

Instituto de Educación Superior Pedagógico “José Antonio Encinas”- Tumbes



La Bailo terapia como estrategia ante el Sedentarismo en tiempos de Pandemia en estudiantes del IV Ciclo de la Institución Educativa N° 008 “Jorge Enrique Herrera Zapata”.

Presentado por:

Zarate Rogel Pedro Estiven

Para Optar el Título Profesional de:

Profesor de Educación Física.

Asesor:

Mg; Natividad García Ortiz.

Tumbes – Perú

2020

DEDICATORIA

Con muchas emociones y cada sentimiento bueno dedico este trabajo a mi abuela María Elena Chang quien me inspiro y despertó mi vocación de maestro, a toda mi familia por siempre inculcarme valores, a mi maestra Vilma Cusma quien me enseñó el amor por esta carrera profesional, a mis amigos por su apoyo incondicional y principalmente a mi hermano quien día a día al despertar me contagia de alegría y fuerza para seguir adelante.

JURADO CALIFICADOR



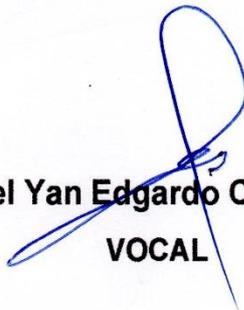
Mag. Armando Alfredo Gonzales Urbina

PRESIDENTE



Lic. Pedro Alberto Quijano Arellano

SECRETARIO



Prof. Manuel Yan Edgardo Córdova Arena

VOCAL

DECLARACIÓN JURADA

Yo Pedro Estiven Zarate Rogel, estudiante del programa de Educación Física del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público “José Antonio Encinas”, identificado con DNI N.º 73859929 con la tesis titulada; La Bailo terapia como estrategia ante el Sedentarismo en tiempos de Pandemia en estudiantes del IV Ciclo de la Institución Educativa N°008 “Jorge Enrique Herrera Zapata”.

Declaro bajo juramento que:

1. El trabajo de Investigación es de mi autoría.
2. He respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por lo tanto, el trabajo no ha sido plagiado ni total ni parcialmente.
3. El trabajo no ha sido auto plagiado; es decir, no ha sido presentado anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.

De identificarse la falta de fraude (datos falsos), plagio (información sin citar autores), o autoplagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido presentado), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a las normas legales vigentes.

Tumbes.....de.....del 2021

.....
Nombres y apellidos
DNI:

.....
Nombres y apellidos
DNI:

ÍNDICE

	Pág.
I.-	
PRESENTACIÓN.....	07
II.- DATOS GENERALES.....	08
2.1. Título de la Investigación.....	08
2.2 Nombre de la Institución.....	08
2.3 Beneficiarios directos e indirectos.....	08
III.-PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA.....	08
3.1. Análisis crítico de la situación problemática.....	08
3.2. Enunciado diagnóstico y pregunta de acción.....	09
3.3. Objetivos.....	09
3.3.1. Objetivo General.....	09
3.3.2. Objetivos Específicos.....	09
IV.- REFERENTES CONCEPTUALES Y APORTES DE EXPERIENCIAS INNOVADORAS.....	10
V.-HIPOTESIS DE ACCIÓN.....	20
5.1. Formulación de Hipótesis de acción.....	20
VI.-PROPUESTA PARA MEJORAR O INNOVAR LA PRACTICA EDUCATIVA EN RELACION A LA SITUACION DESCRITA.....	20
6.1 Objetivos.....	20
6.2 Descripción de la propuesta.....	21
6.3 Desarrollo detallado de las acciones que se realizaron para mejorar la practica en el aula.....	30
6.4 Cronograma de acciones.....	67
6.5 Viabilidad de la propuesta.....	67
6.6 Criterios e indicadores de evaluación de los objetivos de la propuesta.....	68
VII.-RESULTADOS / HALLAZGOS.....	70
VIII.- LECCIONES APRENDIDAS.....	101
IX.- REFERENCIA BIBLIOGRAFICAS.....	103
X.- ANEXOS.....	105

RESUMEN

La presente investigación es el resultado de aplicar una propuesta pedagógica en estos tiempos de pandemia del virus COVID-19, en la que el proceso educativo se desarrolla virtualmente, el problema se determinó a través de la siguiente pregunta: ¿Cómo interviene la bailoterapia ante el sedentarismo en tiempos de pandemia en estudiantes.? esto llevó a proponer el siguiente objetivo identificar la bailoterapia como estrategia ante el sedentarismo en estudiantes del IV ciclo de la Institución Educativa N°008 “Jorge Enrique Herrera Zapata” de Tumbes.

El trabajo es de tipo investigación acción, los instrumentos de gran importancia fue la aplicación de una encuesta de entrada y de salida, para medir el estado en que se encontraban, empezaban y terminaban los estudiantes. Así también se llegó a la conclusión de que la bailoterapia ayuda a mejorar el estado físico y emocional en este tiempo de distanciamiento social, que ha creado estrés, sobrepeso, trastornos y sedentarismo en los estudiantes.

Con los resultados obtenidos a través de encuestas, rubricas de desempeño, listas de cotejo y fichas de metacognición se pudo desarrollar y dar cumplimiento al objetivo.

I. PRESENTACIÓN

La presente investigación se desarrolló con el objetivo de Identificar la bailoterapia como estrategia ante el sedentarismo, en los estudiantes del IV ciclo de primaria de la Institución Educativa N° 008 “Jorge Enrique Herrera Zapata” de Tumbes. Desarrollando las competencias, capacidades y desempeños del área; la presente investigación ha sido elaborado de acuerdo a los lineamientos del Instituto de Educación Superior Pedagógico “José Antonio Encinas” con la finalidad de obtener el título profesional de Profesor de Educación Física.

El Objetivo es que los estudiantes conozcan la empatía, también descubran nuevas emociones, valores, sensaciones y sentimientos para así fortalecer sus valores y potencializar sus habilidades, haciendo que se vuelvan destrezas a través de la música, del baile y del juego, el estudiante sienta el apoyo y la unión familiar siendo un resultado positivo en su vida cotidiana, ya que se han visto afectados por la pandemia COVID – 19.

La presente investigación está estructurada en 7 capítulos distribuidos en el siguiente orden: Datos generales; planteamiento del problema; referentes conceptuales y aportes de experiencias innovadoras; hipótesis de acción; propuesta para mejorar o innovar la práctica educativa en relación con la situación descrita; resultados y lecciones aprendidas.

Debido a la situación sanitaria que está viviendo el mundo entero por la pandemia, la mayoría de países ha implementado nuevas plataformas para brindar una educación segura a todos los estudiantes. En el Perú se creó una plataforma llamada “Aprendo en Casa”, el área de Educación Física rápidamente se colocó como una de las importantes e influyentes áreas en los estudiantes y sus respectivas familias.

Por lo tanto, para lograr los objetivos de mi tesis utilicé diversas estrategias y herramientas virtuales, como también instrumentos seleccionados los cuales me ayudaron a recolectar información relevante para los resultados.

II. DATOS GENERALES:

2.1 .-Título de la investigación:

La bailo terapia como estrategia ante el Sedentarismo en tiempos de Pandemia en estudiantes del IV Ciclo de la Institución Educativa N° 008 “Jorge Enrique Herrera Zapata” Tumbes.

2.2 . -Nombre de la institución:

- ❖ I.E N° 008 “Jorge Enrique Herrera Zapata”

2.3 . -Beneficiarios:

- ❖ Actores directos: Investigador responsable y 55 estudiantes del IV ciclo, de primaria, son 27 mujeres y 28 varones.
- ❖ Actores indirectos: Padres de familia, director y profesor responsable del área, comprometidos con el proyecto de investigación.

III. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

3.1.-Análisis crítico de la situación problemática.

Los efectos del confinamiento en el mundo debido a la pandemia se visualizan en problemas psicológicos, como depresión, fobias o síndrome de estrés post traumático, trastornos que pueden prolongarse durante varios años.

Se observa en el transcurso de estos meses, que la mayoría de las personas en nuestro país se encuentran agobiados debido a las restricciones.

Los estudiantes de la Institución Educativa N° 008 “Jorge Enrique Herrera Zapata” de Tumbes, del IV Ciclo del nivel primario; muestra una gran cantidad de estrés acumulado por su falta de ejercitación física, a pesar de ejecutar movimientos de educación física en casa, les hace falta motivación, por lo que se ha buscado una alternativa concreta.

Motivarlos a través de videos donde se ejecute la bailoterapia con mucha alegría y en forma de juego, compartir dichos conocimientos como herramienta pedagógica.

Desarrollar como estrategia la bailo terapia, para disminuir el sedentarismo en cada uno de los estudiantes y por qué no, también en los padres de familia.

3.2.- Enunciado diagnóstico y pregunta de acción.

Para poder determinar un enunciado o diagnóstico en mi investigación, determine aplicar dos encuestas una de ellas corresponde a la encuesta de entrada esto se da al inicio y la otra de salida que se da al finalizar el proyecto.

La realidad de la situación en la actualidad nos obliga a estar en repetitivos espacios muchos de ellos pequeños y nos obliga a tener estrés, la clave para que los estudiantes de IV ciclo reduzcan el estrés, es trabajar bailando cada una de las clases virtuales realizadas, viviendo con alegría y no preocupaciones, así podrán olvidar las tristezas en este tiempo de pandemia.

En esta experiencia de investigador en mi práctica pre profesional donde estoy viviendo una crisis generada por la situación de COVID - 19, me planteo la siguiente interrogante como un llamado a la realización de mi trabajo de investigación.

¿Cómo interviene la bailoterapia ante el sedentarismo en tiempos de pandemia en estudiantes del IV ciclo de la Institución Educativa N° 008 “Jorge Enrique Herrera Zapata” de Tumbes?

3.3. - Objetivos de la investigación.

3.3.1 Objetivo general:

- Aplicar la Bailo terapia como estrategia ante el sedentarismo, en los estudiantes del IV ciclo de primaria de la Institución Educativa N° 008 “Jorge Enrique Herrera Zapata” de Tumbes.

3.3.2 Objetivos específicos:

- Motivar a los estudiantes mediante videos a ejercitarse físicamente a través de la bailoterapia.

- Identificar los movimientos de la bailo terapia en la práctica del ejercicio físico y poder mejorar o erradicar el sedentarismo.
- Determinar la efectividad de la bailo terapia en su forma de expresión gestual, emocional y de movimiento, para la mejora de su salud.
- Utilizar técnicas de respiración, para mejorar el sistema cardiovascular.

IV. REFERENTES CONCEPTUALES Y APORTES EXPERIENCIAS INNOVADORAS

Bailoterapia:

(“¿Qué es Bailoterapia? » Su Definición y Significado [2020],” n.d.) La Bailoterapia es una técnica que consiste en ejercitarse mientras bailas. Es una mezcla entre el cuerpo y la música, llegando a descubrir nuevas emociones, sensaciones, sentimientos y deseos que van a estar presentes en muchos momentos del ciclo vital.

Sin un género en particular se usan los ritmos latinos, merengues, salsa, samba, hip hop y reguetón. Esta disciplina de ejercicios combinados con el baile permite que el cuerpo se relaje y al ritmo de la música se pueda compartir, disfrutar, liberar estrés, relajarse y mejorar la figura. Una particularidad de la bailo terapia es que se puede realizar en interiores o exteriores, es decir, puede practicarse desde su propia casa.

La bailoterapia es una combinación de deporte, música y el melodioso ritmo que está presente en cada una de las personas que disfrutan de esta disciplina. Esta modalidad se ha convertido en uno de los deportes más populares en los últimos tiempos, por sus novedosos bailes, los modernos ritmos, la libertad y soltura de los cuerpos al bailar. Es una forma divertida de ejercitarse y mantenerse en forma. El sonido y su energía acceden a la conciencia del ser humano y tienen un potencial efecto de curación para ciertas dolencias.

Las sesiones de bailo terapia pueden durar una hora o hasta que nuestro cuerpo necesite descansar.

Sedentarismo:

De acuerdo a lo que manifiesta la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el año 2012, el sedentarismo es la falta de actividad física regular, definida como

menos de 30 minutos diarios de ejercicio regular y menos de 3 días a la semana. (Peru, 2020) Con la ayuda de la Resolución Viceministerial N° 093-2020-MNEDU; que sustenta las Orientaciones Pedagógicas para el servicio educativo de La EBR el objetivo es brindar a los docentes, directivos y otros actores educativos, orientaciones pedagógicas para la reprogramación curricular del servicio educativo durante el año 2020 en el marco de la implementación del Currículo Nacional de la Educación Básica y en el contexto de la emergencia sanitaria generada por el coronavirus COVID - 19. Esta reprogramación articula la modalidad a distancia y la presencial en el marco de la estrategia “Aprendo en casa” o de aquella estrategia de educación a distancia definida por la institución educativa o programa educativo privado.

(Salud, 2020) La bailoterapia tuvo sus inicios en Europa extendiéndose a los demás continentes particularmente a Latinoamérica, donde sus países a través de esta disciplina reflejan sus culturas y expresiones artísticas. En ella se refleja una mezcla entre la gimnasia aeróbica y pasos de danza latinoamericana para lo cual se enseñan pasos de la música latina.

Para realizar a una sesión de bailoterapia solo se necesita:

- ❖ Ganas de querer hacerlo sin importar si se sabe bailar o no.
- ❖ Querer divertirse.
- ❖ Vestir cómodamente y con zapatos adecuados.

