiones</p>	Balones	20 min.	Ejecutan los ejercicios propuestos correctamente.
DESARROLLO	<p>1.- Los alumnos se dividen en grupos de 4. Cada grupo tiene un balón. Los alumnos de cada grupo se numeran del uno al cuatro. El balón siempre pasa del 1 al 2, del 2 al 3, del 3 al 4, y de nuevo al 1. Es importante que los</p>		50 min.	Ejecuta y Demuestra per-

	<p>alumnos circulen y se desplacen tanto como sea posible por todos los espa-</p>			
		Co- nos.		fecciona- miento de los funda- mentos técnicos en la práctica del balon- mano.
	<p>cios del campo mientras se están pa- nes sando el balón.</p>	Balo- nes		
	<p>Correcciones y repeticiones</p>			
	<p>2.- Jugamos, 5x5, 6x6, 7x7, respetando las principales reglas del balonmano.</p>	Sil- bato		
	<p>Correcciones y repeticiones.</p>			
	<p>3.- Los alumnos proponen sus propios juegos y los practican.</p>			
	<p>Correcciones y repeticiones</p>			
		Cro- nóme tro		

CIERRE	<p>Los alumnos acostados libremente por el campo realizan ejercicios de estiramientos y relajación muscular.</p> <p>Dialogan sobre lo aprendido.</p>		20 min.	<p>Expresan sus ideas respetando las de sus compañeros.</p>
---------------	--	--	---------	---

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

FICHA DE OBSERVACIÓN N° 12

INDICADORES	Muestra dificultades para ejecutar los fundamentos técnicos del balonmano.	No utiliza de manera correcta los fundamentos técnicos del balonmano.	Ejecuta y utiliza correctamente los fundamentos técnicos en la práctica del balonmano
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1	2	3

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN			OBSERVACIÓN	PUNTAJE TOTAL
		1 (D)	2 (R)	3 (B)		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Elmer Ortiz Vidal.
Profesor

Yuddi Casimiro León.
Profesora

2.3. EVALUACIÓN DE SALIDA

2.3.1. Resultados de la evaluación de salida: test de aprendizaje de balónmano.

TEST

N°	ITEMS	B	R	D
	PASE			
01	Adopta la posición correcta del cuerpo al ejecutar el pase	10	3	0
02	Ejecuta el pase en posición estática con precisión	11	2	0
03	Realiza el pase en movimiento de forma correcta	9	1	3
04	Dirige el pase al compañero	11	1	1
	RECEPCIÓN			
05	Estira los brazos con las palmas de la mano mirando hacia el balón	9	3	1
06	Amortigua el balón con una semi flexión de brazos	8	4	1
07	Sujeta el balón con las dos manos	13	0	0
08	Recibe el balón en movimiento	7	5	1
	BOTE			
09	Bota el balón con la yema de los dedos	8	3	2
10	Bota el balón adelante y al costado del cuerpo	7	4	2
11	No mira el balón al botarlo	10	1	2
	TIRO A PORTERÍA			
12	Ejecuta el tiro a portería en posición estática correctamente	13	0	0
13	Realiza el tiro en suspensión con carrera de impulso	7	2	4
14	El tiro derriba el cono puesto dentro en la portería	12	1	0
15	El tiro vence al portero	8	3	2

Fuente: Resultados de la evaluación de salida aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Agosto del 2016.

TABLA DE VALORACIÓN

NIVEL	SIGNIFICADO	CUÁNDO
B	Aprendizaje Consolidado	El estudiante logra desarrollar la prueba.
R	Aprendizaje en proceso	El estudiante presenta dificultades para realizar la prueba.
D	Aprendizaje en inicio	El estudiante no logra desarrollar la prueba.

2.3.2. Resultados de la evaluación de salida: Por Componente

TABLA Nº 05

Componente Pase	Nivel de logro						Total	
	B		R		D			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Adopta la posición correcta del cuerpo al ejecutar el pase.	10	77 %	3	23 %	0	0 %	13	100 %
Ejecuta el pase en posición estática con precisión.	11	84 %	2	16 %	0	0 %	13	100 %
Realiza el pase en movimiento de forma correcta.	9	69 %	1	8 %	3	23 %	13	100 %
Dirige el pase al compañero.	11	84 %	1	8 %	1	8 %	13	100 %
Total	41	79 %	7	13 %	4	8 %	52	100 %

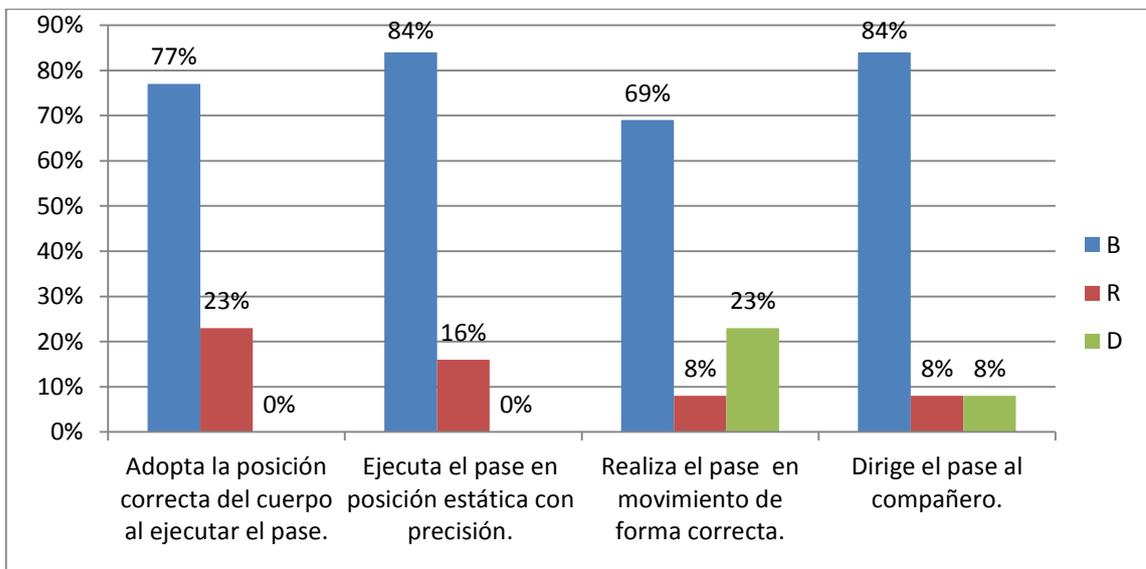
Fuente: Resultados de la evaluación de salida aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Agosto del 2016.

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA TABLA N° 05

La tabla N° 5 presenta los resultados obtenidos en el componente pase después de la aplicación del programa de intervención, los cuales nos muestran una mejoría esperada por las características de nuestros estudiantes, como vemos un 79% de los resultados se ubican en un nivel bueno, un 13% en un nivel regular, mientras que solo un 8% se ubican en un nivel deficiente, lo que nos permite asegurar el logro de nuestros propósitos de intervención.

Gráfico N° 05

Análisis Gráfico del Componente Pase



Fuente: Resultados de la evaluación de salida aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Agosto del 2016

TABLA Nª 06

Componente Recepción	Nivel de logro						Total	
	B		R		M			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Estira los brazos con las palmas de la mano mirando hacia el balón.	9	69 %	3	23 %	1	8 %	13	100 %
Amortigua el balón con una semi flexión de brazos.	8	61 %	4	31 %	1	8 %	13	100 %
Sujeta el balón con las dos manos.	13	100 %	0	0.00 %	0	0.00 %	13	100 %
Recibe el balón en movimiento.	7	54 %	5	38 %	1	8 %	13	100 %
TOTAL	37	71 %	12	23 %	3	6 %	52	100 %