Alguno de los ejercicios desarrollados durante una bailoterapia es:

- ❖ Paso hop.
- ❖ Marcha.
- ❖ Piernas separadas.
- ❖ Paso cruzado.
- ❖ Rodillas al pecho.

Fortalece las relaciones personales.

Eleva la producción de anticuerpos evitando enfermedades y desarrolla células que defienden el cuerpo contra la enfermedad como el cáncer.

Cada faena de bailoterapia requiere unos minutos de calentamiento al comenzar y terminar los ejercicios, podemos complementar estas actividades con ejercicios de respiración y meditación.

La bailoterapia se convierte en una actividad retadora, en particular para las personas que no son muy dominantes del baile, cada sesión significa un aprendizaje, al mismo tiempo que se ejercitan. Seguir la rutina del instructor exige de un esfuerzo físico y concentración al igual que destrezas con los movimientos. El cumplir paso a paso con las instrucciones y lograr los movimientos y ritmos, genera en las personas un sentimiento de satisfacción y entusiasmo por lograr las metas planteadas. Siendo lo más importante mantenerse activo, con un cuerpo y mente sana.

Se fortalece el corazón

(“10 beneficios del baile para la salud,” 2019) Ayuda al corazón a mantenerse fuerte al aumentar el ritmo cardíaco y mejorar la capacidad pulmonar.

Aumenta tu memoria

(“10 beneficios del baile para la salud,” 2019) El baile puede ayudar a revertir la pérdida de volumen en el hipocampo, la parte del cerebro que controla la memoria, lo que evitaría padecer de demencia senil, según un estudio publicado en el New England Journal of Medicine. Cuando aprendemos rutinas de baile, mejora la memoria y la habilidad de realizar varias tareas al mismo tiempo.

Aliado en la pérdida de peso

(“10 beneficios del baile para la salud,” 2019) La pérdida de peso es otro de los beneficios del baile. Un estudio publicado en el Journal of Physiological Anthropology encontró que bailar es tan útil para la pérdida de peso y el aumento de la potencia aeróbica como el ciclismo. Se calcula que en media hora de baile constante se pueden quemar entre 200 y 400 calorías.

Flexibilidad, fuerza y resistencia

(“10 beneficios del baile para la salud,” 2019) El baile mejora destrezas y habilidades que son muy importantes para la salud en general. La flexibilidad, fuerza y resistencia que se adquieren con el baile ayudan a mantener el cuerpo libre de lesiones. Un estudio de la Universidad de Washington mostró que bailar tango resultó ser mejor que otros ejercicios para mejorar la capacidad de movimiento en pacientes con Parkinson.

Aumenta el nivel de energía

(“10 beneficios del baile para la salud,” 2019) Bailar es una actividad que mucha

gente piensa que está destinada a hacerse con amigos en fiestas. Sin embargo, un estudio publicado en el The Scholarly Publishing and Academic Resources Coalition reveló que una clase de baile a la semana mejora el rendimiento físico y aumenta los niveles de energía.

Expresión Corporal:

(Rosello, 2015). La expresión corporal o también lenguaje corporal es una de las formas básicas para la comunicación no verbal. A veces los gestos o movimientos de las manos o los brazos pueden ser una guía de sus pensamientos o emociones subconscientes. Las palabras se usan para establecer y mantener relaciones personales, mientras que las señales no verbales se utilizan para comunicar información acerca de los sucesos externos.

Es para expresarse de una manera creativa, se refiere a la expresión con las manos que realizan las personas. El movimiento corporal se puede explicar como un modo de expresión universal el cual es el resultado de la acción de nuestro pensamiento creativo utilizando nuestro cuerpo como medio de comunicación; el movimiento corporal propicia una buena salud y una alta autoestima.

Con material educativo, la expresión corporal se refiere al movimiento, con el propósito de favorecer los procesos de aprendizaje, estructurar el esquema corporal, construir una apropiada imagen de sí mismo, mejorar la comunicación y desarrollar la creatividad. Su objeto de estudio es la corporalidad comunicativa en una relación: estar en movimiento en un tiempo, un espacio y con una energía determinada. Las estrategias para su aprendizaje se basan en el juego, la imitación, la experimentación y la imaginación. Estos procesos son los que se ponen en juego para el desarrollo de la creatividad expresiva, aplicada a cualquiera de los lenguajes. Como tal, ofrece a los educadores una amplia gama de posibilidades en su trabajo específico además da la libertad de expresarse libremente lo cual es un buen progreso para el desarrollo de la sociedad en general.

Ritmos a utilizar en la Bailoterapia

(“Axé,” 2015) El axé (pronunciado ashé en español) es un movimiento musical muy popular, surgido en el estado de Bahía (Brasil), que se inició en la década de 1980 y que alcanzó la madurez en la década siguiente. Axé es una palabra en

idioma yoruba cuyo significado es 'energía positiva' y 'fuerza vital'.

Esta música se expandió rápidamente por todo Brasil y por gran parte de América principalmente en Chile, Ecuador, Paraguay, Perú y Uruguay, este se destaca por su capacidad para transmitir alegría y movilizar a la gente hacia las pistas de baile. (Salazar, 2015) La salsa es un género musicalailable resultante de la síntesis del son cubano y otros géneros de música caribeña, con el jazz y otros ritmos estadounidenses.

Reguetón: El reguetón o reggaetón es un género musical que se deriva del reggae y del dancehall, así como elementos principalmente del hip hop, y la música hispana. Es un género musical muy popular hasta hoy día, que tuvo su apogeo máximo en los años 2000 y 2010.

(Chang, 2000) El hip hop es una cultura originada en el sur del Bronx y Harlem, en la ciudad de Nueva York, entre jóvenes afroamericanos y puertorriqueños en Estados Unidos durante la década de 1970. Si bien el término hip hop o rap se usa a menudo para referirse al estilo musical y al estilo de vida, se considera que el hip hop no solo se circunscribe al ámbito musical y por el contrario consta de cuatro principales elementos: rap (oral: recitar o cantar), turntablism o "DJing" (auditiva o musical), breaking (físico: baile) y graffiti (visual: pintura). A pesar de sus variados y contrastados métodos de ejecución, se asocian fácilmente con la pobreza y la violencia que subyace al contexto histórico que dio nacimiento a la subcultura, hay un florecimiento de diversos estilos en cada uno de los cuatro elementos, adaptándose a los nuevos contextos en los que se ha inmerso el hip hop, sin desligarse de los principios fundamentales, los cuales proporcionan estabilidad y coherencia a la cultura.

(Pérez de Cuello, 2020) El merengue es un género musicalailable originado en la República Dominicana a finales del siglo XIX. Es muy popular en todo el continente americano, donde es considerado, junto con la salsa, como uno de los grandes géneros musicalesailables que distinguen el género latinoamericano. También es muy popular en parte de Europa, como España, entre otras latitudes. El merengue fue inscrito el 30 de noviembre del 2016 en la lista representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad de la Unesco.

(Tejada, 2000) La bachata es un género musicalailable originario de

la República Dominicana, dentro de lo que se denomina folclore urbano. Está considerado como un derivado del bolero rítmico, con influencias de otros estilos como el son cubano y el merengue.

(De Stefano, 2005) La samba es un género musical de raíces africanas surgido en Brasil, del cual deriva un tipo de danza. Es una de las principales manifestaciones de la cultura popular brasileña y un símbolo de la identidad nacional.

(Carmen, 2019) Los ejercicios de respiración son una herramienta muy útil: tanto para la reducción del estrés, control de la ansiedad, dejar pasar la ira y aclarar las ideas, conciliar el sueño, mejorar la concentración, tener mejor resistencia y nuestros pulmones funcionen mejor. etc. La práctica regular es extremadamente beneficiosa de hecho, no sólo son útiles cuando ya estamos en un nivel alto de estrés, saturación o nerviosismo; la práctica regular de pequeños momentos de «paréntesis» durante el día en los que parar y respirar es muy provechosa.

(Coral, 2017) Siendo a la vez un arte y un deporte, el baile llama la atención por su originalidad y su excentricidad. Según Einstein, esta doble vertiente hace del baile una actividad casi divina: ¡hazte un sitio en el panteón de los bailarines!

(Albert Einstein, 2019) *“A todo el mundo le da igual tu habilidad para bailar bien. Levántate y baile. Los grandes bailarines lo son gracias a su pasión”*

(Martha Graham, 2019) *“¿Te has fijado ya en la diferencia entre la personalidad de un bailarín y su comportamiento sobre el escenario? Para muchos coreógrafos, el baile es una auténtica herramienta para desvelar la propia personalidad más allá de la timidez y la ansiedad. ¡Prepárate para no reconocerte una vez que te dejes llevar en la pista de baile!”*

(Friedrich Nietzsche, 2019) *“Destaca la necesidad que tiene un apasionado por el baile de practicar cada día su arte. Para pasar de un nivel elemental a un nivel intermedio o avanzado, ¡piensa en realizar algunos pasos de baile cada día!”*

(Hervé Koubi, 2019) “*¿La ventaja de practicar el baile? La posibilidad de ejercer tu arte en un estudio de baile, pero también en casa, en un club de baile o durante una velada. El baile no tiene límites: por regla general, no es obligatorio tener mucho equipamiento deportivo para trabajar los movimientos.*”

(Paulo Coelho, 2019) “*¡Los adeptos al baile pueden darse el lujo de revelarse gracias a su arte! Muchos psicólogos creen que el cuerpo posee una inteligencia propia que refleja la auténtica personalidad del bailarín. Bailar permite transmitir un mensaje y expresar sentimientos como la alegría, la cólera o la frustración. Si no puedes decirlo, ¡exprésalo con la música!*”

(William Stafford, 2019) “*Contrariamente a los adultos, los más peques no tienen en cuenta la mirada ajena y no dudan en ponerse a bailar con toda naturalidad. Los niños podrán trabajar su técnica y ser adeptos al deporte.*”

EXPERIENCIAS INNOVADORAS:

INTERNACIONAL

- ❖ Solís (2017) *La Bailo Terapia Infantil en el Desarrollo de la Inteligencia Emocional de los Niños y Niñas de Segundo Año de Educación Básica de la Unidad Educativa Fiscomisional “San Vicente de Paúl, Cantón Riobamba, Provincia de Chimborazo.*

Investigación Descriptiva.

Objetivos: Presentar actividades para el desarrollo de la Inteligencia Emocional mediante el Diseño y aplicación de la Guía de Bailo-terapia de los niños y niñas del Segundo Año de Educación Básica de la Unidad Educativa Fisco-misional “San Vicente de Paúl”, cantón Riobamba, provincia de Chimborazo. Período 2016.

Metodológicamente se trató de una investigación cuasi-experimental, de tipo bibliográfica y de laboratorio. La población participante estuvo constituida por 124

estudiantes del segundo año de Educación Básica. Se emplearon métodos generales como, el hipotético-deductivo, el inductivo - deductivo, y el analítico-sintético; los mismos que partieron de la observación, un sustento teórico, el establecimiento y comprobación de la hipótesis, estableciendo las respectivas conclusiones y recomendaciones. Se utilizó la técnica de la observación y el instrumento fue la ficha de observación conformada por parámetros de medición que permitirán estudiar y encontrar la relación entre ambas variables de estudio. Además, al implementar la Guía de Bailo-terapia para desarrollar la inteligencia emocional, se concluye que tanto docentes como padres de familia desconocían la manera más apropiada para desarrollar la inteligencia emocional en los niños y niñas, por lo que estos no podían adaptarse al entorno educativo surgiendo diferentes problemáticas en su aprendizaje y convivencia diaria con sus compañeros al no poder expresarse cómodamente.

- ❖ De la A Saldarriaga. (2013 – 2014) La Bailo terapia para Mejorar la Coordinación Motriz y el Estado de Ánimo de los Estudiantes de 6to a 7mo° Año de Educación Básica de la Unidad Educativa” Liceo Acrópolis”. Guayaquil – Ecuador.

Objetivo General: Motivar a los alumnos a que obtengan un mejoramiento en la coordinación motriz utilizando los diferentes ritmos musicales que se dan en clases impartidas de Bailoterapia.

La población de la unidad educativa en que se aplicará la investigación está compuesta por 60 estudiantes 10 a 13 años. Tomaremos en cuenta a los docentes una población de 12. Mas los padres de familia 60.

Para establecer la muestra se ha tomado en consideración a toda la población ya que por ser una cantidad pequeña se puede tomar toda la propias de una problemática compleja, y anhelando se fijen expectativas favorables con una solución, que deberá involucrar a todos los que conforman la Unidad Educativa Liceo “ACRÓPOLIS”.

Conclusiones:

Se detectaron una serie de deficiencias que incidían negativamente en la calidad de vida de los practicantes, destacándose fundamentalmente la insatisfacción y desmotivación por las clases que recibían, así como la invariabilidad en el empleo de los estilos de clases existentes y la poca efectividad de las mismas.

- a) Dentro de las instituciones educativas existen muchos problemas que necesitan ser resueltos con propuestas parecidas.
- b) La problemática es reconocida pero muchas veces no es tratada por la falta de aceptación de todos los integrantes de la comunidad educativa.
- c) Los procesos educativos cada vez son más cerrados creando limitantes que son insalvables.

NACIONAL

- ❖ Sanango (2015) *Implementación de un Programa Estructurado de Bailoterapia, para reducir los niveles de Sedentarismo en las familias de la Parroquia Nazón 2014-2015* "(Tesis de Licenciado en Cultura Física, Cuenca-Ecuador).

Objetivo General:

Reducir los niveles de sedentarismo, mediante la implementación de un programa estructurado de bailoterapia, para aportar en el mejoramiento de la calidad de vida de la población de la parroquia Nazón.