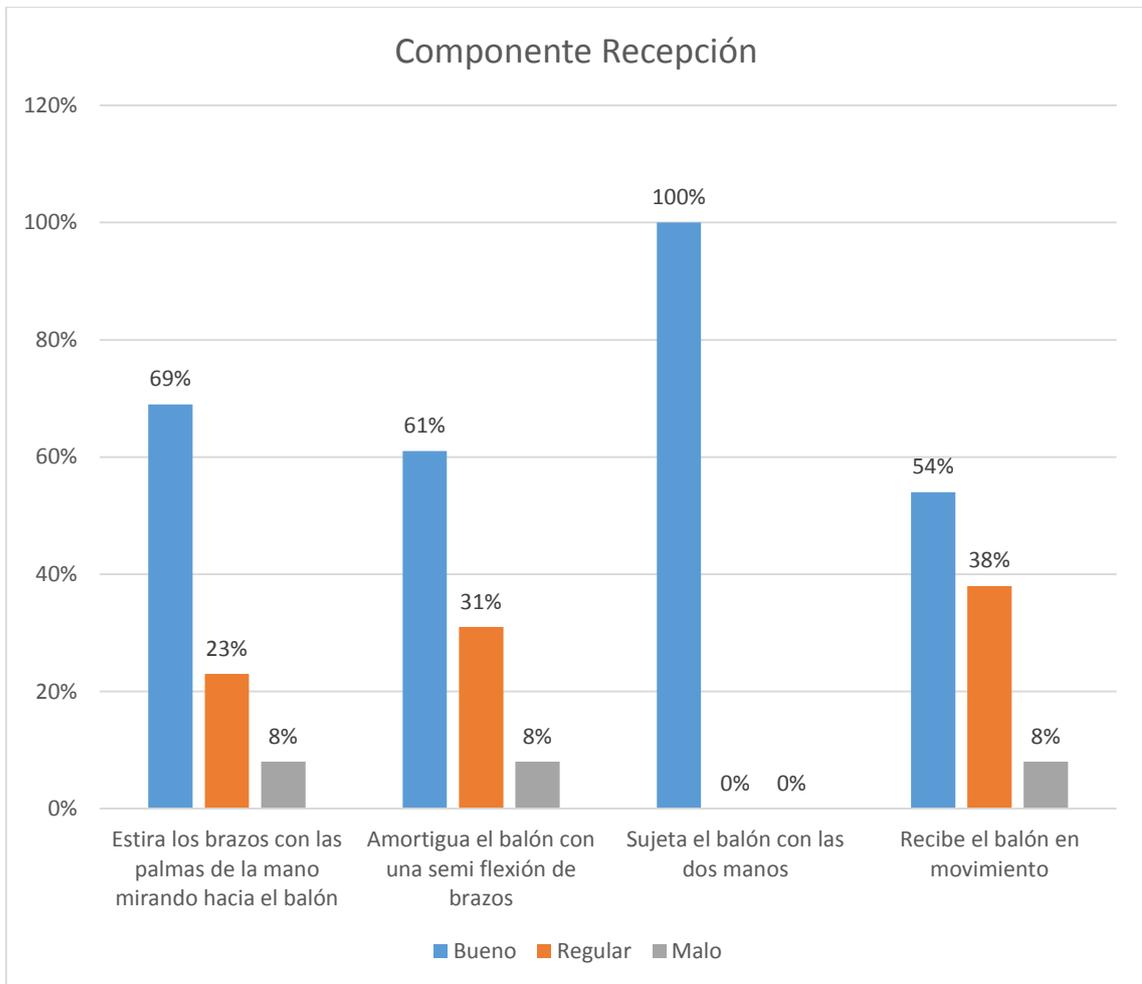
Fuente: Resultados de la evaluación final aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Agosto 2016.

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA TABLA 06

Los resultados obtenidos para el componente recepción, de los cuales un 71% de resultados se ubican en un nivel bueno, un 23% en un nivel regular, mientras que un 6% de resultados en un nivel deficiente, lo que nos demuestra que se ha reducido considerablemente las dificultades que se tenían para recibir el balón de forma correcta lo cual permitirá un juego más fluido.

Gráfico N° 06

Análisis Gráfico del Componente Recepción del Balón.



Fuente: Resultados de la evaluación de salida aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Agosto del 2016.