Al obtener la muestra que es 335 habitantes, se procedió a la elaboración de las encuestas con parámetros que nos ayudaron a conocer el nivel de actividad física de las personas de la parroquia Nazón e interpretar los resultados en base a la definición sobre sedentarismo que establece la Organización Mundial de la Salud.

Conclusiones:

Se cumplieron todos los objetivos planteados y obteniendo algunos resultados esperados, con este programa de ejercicios se involucró de forma directa a las familias de esta parroquia mejorando su calidad de vida y venciendo a miedos o vergüenzas al realizar esta actividad como es el baile.

El programa de ejercicios físicos aplicado constituye una herramienta que les brinda a las personas con problemas de estado físico, sedentarismo o sobrepeso,

de mejorar sus condiciones físicas de manera integral para tener una vida más activa y saludable.

Los programas de ejercicios ayudan a mantener un cuerpo equilibrado con la salud, más que un problema estético, es un problema de salud pública internacional.

- ❖ Ccaccasaca(2017).en su tesis, Efecto de la Danzaterapia en la Autoestima del Adulto Mayor del Establecimiento de Salud La Revolución, Juliaca, 2016.

Objetivo general:

La investigación, se realizó con el objetivo de determinar el efecto de la danzaterapia en la autoestima del adulto mayor del Establecimiento de Salud La Revolución -Juliaca- 2016.

Estudio de tipo pre - experimental con diseño pre y post test con un solo grupo, con muestreo no probabilístico y por conveniencia, la población estuvo conformado por 71 adultos mayores y la muestra por 28 adultos mayores con autoestima baja.

Se concluye que la danzaterapia fue efectiva en mejorar la autoestima del adulto mayor

REGIONAL

- ❖ Cruz (2019) en su tesis La actividad física en la infancia. Universidad Nacional de Tumbes.

La actividad física se define como un movimiento corporal producido por la acción muscular voluntaria que aumenta el gasto de energía. Se trata de un término amplio que engloba el concepto de ejercicio físico” (Ministerio de Sanidad y Consumo y Ministerio de Educación y Ciencia, s.f)

Conclusiones:

La práctica constante del deporte y tener una actividad física desde la infancia mejora significativamente nuestro desarrollo orgánico del cuerpo y en consecuencia una mejora sustancial para nuestra salud. Los diferentes actores educativos (padres, maestros, sociedad en su conjunto) deben promover desde su espacio, actividades para desarrollar la actividad física, siendo una manera de desarrollar hábitos saludables dignos de imitar por los niños.

Las escuelas públicas y privadas deben fomentar la práctica del deporte constante como una herramienta básica para contribuir a erradicar de forma más directa con la vida sedentaria de millones de niños.

Tumbes-2018, la muestra de estudio fueron 60 adultos mayores.

V. HIPOTESIS DE ACCIÓN

5.1 Formulación de Hipótesis de Acción

La aplicación de la bailoterapia, disminuirá significativamente los problemas del sedentarismo; las emociones, la respiración y la expresión corporal que produce la PANDEMIA COVID 19, en los estudiantes del IV ciclo de la Institución Educativa N° 008 “Jorge Enrique Herrera Zapata” de la Región de Tumbes.

VI. PROPUESTA PARA MEJORAR O INNOVAR LA PRACTICA EDUCATIVA EN RELACIÓN A LA SITUACIÓN DESCRITA.

6.1. - Objetivos

Inicio

- ❖ Desarrollar una encuesta para medir el nivel de expresión corporal, emocional y la práctica de actividad física.
- ❖ Organización de estrategias de Bailoterapia, para potenciar el estado físico y mental del estudiante.
- ❖ Selección y elaboración de materiales para el desarrollo de la Bailoterapia.
- ❖ Elaboración de una lista de control para la evaluación del aprendizaje de la Bailoterapia desarrollando cuerpo y mente.
- ❖ Desarrollo de sesiones incluyendo la Bailoterapia, para erradicar el sedentarismo, potenciar el desarrollo físico y el estado emocional del estudiante.

Desarrollo:

Indicadores de Proceso

- ❖ Obtener respuestas sobre la información adquirida; motoras, cognitivas y emocionales.
- ❖ Estrategias se desarrollaron enfocadas en la mejora corporal y mental de

los estudiantes.

- ❖ Materiales oportunos para lograr el propósito en cada sesión de aprendizaje.
- ❖ Proceso de monitoreo y evaluación pertinente.
- ❖ Los estudiantes lograron erradicar el sedentarismo, potenciar su desarrollo físico y mental.

Cierre:

Fuente de Verificación

- ❖ Sesiones de Aprendizaje.
- ❖ Aplicación de la encuesta.
- ❖ Aptitud de los estudiantes, demostraciones y comentarios.
- ❖ Fichas de registro de la información.

6.2. Descripción de la propuesta:

- ❖ Disminuir el sedentarismo a través de la bailoterapia utilizando diversos ritmos musicales mejorando, su expresión corporal, de los estudiantes del IV ciclo de primaria de la “Institución Educativa N° 008 “Jorge Enrique Herrera Zapata” de Tumbes en el año 2020.
- ❖ Darle valor a la Bailo terapia como Estrategia Pedagógica. En las sesiones de aprendizaje, a través del programa “aprendo en casa”.

**PROPUESTA DE ACTIVIDADES PARA TRABAJAR COMPETENCIAS, CAPACIDADES Y DESEMPEÑOS DE ACUERDO AL
PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD DEL JUEGO	PROCEDIMIENTO	COMPETENCIA Y CAPACIDAD	DESEMPEÑO	CONOCIMIENTO
<p align="center">AL RITMO DE LA MUSICA EXPRESAMOS NUESTROS SENTIMIENTOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Los estudiantes estiran el cuerpo con movimientos fáciles. ❖ Calentamiento al ritmo de un tema musical. ❖ Deben colocar en el equipo de sonido canciones ya propuestas que tienen de características varios sentimientos. ❖ Empiezan a bailar con pasos propios. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. ❖ Se expresa corporalmente. 	<p align="center">TERCER GRADO</p> <p>Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.</p> <p align="center">CUARTO GRADO</p> <p>Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.</p>	<p>Los estudiantes expresaran sus sentimientos, eliminando el estrés acumulado.</p>
<p align="center">ME MUEVO CON ALEGRÍA AL RITMO DE LA MÚSICA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Los estudiantes deben bailar un tema musical alegre llamado “Danza Kuduro”. ❖ Luego escogerán otros ritmos musicales. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. ❖ Se expresa corporalmente. 	<p align="center">TERCER GRADO</p> <p>Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Los estudiantes bailando al ritmo de la música continúan con el proceso de eliminar el estrés y la tristeza.

			<p>CUARTO GRADO Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Activan la actividad física.
<p>EXPLORO MIS MOVIMIENTOS SIGUIENDO EL RITMO</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Los estudiantes colocan un tema musical donde ejecutan movimientos ya aprendidos y movimientos que ellos puedan crear. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. ❖ Se expresa corporalmente. 	<p>TERCER GRADO Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.</p> <p>CUARTO GRADO Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Los estudiantes conocen nuevos ritmos. ❖ Activan sus movimientos al crear lo propio.
<p>IMITO LAS CARACTERÍSTICAS DE LOS ANIMALES</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Los estudiantes deben de tener una canción titulada animales de los intérpretes Hi5. ❖ Luego presionar play a la música y seguir todas las indicaciones que les dice la canción. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. ❖ Se expresa corporalmente. 	<p>TERCER GRADO Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.</p> <p>CUARTO GRADO Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones,</p>	<p>Los estudiantes divirtiéndose bailando aprenden a cuidar más a los seres vivos. Y expresarse mejor su corporeidad.</p>

			sentimientos y pensamientos en la actividad física.	
COMPARTIMOS NUESTRA DIVERSIDAD CULTURAL	Los estudiantes ejecutarán movimientos que ya conocen con mucha alegría y agilidad con el tema musical “Cosecha del plátano” la cual es una danza de nuestro Departamento.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. ❖ Se expresa corporalmente. 	<p>TERCER GRADO Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.</p> <p>CUARTO GRADO Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.</p>	Los estudiantes al descubrir que son capaces de representar con ritmo la cultura de nuestro pueblo, tendrán más motivación de vencer el estrés acumulado a través del baile.
REPRESENTAMOS CON RITMO LA CULTURA DE NUESTRO PUEBLO	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Compartirán acerca de la diversidad cultural de nuestro país informándose sobre la historia. ❖ Bailarán al ritmo de huayno, festejo y danza de tijeras. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. ❖ Se expresa corporalmente. 	<p>TERCER GRADO Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.</p> <p>CUARTO GRADO Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Los estudiantes al conocer la bella diversidad cultural que tiene nuestro país se motivaran a seguir con la bailo terapia. ❖ Ponen de manifiesto su actividad física a través de los diferentes

<p>DISEÑAMOS LA COREOGRAFIA QUE IDENTIFICA A NUESTRO PUEBLO.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Los estudiantes diseñaran su propia secuencia de movimientos con pasos que ya conocen. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. ❖ Se expresa corporalmente. 	<p>TERCER GRADO Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.</p> <p>CUARTO GRADO Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.</p>	<p>movimientos.</p> <p>Los estudiantes al descubrir que son capaces de crear y representar con ritmo la cultura de nuestro pueblo, tendrán más motivación de desarrollar la actividad física. a través del baile.</p>
<p>ME MUEVO AL RITMO DE LA MUSICA DE MI PUEBLO.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Los estudiantes deben calentar al ritmo de festejo y huayno. ❖ Deberán bailar con mucha agilidad, fuerza, alegría y elegancia al ritmo de festejo. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. ❖ Se expresa corporalmente. 	<p>TERCER GRADO Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.</p> <p>CUARTO GRADO Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.</p>	<p>Motivados al máximo los estudiantes logran divertirse con los miembros de su familia celebrando las fiestas de nuestro bello país.</p>

<p>REALIZAMOS UNA RUTINA DE EJERCICIOS FISICOS PARA EL CUIDADO DE NUESTRA SALUD.</p>	<p>Los estudiantes al ritmo de música, realizarán repeticiones de 6 ejercicios:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Mariposa ❖ Skipping ❖ Rodillas elevadas ❖ Sentadillas extremas ❖ Triple de brazos ❖ Polichinelas <p>Deben ejecutar los ejercicios desde los más simples hasta los más complejos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Asume una vida saludable. ❖ Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. 	<p>TERCER GRADO Explica la importancia de calentamiento y de la atención, concentración y motivación, que lo ayuda a estar predispuesto a la actividad.</p> <p>CUARTO GRADO Selecciona actividades para la activación corporal y psicológica antes de la actividad, e identifica en sí mismo las variaciones en la frecuencia cardiaca y respiratoria con relación a los diferentes niveles de esfuerzo en la práctica de actividades lúdicas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Crear y poner en práctica una rutina de movimientos les permitirá a los estudiantes desarrollar su imaginación y ejercitarse. ❖ Al dialogar y participar con los miembros de su familia, estarán poniendo en práctica la actividad física que favorece su salud. Y los valores.
<p>BAILANDO A CIEGAS AL RITMO DE LA MUSICA.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Los estudiantes deberán conseguir un pedazo de tela. ❖ Con la ayuda de un familiar colocarse el pedazo de tela y ponerse a bailar en un espacio amplio. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. ❖ Se expresa corporalmente. 	<p>TERCER GRADO Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para expresarse corporalmente a través de la música.</p> <p>CUARTO GRADO Utiliza lenguaje corporal para</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Lograr el reto de bailar a ciegas hará que despierten nuevas emociones y nuevos sentimientos reforzando sus

			expresar su forma particular de moverse, creando secuencias sencillas de movimientos relacionados con el ritmo y la música.	valores. ❖ Reflexión sobre el tema desarrollado los estudiantes aprenderán que existen personas con habilidades y destrezas diferentes.
SIN ESCUCHAR BAILO AL RITMO DE MI CORAZON	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Los estudiantes deberán colocarse audífonos con la música muy alta y con la ayuda de un familiar coloran una música en el equipo de sonido que solo el familiar sabrá cuál es y este mismo mostrara una hoja con el sentimiento que representa la canción del equipo. ❖ Bailarán siguiendo el ritmo de su corazón. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ . Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. ❖ Se expresa corporalmente. 	<p style="text-align: center;">TERCER GRADO</p> <p>Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para expresarse corporalmente a través de la música.</p> <p style="text-align: center;">CUARTO GRADO</p> <p>Utiliza lenguaje corporal para expresar su forma particular de moverse, creando secuencias sencillas de movimientos relacionados con el ritmo y la música.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Lograr el reto de bailar sin audición hará que los estudiantes se diviertan mucho y sientan más los latidos de su corazón. ❖ Descubrirán nuevas emociones y nuevos sentimientos reforzando su respiración la forma de inhalar y exhalar.

<p>INTERPRETO A MI ARTISTA FAVORITO</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Los estudiantes deberán interpretar a su artista favorito, buscar los elementos característicos y disfrazarse. ❖ Empezaran a bailar ejecutando un divertido playback. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. ❖ Se expresa corporalmente. 	<p>TERCER GRADO Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para expresarse corporalmente a través de la música.</p> <p>CUARTO GRADO Utiliza lenguaje corporal para expresar su forma particular de moverse, creando secuencias sencillas de movimientos relacionados con el ritmo y la música.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Al interpretar a su artista favorito, los estudiantes se divertirán mucho eliminando el estrés completamente. ❖ Los estudiantes lograrán expresar buenos sentimientos, emociones, valores y activar diversos movimientos. a todos los observadores.
<p>FUSIONO RITMOS PARA BAILAR EN FAMILIA.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Los estudiantes deberán invitar a todos sus familiares y juntos bailar canciones enérgicas ya seleccionadas. ❖ Controlar la respiración. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. ❖ Se expresa corporalmente. 	<p>TERCER GRADO Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para expresarse corporalmente a través de la música.</p> <p>CUARTO GRADO Utiliza lenguaje corporal para expresar su forma particular de moverse, creando secuencias</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Los estudiantes se divertirán mucho bailando con todos los miembros de su familia eliminando el estrés completamente. ❖ Descubrirán que todos

			sencillas de movimientos relacionados con el ritmo y la música.	pueden bailar. ❖ Los estudiantes lograrán expresar y sentirse muy bien, poniendo en práctica diversos movimientos.
--	--	--	---	---

6.3 Desarrollo detallado de las acciones que se realizaron para mejorar la practica en el aula.

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 1

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. **Institución Educativa:** N° 008 “JORGE ENRIQUE HERRERA ZAPATA” – TUMBES.
2. **Área:** Educación Física.
- 3- **Profesor:** Pedro Estiven Zarate Rogel
1. **Ciclo:** IV
2. **Grado y Sección:** Tercer y cuarto grado / sección única.

II. TITULO DE LA SESION: EXPRESO MIS EMOCIONES A TRAVÉS DEL CUERPO.

III. PROPOSITO: Iniciar con el proceso de eliminar el estrés acumulado, bailando expresando emociones al ritmo de la música.

COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	
		Tercer grado	Cuarto Grado
. Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	. Se expresa corporalmente.	. Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.	. Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.

EVIDENCIAS	INSTRUMENTOS DE EVALUACION
. Los estudiantes al ritmo de la música expresan sus sentimientos, eliminando el estrés acumulado. (videos, imágenes etc.).	. Rubrica de desempeño

ENFOQUES TRANSVERSALES	ACTITUDES Y ACCIONES OBSERVABLES
. Igualdad de género	<ul style="list-style-type: none"> • Docentes y estudiantes no hacen distinciones discriminatorias entre varones y mujeres. • Docentes fomentan una valoración sana y respetuosa del cuerpo e integridad de las personas.
MATERIALES	
<ul style="list-style-type: none"> • INTERNET • CELULAR • MUSICA 	

MOMENTOS DE LA SESION DE APRENDIZAJE

MOMENTOS	ACTIVIDADES
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida a la clase. • Agradecemos a Dios por bendecirnos en los momentos complicados que estamos viviendo actualmente. • Presentación del profesor. • Damos a conocer el propósito de la clase y explicamos rápidamente de lo que se ejecutara. • Al ritmo de la música expresamos algunas de las emociones que sentimos como la tristeza, fuerza y alegría. • Presentamos a nuestros acompañantes de la clase. • Recordamos que siempre debemos de tener nuestra botella de agua antes de empezar con ejercicios físicos. • Estiramos nuestro cuerpo: levantando los brazos, moviendo la cabeza, girando la cintura, tratando de tocar las puntas de los pies con las manos sin doblar las rodillas, etc. • Calentamos con una canción titulada “Me muevo para aquí” la cual trata de hacer movimientos muy fáciles con todas las partes de nuestro cuerpo.
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación. • Buscamos la canción ya escogida “Danza Kuduro” que es muy alegre. • Invitamos a los miembros de nuestra familia a formar parte de esta bailoterapia. • Sin música vamos a practicar los pasos ya establecidos: separamos un poco las piernas, doblamos las rodillas,

	<p>doblamos el brazo derecho que la mano llegue al nivel del pecho y levantamos la pierna derecha y pisamos 3 veces, luego moviendo las muñecas a la altura del pecho invitamos a bailar a los que se quedaron sentados y todavía no quieren bailar, retrocediendo doblemente hacia la derecha y luego hacia la izquierda, terminamos hacia la derecha y repetimos el primer paso.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Caminamos hacia la derecha en 3 pasos; derecha, izquierda, derecha y ejecutamos un aplauso levantando las manos sobre el hombro derecho luego caminamos hacia la izquierda con 3 pasos; izquierda, derecha, izquierda y aplaudimos 1 vez levantando los brazos sobre el hombro izquierdo; este ejercicio se repite 5 veces y giramos hacia la izquierda con una vuelta entera. • Ejecutamos polichinelas en 2 serias de 8 cada una. • En posición de pie levantamos la rodilla derecha hacia el abdomen y al mismo tiempo bajamos los brazos cerrando los puños, por lo que luego tenemos que levantar los brazos para poder levantar la rodilla izquierda hacia el abdomen y los brazos puedan estar rectos, esto se repite 8 veces en 2 series.
<p>CIERRE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Seguir todas las recomendaciones que ya conocemos, para evitar adquirir el virus: <ol style="list-style-type: none"> 1. Lavarnos las manos varias veces durante el día. 2. Evitar salir de casa. 3. Evitar tocar superficies fuera de casa. • Nos despedimos con una sonrisa.

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 2

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. **Institución Educativa:** N° 008 “JORGE ENRIQUE HERRERA ZAPATA” – TUMBES.
2. **Área:** Educación Física.
3. **Profesor:** Pedro Estiven Zarate Rogel
4. **Ciclo:** IV
5. **Grado y Sección:** Tercer y cuarto grado / sección única.

II. TITULO DE LA SESION: ME MUEVO CON ALEGRIA AL RITMO DE LA MUSICA.

III. PROPOSITO: Continuar con el proceso de eliminar el estrés y tristeza acumulada.

COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	
		Tercer grado	Cuarto Grado
. Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	. Se expresa corporalmente.	. Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.	. Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.

EVIDENCIAS	INSTRUMENTOS DE EVALUACION
. Los estudiantes bailando al ritmo de la música continúan con el proceso de eliminar el estrés y la tristeza. (videos, imágenes etc.).	. Rubrica de desempeño

ENFOQUES TRANSVERSALES	ACTITUDES Y ACCIONES OBSERVABLES
. Igualdad de género	<ul style="list-style-type: none"> • Docentes y estudiantes no hacen distinciones discriminatorias entre varones y mujeres. • Docentes fomentan una valoración sana y respetuosa del cuerpo e integridad de las personas.
MATERIALES	
<ul style="list-style-type: none"> • INTERNET • CELULAR • MUSICA 	

MOMENTOS DE LA SESION DE APRENDIZAJE

MOMENTOS	ACTIVIDADES
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida a la clase. • Agradecemos a Dios por bendecirnos en los momentos complicados que estamos viviendo actualmente. • Calentamos expresando algunas de las emociones que sentimos como la fuerza, tristeza y alegría a través del baile. • Damos a conocer el propósito de la clase.
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Buscamos la canción ya escogida “Limbo” que es muy alegre. • Sin música vamos a practicar los pasos: separamos un poco las piernas, saltamos dos veces, las manos al costado de la cintura, levantamos los brazos sobre la cabeza sujetando ambas manos, inclinamos nuestro cuerpo hasta que las manos sujeten nuestra cintura y luego las rodillas, lo repetimos dos veces. • Retrocedemos en cuatro pasos hacia la derecha invitando a los miembros de nuestra familia; derecha izquierda, derecha izquierda, luego hacia la izquierda también con cuatro pasos; izquierda derecha, izquierda derecha lo repetimos tres veces. • Caminamos hacia la izquierda con tres pasos; izquierda, derecha, izquierda y aplaudimos una vez levantando los

	<p>brazos sobre el hombro izquierdo; este ejercicio se repite aproximadamente seis veces para ambas direcciones, derecha e izquierda.</p> <ul style="list-style-type: none"> • En posición de pie levantamos la rodilla derecha hacia el abdomen y al mismo tiempo bajamos la mano izquierda con el fin de tocarse, luego levantamos la rodilla izquierda y bajamos la mano derecha con el mismo fin, en cada uno de los ejercicios se ejecuta dos veces seguidas, se puede repetir aproximadamente diez veces el mismo ejercicio. • Movemos el cuerpo libremente al ritmo de la música. • Ahora ejecutamos cada uno de los pasos y ejercicios con música.
<p>CIERRE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación. • Seguir todas las recomendaciones que ya conocemos, para evitar adquirir el virus: <ul style="list-style-type: none"> Lavarnos las manos varias veces durante el día. Evitar salir de casa. Evitar tocar superficies fuera de casa. • Nos despedimos con una sonrisa.

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 3

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. **Institución Educativa:** N° 008 “JORGE ENRIQUE HERRERA ZAPATA” – TUMBES.
2. **Área:** Educación Física.
3. **Profesor:** Pedro Estiven Zarate Rogel.
4. **Ciclo:** IV
5. **Grado y Sección:** Tercer y cuarto grado / sección única.

II. TITULO DE LA SESION: EXPLORO MIS MOVIMIENTOS SIGUIENDO EL RITMO.

III. PROPOSITO: APRENDER A SEGUIR EL RITMO DE LA MUSICA.

COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	
		Tercer grado	Cuarto Grado
. Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	. Se expresa corporalmente.	. Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.	. Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.

EVIDENCIAS	INSTRUMENTOS DE EVALUACION
. Los estudiantes conocen nuevos ritmos y aprenden a seguir el ritmo. (videos, imágenes etc.).	. Rubrica de desempeño

ENFOQUES TRANSVERSALES	ACTITUDES Y ACCIONES OBSERVABLES
. Igualdad de género	<ul style="list-style-type: none"> • Docentes y estudiantes no hacen distinciones discriminatorias entre varones y mujeres. • Docentes fomentan una valoración sana y respetuosa del cuerpo e integridad de las personas.
MATERIALES	
<ul style="list-style-type: none"> • INTERNET • CELULAR • MUSICA • CINTA DE COLORES • HOJAS DE COLORES • VASOS DE COLORES • TIJERA • REGLA • LAPIZ 	

MOMENTOS DE LA SESION DE APRENDIZAJE

MOMENTOS	ACTIVIDADES
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida a la clase. • Agradecemos a Dios por ayudarnos dándonos fuerza para afrontar la situación actual. • Damos a conocer el propósito de la clase. • Estiramos nuestro cuerpo con música de fondo para motivarnos.
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Tenemos lista en el equipo de sonido, la canción ya escogida “Maomeno” que es de origen brasilero y una de sus características es la alegría. • Bailamos creando pasos y ejecutando algunos que ya sabemos, lo importante de esta actividad es mover todo nuestro cuerpo al ritmo de la música. • Buscamos una superficie física, recortamos cuatro pedazos de cinta de color o en una cartulina dibujamos líneas entrelazadas que formen el juego “X y O” conocido como “El tres en línea”. • Buscamos algunos elementos que nos sirvan como fichas de juego, por ejemplo: tapas de botella, vasos de colores o recortamos círculos de hoja de colores.

	<ul style="list-style-type: none"> • Seleccionamos jugadores para cada equipo y jugamos 3 partidas: Deben de salir los primeros participantes de cada equipo colocar la ficha en alguno de los cuadros y regresar, darle una palmada en la mano a los segundos participantes para que puedan salir se repite el proceso para que puedan salir los terceros si no logran tener las 3 fichas en línea tienen que repetir los primeros participantes sacar una ficha ya colocada y colocarla en otro cuadro hasta que puedan formar una línea, depende del resultado nombramos al equipo ganador. • Preparamos un baile de 1 minuto con algún miembro de nuestra familia, con la canción que seleccione la mayoría de participantes de la coreografía y bailamos con pasos libres.
<p>CIERRE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación. • Seguir todas las recomendaciones que ya conocemos, para evitar adquirir el virus: <ul style="list-style-type: none"> Lavarnos las manos varias veces durante el día. Evitar salir de casa. Evitar tocar superficies fuera de casa. • Nos despedimos con una sonrisa.

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 4

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. **Institución Educativa:** N° 008 “JORGE ENRIQUE HERRERA ZAPATA” – TUMBES.
2. **Área:** Educación Física.
3. **Profesor:** Pedro Estiven Zarate Rogel.
4. **Ciclo:** IV
5. **Grado y Sección:** Tercer y cuarto grado / sección única.

II. TITULO DE LA SESION: IMITO LAS CARACTERISTICAS DE LOS ANIMALES.

III. PROPOSITO: Que los estudiantes se diviertan bailando al ritmo de la música, aprendan a cuidar a los seres vivos.

COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	
		Tercer grado	Cuarto Grado
. Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	. Se expresa corporalmente.	. Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.	. Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.

EVIDENCIAS	INSTRUMENTOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> Los estudiantes divirtiéndose bailando aprenden a cuidar más a los seres vivos. (videos, imágenes etc.). 	<ul style="list-style-type: none"> Ficha de metacognición. Rubrica de desempeño.

ENFOQUES TRANSVERSALES	ACTITUDES Y ACCIONES OBSERVABLES
. Igualdad de género	<ul style="list-style-type: none"> Docentes y estudiantes no hacen distinciones discriminatorias entre varones y mujeres. Docentes fomentan una valoración sana y respetuosa del cuerpo e integridad de las personas.
MATERIALES	
<ul style="list-style-type: none"> INTERNET CELULAR MUSICA 	

MOMENTOS DE LA SESION DE APRENDIZAJE

MOMENTOS	ACTIVIDADES
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> Bienvenida a la clase. Agradecemos a Dios por cuidarnos. Damos a conocer el propósito de la clase. Dinámica del elefante: El elefante tiene una gran nariz, tiene una trompa que le llega a los pies y desde lejos él te puede oler. Estiramos: levantamos lo brazos, ejecutamos circunducción de brazos, piernas y cadera. Calentamos saltando por 2 minutos en el mismo lugar sin detenerse.
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> Tenemos lista en el equipo de sonido la canción "Animales", para la clase donde nombra a muchas especies que conocemos. Bailamos imitando a los animales que nombra la canción: Hay animales dentro de mí, déjenlos libres, libres al fin, como rana saltar o cocodrilo mascar, como un cerdo oler y como halcón voy a volar.