TABLA N° 07

Componente Bote	Nivel de logro						Total	
	B		R		D			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Bota el balón con la yema de los dedos.	8	62 %	3	23 %	2	15 %	13	100 %
Bota el balón adelante y al costado del cuerpo.	7	54 %	4	31 %	2	15 %	13	100 %
No mira el balón al botarlo.	10	77 %	1	8 %	2	15 %	13	100 %
Total	25	64 %	8	21 %	6	15 %	39	100 %

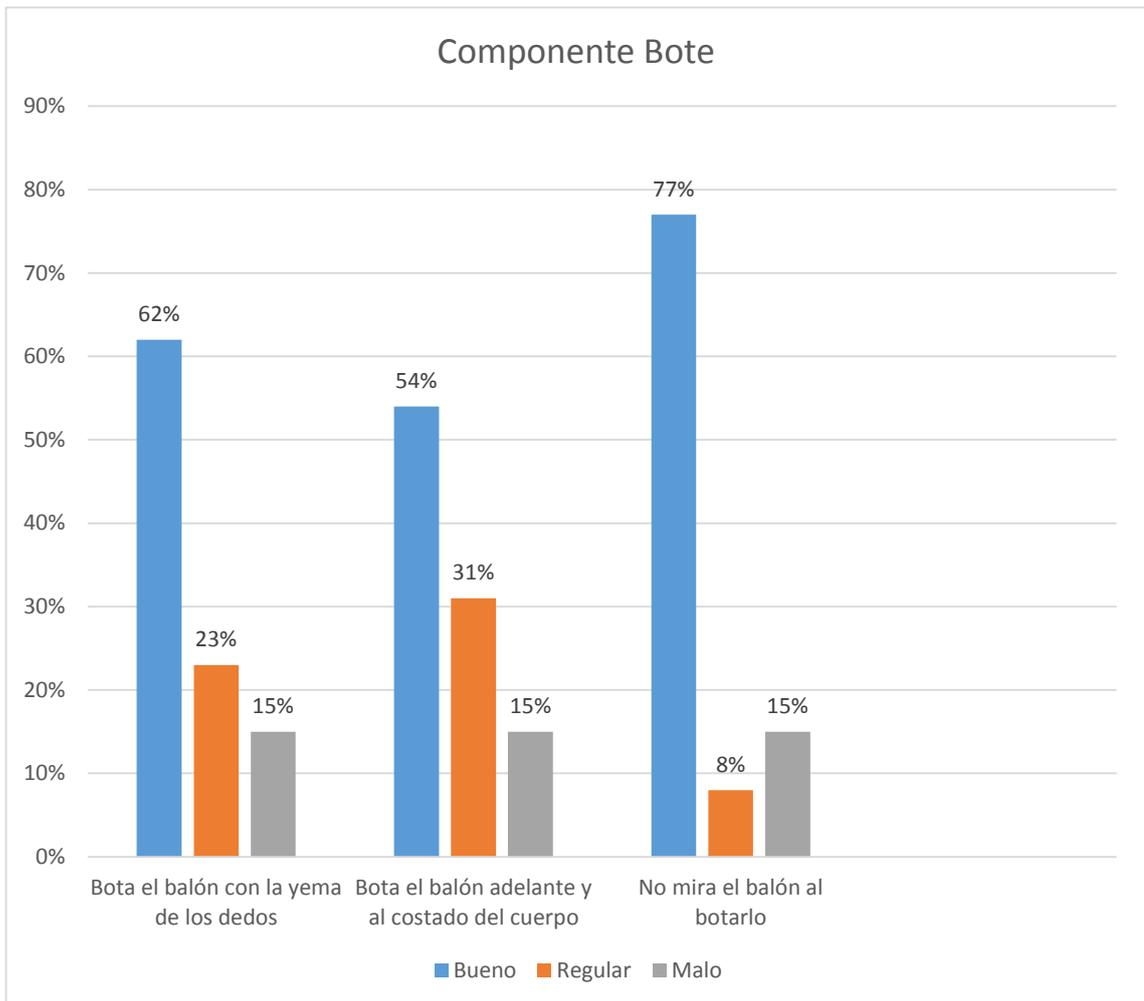
Fuente: Resultados de la evaluación inicial aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Agosto 2016.

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA TABLA N° 07

La tabla N° 07, nos muestra los resultados obtenidos para el componente bote, estos resultados confirman nuestros propósitos, puesto que un 64% de resultados se ubican en el nivel bueno, un 21% en un nivel regular, y solo un 15 % de resultados se ubica en un nivel deficiente. Lo que nos indica que nuestra intervención ha sido positiva.

Gráfico N° 07

Análisis Gráfico del Componente Bote.



Fuente: Resultados de la evaluación de salida aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Agosto del 2016.

TABLA N° 08

Componente Tiro a portería	Nivel de logro						Total	
	B		R		D			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Ejecuta el tiro a portería en posición estática correctamente.	13	100 %	0	0.00 %	0	0.00 %	13	100 %
Realiza el tiro en suspensión con carrera de impulso.	7	54 %	2	15 %	4	31 %	13	100 %
El tiro derriba el cono puesto dentro en la portería.	12	92 %	1	8 %	0	0.0 %	13	100 %
El tiro vence al portero.	8	62 %	3	23 %	2	15 %	13	100 %
Total	40	76 %	6	12%	6	12 %	52	100 %

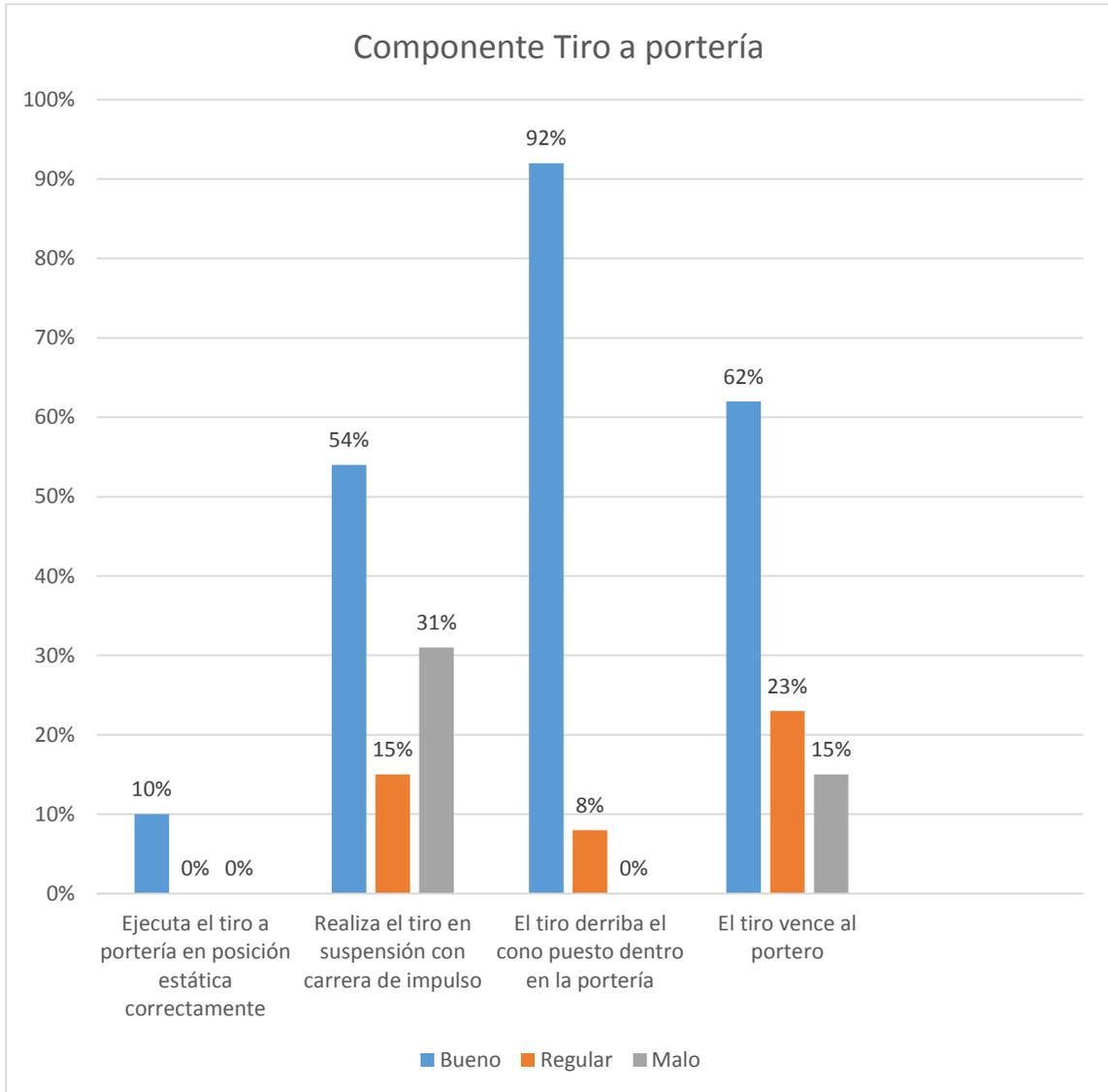
Fuente: Resultados de la evaluación inicial aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Agosto 2016.