	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación. • Bailamos la canción el cocodrilo dante: el cocodrilo dante camina hacia adelante y el elefante Blas camina hacia atrás, el pingüino lalo camina hacia un costado y yo en mi bicicleta voy para el otro lado. • Desarrollamos una ficha de metacognición que se encuentra al final de la sesión.
<p>CIERRE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación. Reflexionamos del tema tratado: Si fueras un animal ¿Qué animal serías? ¿Por qué? ¿Es importante cuidar a los animales? ¿Por qué? etc. • Seguir todas las recomendaciones que ya conocemos, para evitar adquirir el virus: <ul style="list-style-type: none"> Lavarnos las manos varias veces durante el día. Evitar salir de casa. Evitar tocar superficies fuera de casa. Utilizar alcohol. Utilizar mascarilla • Orar y estar siempre con alegría. • Nos despedimos con una sonrisa.

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 5

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. **Institución Educativa:** N° 008 “JORGE ENRIQUE HERRERA ZAPATA” – TUMBES.
2. **Área:** Educación Física.
3. **Profesor:** Pedro Estiven Zarate Rogel.
4. **Ciclo:** IV
5. **Grado y Sección:** Tercer y cuarto grado / sección única.

II. TITULO DE LA SESION: COMPARTIMOS NUESTRA DIVERSIDAD CULTURAL.

III. PROPOSITO: Que los estudiantes conozcan la bella diversidad cultural que tiene nuestro país.

COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	
		Tercer grado	Cuarto Grado
. Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	. Se expresa corporalmente.	. Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.	. Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.

EVIDENCIAS	INSTRUMENTOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes al conocer la bella diversidad cultural que tiene nuestro país se motivaran a seguir con la bailo terapia. (videos, imágenes etc.). 	<ul style="list-style-type: none"> • Rubrica de desempeño.

ENFOQUES TRANSVERSALES	ACTITUDES Y ACCIONES OBSERVABLES
. Igualdad de género	<ul style="list-style-type: none"> • Docentes y estudiantes no hacen distinciones discriminatorias entre varones y mujeres. • Docentes fomentan una valoración sana y respetuosa del cuerpo e integridad de las personas.
MATERIALES	
<ul style="list-style-type: none"> • INTERNET • CELULAR • MUSICA 	

MOMENTOS DE LA SESION DE APRENDIZAJE

MOMENTOS	ACTIVIDADES
<p>INICIO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida a la clase. • Agradecemos a Dios por cuidarnos. • Recomendación para ejecutar bien la tarea al final de la clase: observar el video completo. • Damos a conocer el propósito de la clase. • Hablamos un poco sobre la historia del festejo ya que debemos conocer lo que vamos a bailar: Se le denomina festejo porque los esclavos negros que fueron traídos de países africanos fabricaron tambores y empezaban a bailar, tocar y cantar festejando su felicidad como lo hacían en el África; esto solo lo podían hacer cuando los mayores no los observaban. • Llamamos a los miembros de nuestra familia que nos quieran acompañar a bailar en esta clase. • Calentamos bailando un tema musical muy enérgico titulado “Tusuy Kusun” de la cantante peruana Damaris ganadora en el Festival de Música Viña del Mar: Brincar por 1 minuto, circunducción de brazos, rodillas elevadas frente al abdomen, sentadillas con puños dobles sobre la cadera cuando bajamos y cuando subimos aplaudimos doble por encima de nuestra cabeza; hacemos varias repeticiones de cada ejercicio.

<p>DESARROLLO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación. • Explicamos sin música cada uno de los pasos que se ejecutaran: empezamos con marcación de pies derecho e izquierdo elevando las rodillas ligeramente, movemos la cintura y al mismo tiempo jugamos con los brazos haciendo círculos con las manos; levantamos los brazos moviendo las manos en conjunto meneando el cuerpo con el pie derecho hacia adelante, realizamos el mismo movimiento pero hacia abajo colocando el pie derecho hacia atrás; nos colocamos en posición firmes luego separamos un poco las piernas doblamos las rodillas colocando las manos sobre la cintura y movemos la cintura; repetimos 10 veces cada movimiento. • Ejecutamos cada uno de los movimientos con mucha fuerza, alegría y agilidad con el tema musical interpretado por la cantante peruana Cecilia Barraza titulado “Chinchivi”.
<p>CIERRE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación. • Seguir todas las recomendaciones que ya conocemos, para evitar adquirir el virus: Lavarnos las manos varias veces durante el día. Evitar salir de casa. Evitar tocar superficies fuera de casa. Utilizar alcohol. Utilizar mascarilla <ul style="list-style-type: none"> • Orar y estar siempre con alegría. • Nos despedimos con una sonrisa.

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 6

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. **Institución Educativa:** N° 008 “JORGE ENRIQUE HERRERA ZAPATA” – TUMBES.
2. **Área:** Educación Física.
3. **Profesor:** Pedro Estiven Zarate Rogel.
4. **Ciclo:** IV
5. **Grado y Sección:** Tercer y cuarto grado / sección única.

II. TITULO DE LA SESION: REPRESENTAMOS CON RITMO LA CULTURA DE NUESTRO PUEBLO.

III. PROPOSITO: Descubrir que son capaces de representar con ritmo la cultura de nuestro bello país.

COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	
		Tercer grado	Cuarto Grado
. Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	. Se expresa corporalmente.	. Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.	. Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.

EVIDENCIAS	INSTRUMENTOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none">• Los estudiantes al descubrir que son capaces de representar con ritmo la cultura de nuestro pueblo, tendrán más motivación de vencer el estrés y sedentarismo a través del baile. (videos, imágenes etc.).	<ul style="list-style-type: none">• Rubrica de desempeño.

ENFOQUES TRANSVERSALES	ACTITUDES Y ACCIONES OBSERVABLES
. Igualdad de género	<ul style="list-style-type: none"> • Docentes y estudiantes no hacen distinciones discriminatorias entre varones y mujeres. • Docentes fomentan una valoración sana y respetuosa del cuerpo e integridad de las personas.
MATERIALES	
<ul style="list-style-type: none"> • INTERNET • CELULAR • MUSICA 	

MOMENTOS DE LA SESION DE APRENDIZAJE

MOMENTOS	ACTIVIDADES
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida a la clase. • Agradecemos a Dios por cuidarnos. • Recomendación para ejecutar bien la tarea al final de la clase: observar el video completo. • Damos a conocer el propósito de la clase. • Llamamos a los miembros de nuestra familia que nos quieran acompañar a bailar en esta clase. • Calentamos: Brincar por 1 minuto, circunducción de brazos, rodillas elevadas frente al abdomen, sentadillas con puños dobles sobre la cadera cuando bajamos y cuando subimos aplaudimos doble por encima de nuestra cabeza; hacemos varias repeticiones de cada ejercicio.
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación. • Ejecutamos movimientos que ya conocemos con mucha alegría y agilidad con el tema musical “Cosecha del plátano” la cual es una danza recreativa e interpreta a los campesinos que trabajan día a día en las chacras de nuestro Departamento.
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación. • Seguir todas las recomendaciones que ya conocemos, para evitar adquirir el virus:

	<p>Lavarnos las manos varias veces durante el día. Evitar salir de casa. Evitar tocar superficies fuera de casa. Utilizar alcohol. Utilizar mascarilla</p> <ul style="list-style-type: none">• Orar y estar siempre con alegría.• Nos despedimos con una sonrisa.
--	--

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 7

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. **Institución Educativa:** N° 008 “JORGE ENRIQUE HERRERA ZAPATA” – TUMBES.
2. **Área:** Educación Física.
3. **Profesor:** Pedro Estiven Zarate Rogel.
4. **Ciclo:** IV
5. **Grado y Sección:** Tercer y cuarto grado / sección única.

II. TITULO DE LA SESION: DISEÑAMOS LA COREOGRAFIA QUE IDENTIFICA A NUESTRO PUEBLO.

III. PROPOSITO: Lograr crear una coreografía donde se visualicen nuestros sentimientos y emociones.

COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	
		Tercer grado	Cuarto Grado
. Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	. Se expresa corporalmente.	. Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.	. Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.

EVIDENCIAS	INSTRUMENTOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes al descubrir que son capaces de representar con ritmo la cultura de nuestro pueblo, tendrán más motivación de vencer el estrés y el sedentarismo a través del baile. (videos, imágenes etc.). 	<ul style="list-style-type: none"> • Rubrica de desempeño.

ENFOQUES TRANSVERSALES	ACTITUDES Y ACCIONES OBSERVABLES
. Igualdad de género	<ul style="list-style-type: none"> • Docentes y estudiantes no hacen distinciones discriminatorias entre varones y mujeres. • Docentes fomentan una valoración sana y respetuosa del cuerpo e integridad de las personas.
MATERIALES	
<ul style="list-style-type: none"> • INTERNET • CELULAR • MUSICA 	

MOMENTOS DE LA SESION DE APRENDIZAJE

MOMENTOS	ACTIVIDADES
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida a la clase. • Agradecemos a Dios por cuidarnos. • Recomendación para ejecutar bien la tarea al final de la clase: observar el video completo. • Damos a conocer el propósito de la clase. • Llamamos a los miembros de nuestra familia que nos quieran acompañar a bailar en esta clase. • Calentamos con el tema musical “Baila mi Festejo” interpretado por la agrupación ganadora en Viña del Mar “Afro cándela”: Brincar por 2 minutos, mover libremente el cuerpo al ritmo de la música.
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación. • Ejecutamos movimientos que ya conocemos con mucha fuerza, alegría y agilidad con el tema musical “Ritmo, color y sabor” el cual es muy expresivo de emociones y su letra narra la historia de nuestro pueblo.
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación. • Seguir todas las recomendaciones que ya conocemos, para evitar adquirir el virus: Lavarnos las manos varias veces durante el día. Evitar salir de casa. Evitar tocar superficies fuera de casa. Utilizar alcohol, mascarilla • Orar y estar siempre con alegría. • Nos despedimos con una sonrisa.

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 08

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. **Institución Educativa:** N° 008 “JORGE ENRIQUE HERRERA ZAPATA” – TUMBES.
2. **Área:** Educación Física.
3. **Profesor:** Pedro Estiven Zarate Rogel.
4. **Ciclo:** IV
5. **Grado y Sección:** Tercer y cuarto grado / sección única.

II. TITULO DE LA SESION: ME MUEVO AL RITMO DE LA MUSICA DE MI PUEBLO.

III. PROPOSITO: Divertirse en familia, celebrando las fiestas de nuestro país al ritmo de música nuestra y así eliminar el estrés.

COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	
		Tercer grado	Cuarto Grado
. Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	. Se expresa corporalmente.		
		. Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.	. Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.

EVIDENCIAS	INSTRUMENTOS DE EVALUACION
<ul style="list-style-type: none"> • Motivados al máximo los estudiantes lograran divertirse con los miembros de su familia celebrando las fiestas de nuestro bello país. (videos, imágenes etc.). 	<ul style="list-style-type: none"> • Rubrica de desempeño.

ENFOQUES TRANSVERSALES	ACTITUDES Y ACCIONES OBSERVABLES
. Igualdad de género	<ul style="list-style-type: none"> • Docentes y estudiantes no hacen distinciones discriminatorias entre varones y mujeres. • Docentes fomentan una valoración sana y respetuosa del cuerpo e integridad de las personas.
MATERIALES	
<ul style="list-style-type: none"> • INTERNET • CELULAR • MUSICA 	

MOMENTOS DE LA SESION DE APRENDIZAJE

MOMENTOS	ACTIVIDADES
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida de la clase. • Agradecemos a Dios por cuidarnos. • Damos a conocer el propósito de la clase. • Llamamos a los miembros de nuestra familia que nos quieran acompañar a bailar en esta clase. • Dedicamos está clase a la celebración de fiestas patrias de nuestro bello país, bailando ritmos de propios de nuestra patria. • Calentamos bailando huayno, festejo y marinera.
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación. • Ejecutamos movimientos que ya conocemos con mucha fuerza, alegría y agilidad con el ritmo festejo ya que reúne muchas buenas características para fortalecer nuestro cuerpo.
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación. • Recomendaciones: Celebrar fiestas patrias en familia, bailando, cantando, comiendo muy rico y divirtiéndose al máximo; cuidarse mucho siempre tener en cuenta siempre las medidas de protección ante el virus: Lavarnos las manos varias veces durante el día. Evitar salir de casa. Evitar tocar superficies fuera de casa. Utilizar alcohol, mascarilla • Orar y estar siempre con alegría. • Nos despedimos con una sonrisa.

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 09

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. **Institución Educativa:** N° 008 “JORGE ENRIQUE HERRERA ZAPATA” – TUMBES.
2. **Área:** Educación Física.
3. **Profesor:** Pedro Estiven Zarate Rogel.
4. **Ciclo:** IV
5. **Grado y Sección:** Tercer y cuarto grado / sección única.
6. **Fecha:** 24/09/2020

II. TITULO DE LA SESION: REALIZAMOS UNA RUTINA DE EJERCICIOS FISICOS PARA EL CUIDADO DE NUESTRA SALUD.

III. PROPOSITO: Que puedan crear y practicar una rutina diaria de ejercicios en casa con participación de los integrantes de su familia para promover y favorecer su salud y convivencia familiar.

COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	
		Tercer grado	Cuarto Grado
. Asume una vida saludable.	. Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud.	. Explica la importancia de calentamiento y de la atención, concentración y motivación, que lo ayuda a estar predispuesto a la actividad.	. Selecciona actividades para la activación corporal y psicológica antes de la actividad, e identifica en sí mismo las variaciones en la frecuencia cardiaca y respiratoria con relación a los diferentes niveles de esfuerzo en la práctica de actividades lúdicas.

EVIDENCIAS	INSTRUMENTOS DE EVALUACION
. Demostrar y Crear, poner en práctica una rutina de movimientos permitirá a los estudiantes desarrollar e integrarse, con los miembros de su familia. (videos, imágenes etc.).	. Ficha de metacognición. Rubrica de desempeño

ENFOQUES TRANSVERSALES	ACTITUDES Y ACCIONES OBSERVABLES
. Igualdad de género.	Docentes y estudiantes no hacen distinciones discriminatorias entre varones y mujeres. . Docentes fomentan una valoración sana y respetuosa del cuerpo e integridad de las personas.
MATERIALES/RECURSOS	
<ul style="list-style-type: none"> • INTERNET • CELULAR • MUSICA 	

MOMENTOS DE LA SESION DE APRENDIZAJE

MOMENTOS	ACTIVIDADES
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida a la clase. • Agradecemos a Dios por cuidarnos. • Damos a conocer el propósito de la clase. • Llamamos a los miembros de nuestra familia que nos quieran acompañar a bailar en esta clase. • Conversamos sobre que movimientos y ejercicios conocemos. • Recordamos que debemos vestir ropa adecuada para realizar los ejercicios, como polo, short, buzo y zapatillas. • Calentamos bailando una música muy divertida siempre utilizando nuestra imaginación para crear nuevos movimientos.
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación. • Actividad 1: “Crea una secuencia de movimientos bailables”. • Ahora tenemos que crear una secuencia de movimientos bailables para desarrollar durante 10 minutos con nuestra familia. Para ello debemos realizar las siguientes tareas: <ul style="list-style-type: none"> • Elegimos una música o varias del grado de todos los miembros de la familia, que pueda ser escuchada por el lapso de 10 minutos.

	<ul style="list-style-type: none"> • Escribimos y dibujamos de manera secuencial los ejercicios que practicaremos. Por ejemplo: <table border="1" data-bbox="496 416 1034 645"> <tr> <td>1</td> <td>Mariposas</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Skipping</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Rodillas elevadas</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Sentadillas extremas</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Triple de brazos</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>Polichinelas</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> • Para cada ejercicio seleccionado haremos 6 repeticiones consecutivas, por ejemplo: 6 mariposas, 6 skipping, 6 rodillas elevadas, 6 sentadillas extremas, 6 triple de brazos y 6 polichinelas; luego regresaremos al ejercicio uno y así consecutivamente. • Ensayamos junto a nuestros familiares antes de empezar oficialmente con la secuencia de movimientos bailables. • Debemos considerar las reflexiones de tus familiares para mejorar la forma de practicar la secuencia de ejercicios o incluir otro. • Actividad 2: “Practico con mi familia 10 minutos de ejercicios diarios al ritmo de la música” • Como ya creamos una secuencia de ejercicios para realizarla durante 10 minutos. Ahora, acordamos con nuestros familiares la hora diaria en que practicaremos los 10 minutos de ejercicios físicos. • Para finalizar esta experiencia, practicaremos estos ejercicios en casa con música que nos motive en compañía de nuestros familiares, con la finalidad de que nos ejercitemos y así estar saludables. • Resaltamos que cuando terminemos con la rutina de movimientos podemos repetirla varias veces hasta cumplir con la ejercitación de 10 minutos o más. • Comenzamos oficialmente la práctica del primer día de ejercicios al ritmo de la música. • Hidratación. • Consideramos las opiniones de nuestros familiares para mejorar la práctica de estos ejercicios y los invitamos a continuar realizando la rutina de 10 minutos diarios de actividad física durante todas las semanas. Este hábito nos ayudara a mantenernos saludables y prevenir enfermedades. 	1	Mariposas	2	Skipping	3	Rodillas elevadas	4	Sentadillas extremas	5	Triple de brazos	6	Polichinelas
1	Mariposas												
2	Skipping												
3	Rodillas elevadas												
4	Sentadillas extremas												
5	Triple de brazos												
6	Polichinelas												
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación. • Reflexión del tema tratado: 												

	<ul style="list-style-type: none">• ¿Para qué nos servirá realizar estos ejercicios diarios por 10 minutos?,¿Fue sencillo realizar los ejercicios?,¿Te divertiste?• Recordamos seguir aplicando todas las recomendaciones para mantenernos saludables:<ul style="list-style-type: none">• Bañarnos después de realizar cualquier actividad física.• Lavarnos las manos varias veces al día. Utilizar nuestra mascarilla. Alcohol para la desinfección. Nos despedimos.
--	--

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 10

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. **Institución Educativa:** N° 008 “JORGE ENRIQUE HERRERA ZAPATA” – TUMBES.
2. **Área:** Educación Física.
3. **Profesor:** Pedro Estiven Zarate Rogel.
4. **Ciclo:** IV
5. **Grado y Sección:** Tercer y cuarto grado / sección única.
6. **Fecha:** 15/10/2020

II. TITULO DE LA SESION: BAILANDO A CIEGAS AL RITMO DE LA MUSICA.

III. PROPOSITOS:

- DESCUBRIR NUEVOS SENTIMIENTOS Y NUEVAS EMOCIONES.
- REFORZAR VALORES Y DESPERTAR HABILIDADES.

COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	
		Tercer grado	Cuarto Grado
. Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	. Se expresa corporalmente.		
		. Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para expresarse corporalmente a través de la música.	. Utiliza lenguaje corporal para expresar su forma particular de moverse, creando secuencias sencillas de movimientos relacionados con el ritmo y la música.

EVIDENCIAS	INSTRUMENTOS DE EVALUACION
. Lograr el reto de bailar a ciegas hará que despierten nuevas emociones y nuevos sentimientos reforzando sus valores. (videos, imágenes etc.).	<ul style="list-style-type: none"> • Ficha de metacognición • Rubrica de desempeño

ENFOQUES TRANSVERSALES	ACTITUDES Y ACCIONES OBSERVABLES
. Igualdad de género.	<ul style="list-style-type: none"> . Docentes y estudiantes no hacen distinciones discriminatorias entre varones y mujeres. . Docentes fomentan una valoración sana y respetuosa del cuerpo e integridad de las personas.
MATERIALES	
<ul style="list-style-type: none"> • INTERNET • CELULAR • MUSICA • UN PEDAZO DE TELA 	

MOMENTOS DE LA SESION DE APRENDIZAJE

MOMENTOS	ACTIVIDADES
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida a la clase. • Agradecemos a Dios por cuidarnos. • Damos a conocer el propósito de la clase. • Calentamiento a través de un ritmo musical.
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Actividad 1: “Planificamos y desarrollamos un baile a ciegas” • En esta actividad cumpliremos con un reto muy interesante que es bailar a ciegas, para eso primero debemos planificar siguiendo estos puntos: <ol style="list-style-type: none"> 1. Conseguiremos un pedazo de tela para utilizarlo como venda. 2. Estaremos en un lugar amplio para evitar chocar con alguna superficie. 3. Invitaremos a uno o más familiares para que nos ayude a vendarnos los ojos, nos coloque la música, nos guíe hasta un lugar seguro para iniciar con el baile y finalmente nos filme. 4. Escogeremos un tema musical que nos guste mucho y que tenga un buen mensaje, podemos escoger el sentimiento o emoción que más nos guste. • Luego de ya tener todos tus recursos, estiramos ligeramente nuestro cuerpo y nuestro familiar nos vendara los ojos sin dejar ningún orificio donde podamos ver, caminaremos sujetados de la mano uno con el otro hasta el lugar escogido para bailar; una vez ya listos ambos para desarrollar su función tendremos que concentrarnos en los sentimientos y emociones que tiene el tema musical, pensaremos en algún lugar hermoso, respiraremos hondo y luego de exhalar

	<p>indicaremos a tu nuestro familiar que le dé play a la música entonces desde momento empieza nuestro baile a ciegas.</p>
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación. • Actividad 2: “Realizo una reflexión del tema”. • En la actividad anterior desarrollaste un reto muy emocionante, ahora contestarás unas preguntas a través de una ficha de meta cognición. • Recordamos seguir aplicando todas las recomendaciones para mantenernos saludables: • Bañarnos después de realizar cualquier actividad física. • Lavarnos las manos varias veces al día. • Utilizar nuestra mascarilla. • Tener siempre cerca alcohol para la desinfección. • Nos despedimos con una sonrisa.

FICHA DE METACOGNICIÓN

¿Cómo fue tu experiencia bailando a ciegas?	¿Crees que este baile te servirá de algo?	¿Te gusto este baile?	¿Qué mensaje les darías a las personas con discapacidad visual?	¿Qué mensaje les darías a las personas con capacidad visual acerca de las personas con discapacidad visual?

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 11

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. **Institución Educativa:** N° 008 “JORGE ENRIQUE HERRERA ZAPATA” – TUMBES.
2. **Área:** Educación Física.
3. **Profesor:** Pedro Estiven Zarate Rogel.
4. **Ciclo:** IV
5. **Grado y Sección:** Tercer y cuarto grado / sección única.
6. **Fecha:** /10/2020

II. TITULO DE LA SESION: SIN ESCUCHAR BAILO AL RITMO DE MI CORAZON.

III. PROPOSITOS:

- DIVERTIRSE BAILANDO Y SENTIR MAS LOS LATIDOS DE SU CORAZON.
- DESCUBRIR NUEVOS SENTIMIENTOS Y NUEVAS EMOCIONES.
- REFORZAR VALORES.

COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	
		Tercer grado	Cuarto Grado
. Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	. Se expresa corporalmente.	. Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para expresarse corporalmente a través de la música.	. Utiliza lenguaje corporal para expresar su forma particular de moverse, creando secuencias sencillas de movimientos relacionados con el ritmo y la música.

EVIDENCIAS	INSTRUMENTOS DE EVALUACION
. Lograr el reto de bailar sin audición hará que los estudiantes se diviertan mucho y sientan más los	<ul style="list-style-type: none"> • Ficha de metacognición.

latidos de su corazón. . Descubrirán nuevas emociones, sentimientos y activación física reforzando sus valores. (videos, imágenes etc.).	<ul style="list-style-type: none"> • Rubrica de desempeño
---	--

ENFOQUES TRANSVERSALES	ACTITUDES Y ACCIONES OBSERVABLES
. Igualdad de género.	Docentes y estudiantes no hacen distinciones discriminatorias entre varones y mujeres. . Docentes fomentan una valoración sana y respetuosa del cuerpo e integridad de las personas.
MATERIALES	
<ul style="list-style-type: none"> • INTERNET • CELULAR • MUSICA • AUDIFONOS • HOJAS DE PAPEL • PLUMON 	

MOMENTOS DE LA SESION DE APRENDIZAJE

MOMENTOS	ACTIVIDADES
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida a la clase. • Agradecemos a Dios por cuidarnos. • Damos a conocer el propósito de la sesión de aprendizaje. • Calentamiento a través de un ritmo musical.
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Actividad 1 “Planifico y bailo sin audición” • En esta clase cumpliremos con un reto muy interesante que es bailar sin poder escuchar, para eso primero debemos planificar siguiendo estos puntos: <ol style="list-style-type: none"> 7. Conseguiremos hojas de papel en las cuales escribiremos sentimientos y emociones. 8. Estaremos en un lugar amplio para evitar chocar con alguna superficie. 9. Invitaremos a uno o más familiares para que nos ayude colocando la música y mostrándonos la emoción o sentimiento que escogió. 10. Escogeremos un tema musical que nos guste mucho para colocar en el móvil y suene a través de los audífonos. • Luego de ya tener todos tus recursos, estiramos ligeramente nuestro cuerpo y nos colocaremos los audífonos para escuchar una canción que nos guste mucho con alto volumen, luego nuestro familiar pondrá play en el equipo de sonido a la canción que el escogió, se colocara en un lugar distanciado y

	<p>nos mostrara una hoja donde diga la emoción o sentimiento que representa la canción que el escogió.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ya tenemos una guía del sentimiento o emoción que nos mostraron y empezaremos a bailar al ritmo de los latidos de nuestro corazón.
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación. • Actividad 2: “Realizo una reflexión del tema”. • En la actividad anterior desarrollaste un reto muy emocionante, ahora contestarás unas preguntas a través de una ficha de meta cognición. • Recordamos seguir aplicando todas las recomendaciones para mantenernos saludables: • Bañarnos después de realizar cualquier actividad física. • Lavarnos las manos varias veces al día. • Utilizar nuestra mascarilla. • Tener siempre cerca alcohol para la desinfección. • Nos despedimos con una sonrisa.

FICHA DE METACOGNICIÓN

¿Cómo te sentiste al realizar este reto?	¿Fue fácil bailar sin poder escuchar?	¿Qué mensaje les darías a las personas que no pueden escuchar?