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA TABLA N° 08

La tabla N° 8, nos presenta los resultados del componente tiro a portería, en los cuales observamos que un 76% de resultados se ubica en un nivel bueno, un 12% en un nivel regular, mientras que un 12% en un nivel deficiente, esto nos permite asegurar el logro de nuestros propósitos de intervención, con respecto al aprendizaje del deporte del balonmano, esto se logró gracias a la metodología utilizada en el proceso, la cual respeta las necesidades y características de nuestros estudiantes.

Gráfico N° 08

Análisis Gráfico del Componente Tiro a Portería.



Fuente: Resultados de la evaluación de salida aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Agosto del 2016.

2.4 RESULTADOS FINALES

2.4.1 CUADRO COMPARATIVO DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS EN LA PRUEBA DE INICIO Y LA PRUEBA DE SALIDA.

TABLA N° 09

Componentes	Valores de logro	Evaluación de inicio		Evaluación de salida		% de mejora
		f	%	F	%	
Pase	B	9	17%	41	79%	62 %
	R	10	19%	7	13%	6%
	D	33	64%	4	8%	56%
	TOTAL	52	100 %	52	100%	
Recepción	B	8	15%	41	79%	64%
	R	8	15%	7	13%	2%
	D	36	70%	4	8%	62%
	TOTAL	52	100 %	52	100%	
Bote	B	1	3%	25	64%	58%
	R	7	18%	8	21%	3%
	D	31	79%	6	15%	64%
	TOTAL	52	100%	52	100%	
Tiro a porteria	B	3	6%	40	76%	70%
	R	5	10%	6	12%	2%
	D	44	84%	6	12%	72%
	TOTAL	52	100%	52	100%	

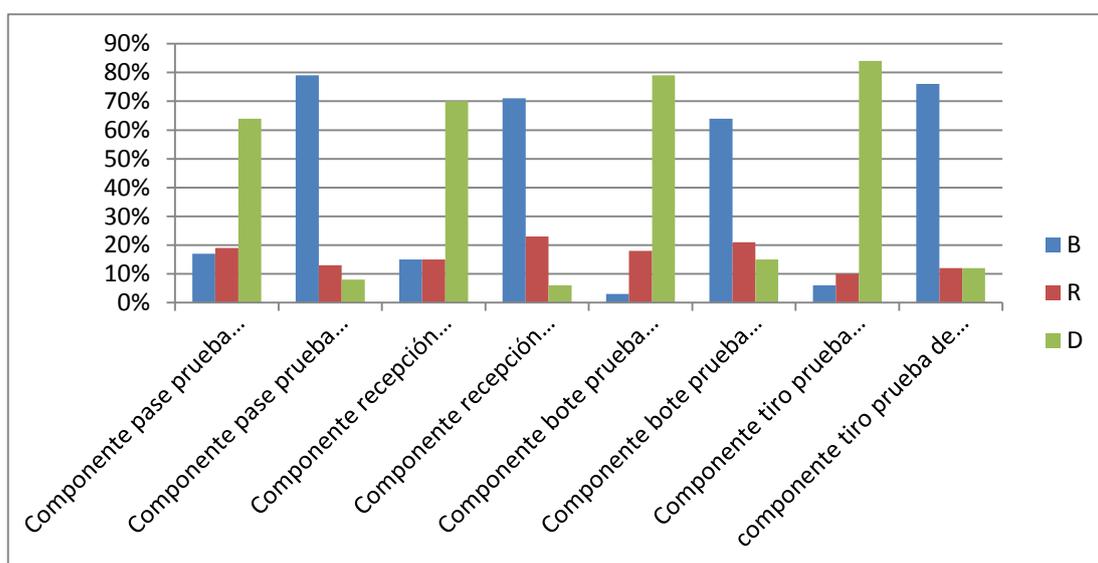
Fuente: Resultados de la evaluación de salida aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Agosto del 2016.