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 12

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. **Institución Educativa:** N° 008 “JORGE ENRIQUE HERRERA ZAPATA” – TUMBES.
2. **Área:** Educación Física.
3. **Profesor:** Pedro Estiven Zarate Rogel.
4. **Ciclo:** IV
5. **Grado y Sección:** Tercer y cuarto grado / sección única.
6. **Fecha:** 05/11/2020

II. TITULO DE LA SESION: INTERPRETO A MI ARTISTA FAVORITO.

III. PROPOSITOS:

- DIVERTIRSE BAILANDO.
- ELIMINAR COMPLETAMENTE EL ESTRES.

COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	
		Tercer grado	Cuarto Grado
. Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	. Se expresa corporalmente.		
		. Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para expresarse corporalmente a través de la música.	. Utiliza lenguaje corporal para expresar su forma particular de moverse, creando secuencias sencillas de movimientos relacionados con el ritmo y la música.

EVIDENCIAS	INSTRUMENTOS DE EVALUACION
. Interpretar a su artista favorito, . Los estudiantes lograrán expresar buenos sentimientos, emociones y valores a todos los observadores. (videos, imágenes etc.).	<ul style="list-style-type: none"> • Rubrica de desempeño

ENFOQUES TRANSVERSALES	ACTITUDES Y ACCIONES OBSERVABLES
. Igualdad de género.	Docentes y estudiantes no hacen distinciones discriminatorias entre varones y mujeres. . Docentes fomentan una valoración sana y respetuosa del cuerpo e integridad de las personas.
MATERIALES	
<ul style="list-style-type: none"> • INTERNET • CELULAR • MUSICA • PELUCA • ACCESORIOS DE MI ARTISTA FAVORITO 	

MOMENTOS DE LA SESION DE APRENDIZAJE

MOMENTOS	ACTIVIDADES
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida a la clase. • Agradecemos a Dios por cuidarnos. • Damos a conocer el propósito de la sesión de aprendizaje. • Calentamiento a través de un ritmo musical.
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • Paso 1 “Seleccionamos a nuestro artista favorito” • En esta clase nos divertiremos aún más con un reto muy interesante que es interpretar a nuestro artista favorito, para eso primero debemos seleccionar a un artista que nos guste mucho, que baile y cante, sobre todo que las frases de sus temas musicales sean positivas. • Paso 2: “Conseguir los elementos para la interpretación”. • En el paso anterior seleccionamos al artista que vamos a interpretar en un reto muy emocionante, ahora conseguiremos los accesorios característicos que usa el artista en la mayoría de sus presentaciones. • Paso 3: “Crear nuestro escenario e interpretar a nuestro artista favorito” • Buscamos un lugar cómodo donde podamos bailar, nos caracterizamos como el artista e interpretamos con una canción o más, que nos guste mucho.
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación. • Recordamos seguir aplicando todas las recomendaciones para mantenernos saludables: • Bañarnos después de realizar cualquier actividad física. • Lavarnos las manos varias veces al día. • Utilizar nuestra mascarilla. • Tener siempre cerca alcohol para la desinfección. • Nos despedimos con una sonrisa.

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 13

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. **Institución Educativa:** N° 008 “JORGE ENRIQUE HERRERA ZAPATA” – TUMBES.
2. **Área:** Educación Física.
3. **Profesor:** Pedro Estiven Zarate Rogel.
4. **Ciclo:** IV
5. **Grado y Sección:** Tercer y cuarto grado / sección única.
6. **Fecha:** 26/11/2020

II. TITULO DE LA SESION: FUSIONO RITMOS PARA BAILAR EN FAMILIA.

III. PROPOSITOS:

- DIVERTIRSE BAILANDO.
- ELIMINAR LOS PROBLEMAS MUSCULARES.
- ELIMINAR COMPLETAMENTE EL ESTRES Y LA TRISTEZA.

COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	
		Tercer grado	Cuarto Grado
. Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.	. Se expresa corporalmente.	. Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para expresarse corporalmente a través de la música.	. Utiliza lenguaje corporal para expresar su forma particular de moverse, creando secuencias sencillas de movimientos relacionados con el ritmo y la música.

EVIDENCIAS	INSTRUMENTOS DE EVALUACION
. Los estudiantes se divertirán mucho bailando con todos los miembros de su familia eliminando el estrés completamente y activándose corporalmente. Todos podemos bailar. (videos, imágenes etc.).	<ul style="list-style-type: none">• Rubrica de desempeño

ENFOQUES TRANSVERSALES	ACTITUDES Y ACCIONES OBSERVABLES
. Igualdad de género.	. Docentes y estudiantes no hacen distinciones discriminatorias entre varones y mujeres. . Docentes fomentan una valoración sana y respetuosa del cuerpo e integridad de las personas.
MATERIALES	
<ul style="list-style-type: none"> • INTERNET • CELULAR • MUSICA 	

MOMENTOS DE LA SESION DE APRENDIZAJE

MOMENTOS	ACTIVIDADES
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida a la clase. • Agradecemos a Dios por cuidarnos. • Damos a conocer el propósito de la sesión de aprendizaje. • Calentamiento a través de un ritmo musical.
DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> • En esta clase nos divertiremos aún más, invitaremos a todos los miembros de nuestra familia a un espacio amplio y de preferencia que sea al aire libre, seleccionaremos con todos los presentes muchas canciones alegres y dinámicas • Tendremos listas nuestras botellas de agua y nuestra toalla para secarnos el sudor porque sudaremos mucho. • Formaremos líneas y columnas colocándose cada participante en un lugar donde pueda estirar los brazos y pueda bailar cómodamente. • Empezamos a motivarnos estirando nuestro cuerpo escuchando música. • Calentamos con repeticiones de Skipping hasta que nuestro cuerpo este activado y empezamos a bailar con mucha energía positiva, seguimos los movimientos de baile que hace el que se encuentra adelante dirigiendo la clase y nos divertimos mucho. • Nos hidratamos escuchando música relajante. • Seguimos con el segundo round siguiendo los movimientos que cada participante propone implementar a la rutina. • Nos Hidratamos escuchando música de los años 80.

CIERRE

- Recordamos seguir aplicando todas las recomendaciones para mantenernos saludables:
- Bañarnos después de realizar cualquier actividad física.
- Lavarnos las manos varias veces al día.
- Utilizar nuestra mascarilla.
- Tener siempre cerca alcohol para la desinfección.
- Nos despedimos con una sonrisa.

6.4 Cronograma de acciones

N°	ACTIVIDAD	PROPOSITO	MAYO	JUNIO				JULIO				SETIEMBRE				NOVIEMBRE				DICIEMBRE	
			3	SEMANA 1	SEMANA 2	SEMANA 3	SEMANA 4	SEMANA 1	SEMANA 2	SEMANA 3	SEMANA 4	SEMANA 1	SEMANA 2	SEMANA 3	SEMANA 4	SEMANA 1	SEMANA 2	SEMANA 3	SEMANA 4	SEMANA 1	SEMANA 2
1	Reunión virtual con la directora y el profesor del área de educación física.	<ul style="list-style-type: none"> • Dar a conocer nuestro proyecto de investigación. • Acordar sobre la realización de las practicas 	X																		
2	• Elaboración del plan de trabajo de aprendizaje.	• Plasmar objetivos precisos.		X																	
3	Estrategia pedagógica bailoterapia, fusionando diversos ritmos	Iniciar con el desarrollo de mi proyecto.			X																
4	Selección de videos relacionados a la bailoterapia.	Escoger correctamente el material.				X															
5	Aplicación de una encuesta.	Recopilar información de los estudiantes.					X														
6	Planificación de las sesiones incluyendo, la bailoterapia.	Llegar correctamente a los estudiantes.						X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			
7	• Evaluación permanente del proceso de	• Mejorar la concentración, y disminuir la							X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
8	• Reunión con el director y personal administrativo y el profesor del área	Agradecimiento por parte de los practicantes hacia los directivos																			X

6.5 Viabilidad de la propuesta

RECURSOS HUMANOS	MATERIALES	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none"> • Estudiantes de IV ciclo. • Padres de familia • Tutor • Practicante • Directora 	<ul style="list-style-type: none"> • Internet, Celular. • Música, Audífonos. • Hojas de papel, plumones. • Cinta de colores. • Hojas de colores. • Vasos de colores. • Tijera. • Regla, lápiz. • Pedazo de tela. 	<p>Inicio: 03 de mayo. Finalizo el 26 de noviembre.</p>

6.6.- Criterios e indicadores de evaluación de los objetivos de la propuesta.

Indicadores de proceso.

ACCIONES	INDICADORES DE PROCESO	FUENTE DE VERIFICACIÓN
Desarrollar una encuesta para medir el nivel de expresión corporal y emocional.	Obtener respuestas sobre la información adquirida; motoras, cognitivas y emocionales.	Aplicación de la encuesta.
Organización de estrategias de Bailoterapia, para potenciar el estado físico y mental del estudiante.	Estrategias desarrolladas enfocadas en la mejora corporal y mental de los estudiantes.	Sesiones de Aprendizaje.
Selección y elaboración de materiales para el desarrollo de la Bailoterapia.	Materiales oportunos para lograr el propósito en cada sesión de aprendizaje.	Aptitudes de los estudiantes, demostraciones y comentarios. (videos, imágenes, etc.).
Elaboración de una lista de control para la evaluación del aprendizaje de la Bailoterapia desarrollando cuerpo y mente.	Proceso de monitoreo del aprendizaje.	Rubricas de desempeño.

Indicadores de resultado:

ACCIONES	INDICADORES DE RESULTADOS	FUENTE DE VERIFICACIÓN
Diseño de estrategias para la enseñanza aprendizaje vía remota.	Las estrategias adecuadas al contexto se desarrollaron en un 90%. Proceso de monitoreo.	Rubricas de desempeño. Fichas de meta cognición.
Desarrollo de las sesiones incluyendo la Bailoterapia, para erradicar el sedentarismo, potenciar el desarrollo físico y estado emocional del estudiante.	Los estudiantes logran erradicar el sedentarismo, potenciar su desarrollo físico y mental en un 90%.	Videos, imágenes, fotos enviados por los estudiantes. Encuesta final.

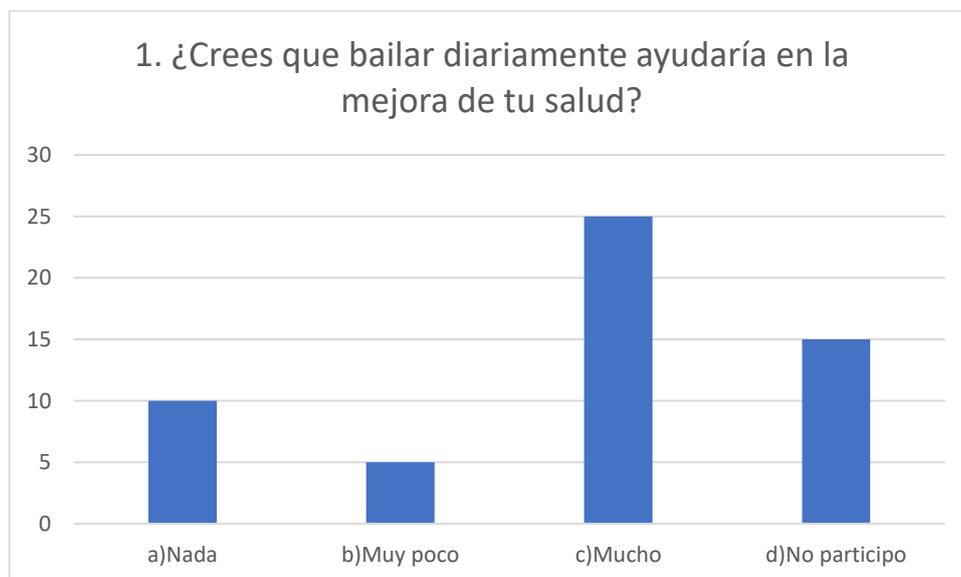
VII. RESULTADOS/ HALLAZGOS:

7.1. Descripción de la investigación: se realizó en la Institución Educativa con los estudiantes del IV ciclo del nivel primario, N°008 “Jorge Enrique Herrera Zapata” de Tumbes-2020. Actualmente es dirigido por la profesora Gladys Melita Reyes Piedra.

Encuesta inicial. Se da cumplimiento a los objetivos propuestos para el desarrollo de la investigación.

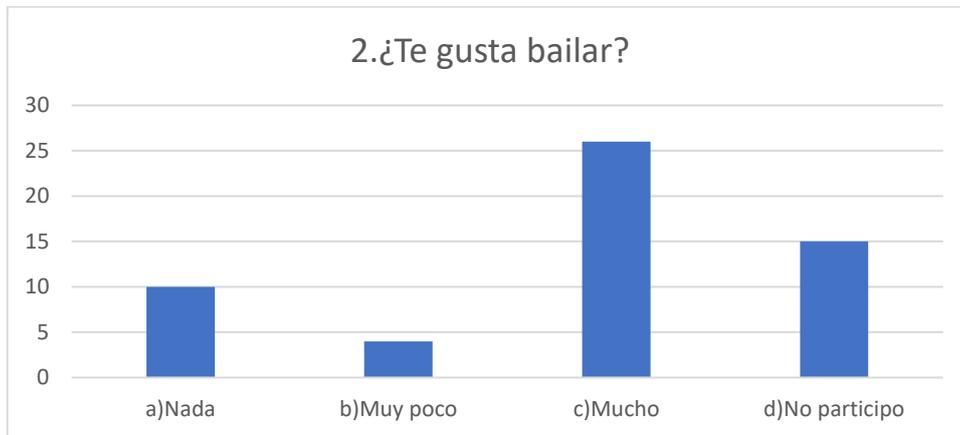
1. ¿Crees que bailar diariamente ayudaría en la mejora de tu salud?

a) Nada	10
b) Muy poco	5
c) Mucho	25
d) No participo	15



2. ¿Te gusta bailar?