El Test, fue aplicado al inicio y al final de nuestro programa, a los 13 estudiantes que componen el grupo de intervención, en el análisis de la evaluación de

los resultados obtenidos en cuanto al dominio de los fundamentos técnicos del balonmano, observamos una mejora significativa, puesto que nos muestran el avance obtenido por nuestros estudiantes en el aprendizaje de los mismos; en esta tabla comparativa podemos observar que en un inicio los 13 estudiantes mostraban dificultades al momento de poner en practica los fundamentos técnicos considerados para la práctica del balonmano, motivo de nuestra investigación. Posterior a la aplicación del Programa observamos resultados positivos, que nos indican que nuestros estudiantes han superado considerablemente las dificultades que demostraron en un inicio aunque, aún muestran mínimas deficiencias por superar lo cual se logrará con la constante práctica y desarrollo motriz.

Gráfico N° 09

Análisis Gráfico de Componentes según Prueba de Inicio y de Salida



Fuente: Resultados de la evaluación de salida aplicada a los estudiantes del grupo de intervención. Agosto del 2016.

III.- CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

3.1. Conclusiones.

- La teoría del aprendizaje deportivo de J. L. Anton, nos permitió planificar y elaborar el programa de actividades motrices para el aprendizaje del pase, recepción, bote y tiro a portería en el balonmano de forma estructurada y secuencial, debidamente contextualizada con las necesidades educativas en el plano motriz de quienes conforman el grupo de estudio.
- La prueba de inicio, nos sirvió para identificar el nivel de aprendizaje de los fundamentos técnicos del balonmano en los estudiantes del grupo de intervención, los cuales nos mostraron resultados en su mayoría deficientes, para la práctica de la disciplina del balonmano, toda vez que ésta constituye un factor fundamental para el desarrollo de sus capacidades y habilidades físicas y motrices.
- La aplicación del programa de actividades motrices fue secuencial, es decir cada sesión se articula con la anterior, esto nos permitió generar y desarrollar el aprendizaje de los fundamentos técnicos del balonmano en los estudiantes del grupo de intervención, considerando los procesos didáctico-metodológicos de la Educación física, en tal sentido se evidenció el correcto desarrollo de las diferentes actividades motrices propuestas en ésta investigación.
- La evaluación final, se realizó a través de la aplicación del test de salida, verificándose de ésta manera el nivel de logro obtenido por nuestros estudiantes del grupo de intervención después del desarrollo del programa, lo cual nos permite afirmar que la propuesta que se implementó ha sido positiva por la mejoras significativas observadas.

- Al comparar los resultados de la prueba de entrada y de salida, asumimos que la intervención fue positiva y significativa para nuestros estudiantes, ya que los porcentajes de mejora aumentaron al nivel de logro Bueno, como se muestra en la tabla y el gráfico N° 09, esto nos permite asegurar que nuestra investigación ha sido relevante.

3.2. Recomendaciones.

- Los docentes de Educación Física debemos convertirnos en docentes investigadores, y desarrollar propuestas de trabajo como la que presentamos desde las aulas, con fundamentos y rigurosidad científica, para que nuestro trabajo no tenga únicamente carácter práctico, sino que a través de nuestras enseñanzas nuestros alumnos se desarrollen integralmente, siendo mejores corporal, cognitiva y emocionalmente.
- El presente trabajo de investigación no se restringe solo al aprendizaje del Balonmano, ya que dichas actividades debidamente contextualizadas, pueden servir para diferentes tipos de actividades físico deportivas y para cualquier realidad presentada dentro de nuestro ambiente educativo.
- A los docentes universitarios promover procesos de capacitación y actualización profesional en el desarrollo del deporte educativo y formativo, aperturar espacios donde los docentes puedan intercambiar ideas y trabajos de investigación para enriquecerse en estrategias y promover la innovación didáctica en las Instituciones Educativas.

BIBLIOGRAFÍA

AGUILAR, J; MARTÍN, I. Y CHIROSA, L.J.(2011) *La toma de decisiones y la técnica en los deportes colectivos en alumnos/as de bachillerato*. Actas del I congreso Internacional. Innovaciones en Educación Física. Hacia la inclusión educativa. Murcia – España.

ÁLAMO, J.M., F. Y PINTOR, P.(2002) *El deporte escolar: conquista de nuevos espacios en el mercado laboral*. Revista Española de Educación Física y Deportes, P.4,-10.

ANTON, J.L. (1994). *Balonmano: Metodología y Alto rendimiento*. Barcelona: Paidotribo.

ANTON, J.L. (2001). *Balonmano recreativo, para todos y en cualquier lugar*. Madrid: Gymnos.

ARNOLD, R. :(1981). *Aprendizaje del desarrollo de las habilidades deportivas*. Barcelona: Paidotribo.

ARNOLD, P. (1991) *Educación Física, movimiento y currículo*. Ed. Morata. Madrid

BARCENAS, D. Y ROMÁN, J.D. (1991). *Balonmano, Técnica y Metodología*. Madrid: Gymnos.

BAYER, C. (1986). *La enseñanza de los juegos deportivos colectivos*. Barcelona: Hispano Europea.

BAYER, C. (1987). *Técnica del balonmano. La formación del jugador*. Barcelona: Hispano Europea.

BERNAL, J.A. (2006). *Balonmano*. Sevilla: Wanceulen.

CASTEJÓN, F.J. (1995). *Fundamentos de Iniciación Deportiva y Actividades Físicas Organizadas*. Madrid, España: Dykinson.

- DAZA, G. Y GONZALES, C. (1999). *Unidades didácticas para primaria IX. Mini balonmano*. Barcelona: Inde
- FALKOWSKI, M. (1980) *Balonmano. Reglas de Juego*. Madrid: Librería Dportiva Esteban Sanz.
- GARCÍA ALONSO, F. (2005). *Bases teóricas para la enseñanza de los deportes de equipo*. Salamanca, España: Demiurgo.
- HERNÁNDEZ, J. (Dir.)(2006). *La iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica. Aplicación a la Educación Física Escolar y al Entrenamiento Deportivo*. Barcelona: Inde.
- MONJAS, R. (2006). *La iniciación deportiva en la escuela desde un enfoque comprensivo*. Buenos Aires, Argentina: Miño y Dávila.
- PEREA VILLENA, P.: (2011). Tesis: *La administración de información como labor docente del entrenador de Balonmano: análisis descriptivo en categorías base*. Universidad de Granada.
- TROSSE, H.D. :(1993). *Balonmano. Entrenamiento, técnica y táctica*.
Barcelona:Paidotribo.
- RUIZ OMEÑACA, J. V. (2012). *Nuevas perspectivas para una orientación educativa del deporte*. Madrid, España: Editorial CCS.
- SÁNCHEZ, F, BUÑUELO, F(1992). *Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte*. Gymmos. Madrid.
- SANCHEZ, F. Y TORRESCUA, L.C. (2001). *Guía metodológica del Balonmano*. Madrid: Gymnos.

ANEXOS

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS



EN EL MOMENTO DE REFLEXIÓN

ALUMNOS PREPARÁNDOSE PARA EL CALENTAMIENTO



PREPARÁNDOSE PARA EL CALENTAMIENTO



DESARROLLANDO JUEGOS PRE DEPORTIVOS



DESARROLLANDO JUEGOS PRE DEPORTIVOS



PREPARÁNDOSE PARA LA APLICACIÓN DEL TEST



ALUMNOS PARTICIPANTES DEL PROGRAMA