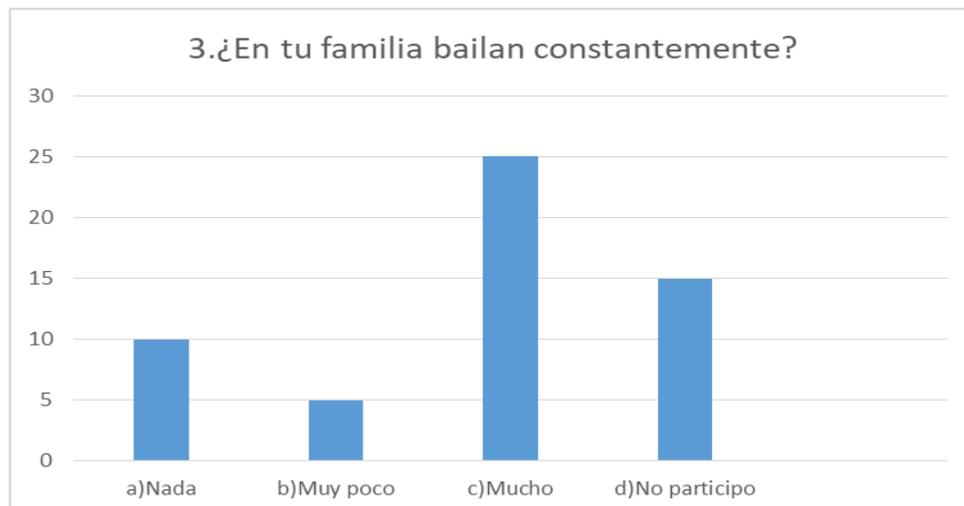
a) Nada	10
b) Muy poco	4
c) Mucho	26
d) No participo	15



En la pregunta uno y dos busque saber a quién le gustaba bailar directa e indirectamente para la mejora de la salud diaria.

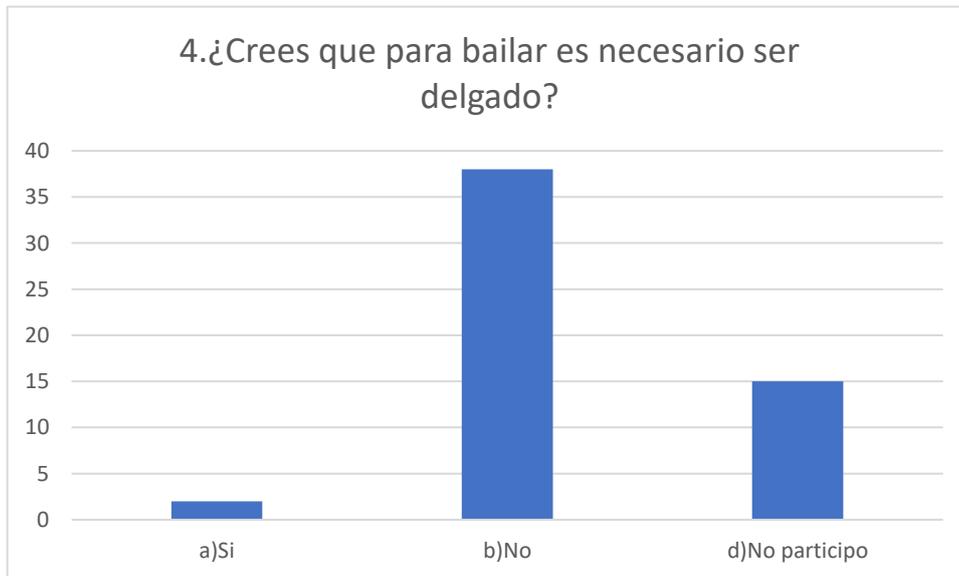
3. ¿En tu familia bailan constantemente?

a) Nada	10
b) Muy poco	5
c) Mucho	25
d) No participo	15



4. ¿Crees que para bailar es necesario ser delgado?

a) Si	2
b) No	38
d) No participo	15



En la pregunta tres y cuatro busque saber si hay presencia de sedentarismo en la familia y si existe algún tipo de prejuicio respecto a la contextura muscular para poder realizar la bailoterapia.

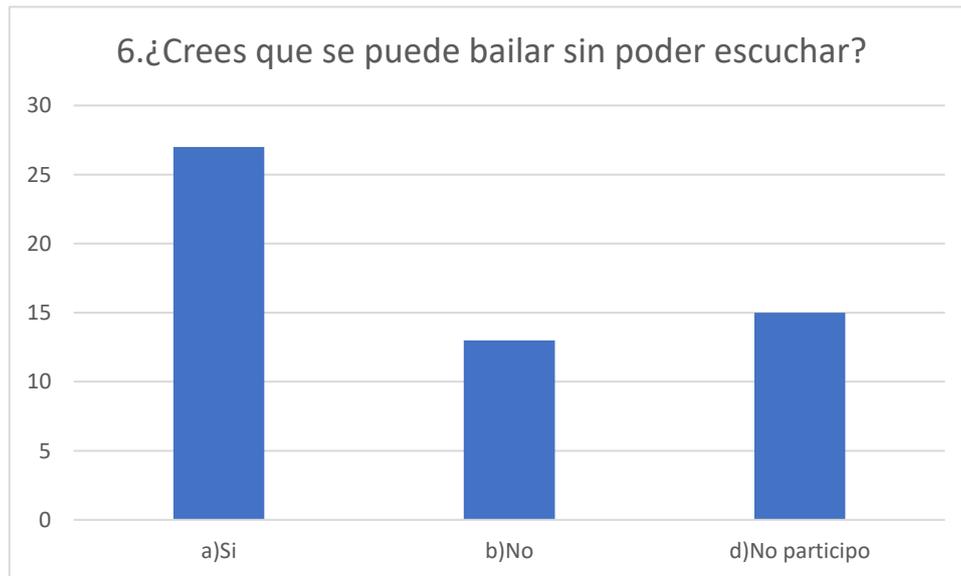
5. ¿Crees que puedes bailar sin poder ver?

a)Si	31
b)No	9
d)No participo	15



6. ¿Crees que se puede bailar sin poder escuchar?

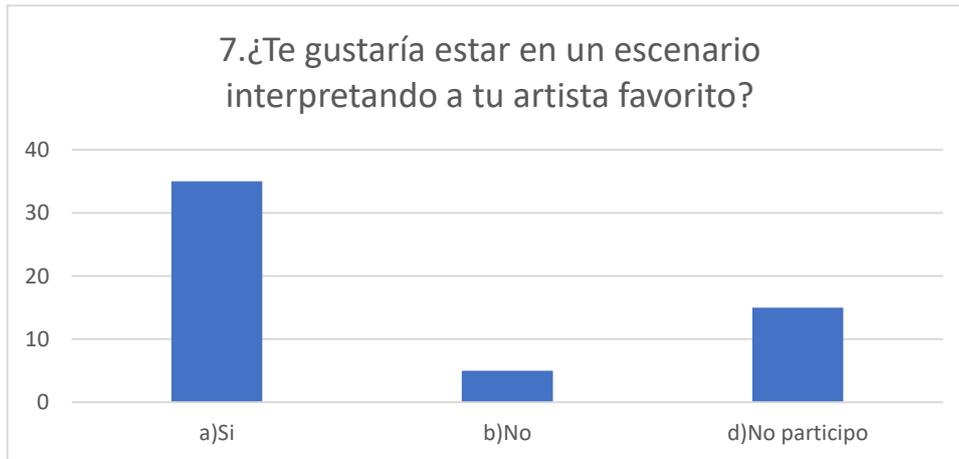
a)Si	27
b)No	13
d)No participo	15



En la pregunta cinco y seis busque saber si los estudiantes estaban dispuestos a explorar nuevos retos a través de distintas técnicas de aprendizaje de la bailoterapia.

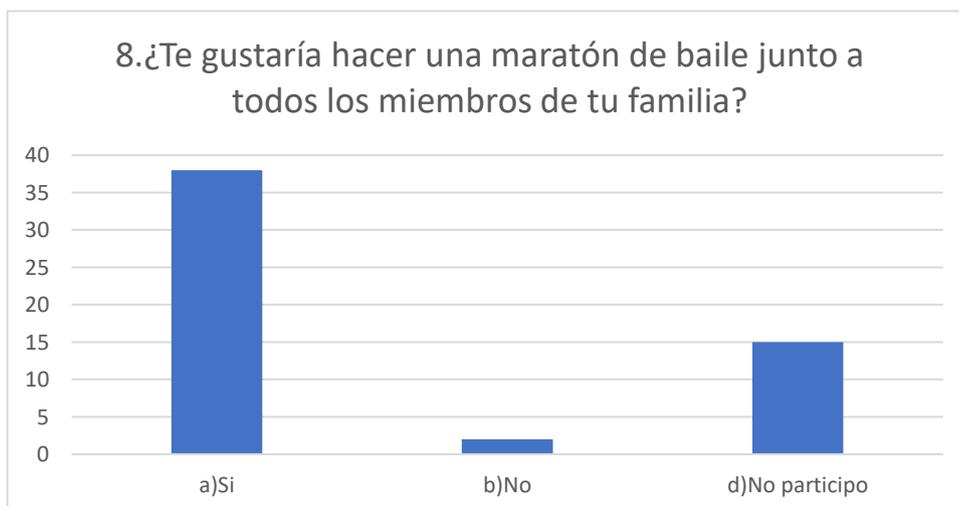
7. ¿Te gustaría estar en un escenario interpretando a tu artista favorito?

a)Si	35
b)No	5
d)No participo	15



8. ¿Te gustaría hacer una maratón de baile junto a todos los miembros de tu familia?

a) Si	38
b) No	2
d) No participo	15

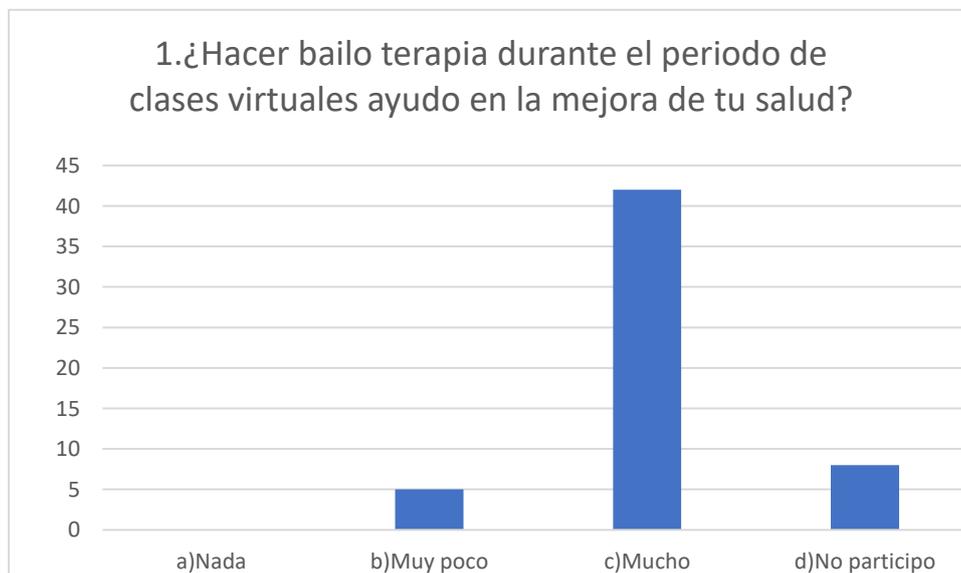


En la pregunta siete y ocho se investigó sobre que tan bien estaba su autoestima respecto a su familia y si los estudiantes tenían algún interés en aprender a bailar o interpretar a un artista.

En cuenta de salida:

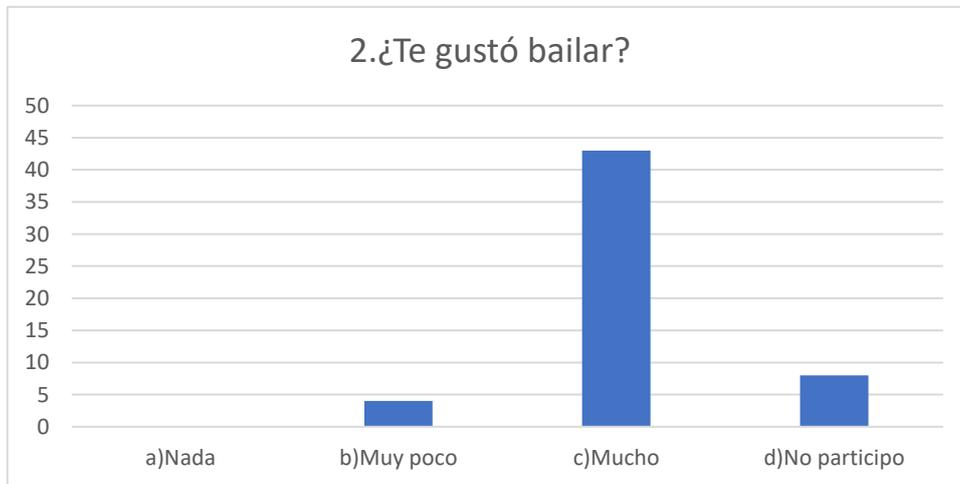
1. ¿Hacer baile terapia durante el periodo de clases virtuales ayudo en la mejora de tu salud?

a) Nada	0
b) Muy poco	5
c) Mucho	42
d) No participo	8



2. ¿Te gustó bailar?

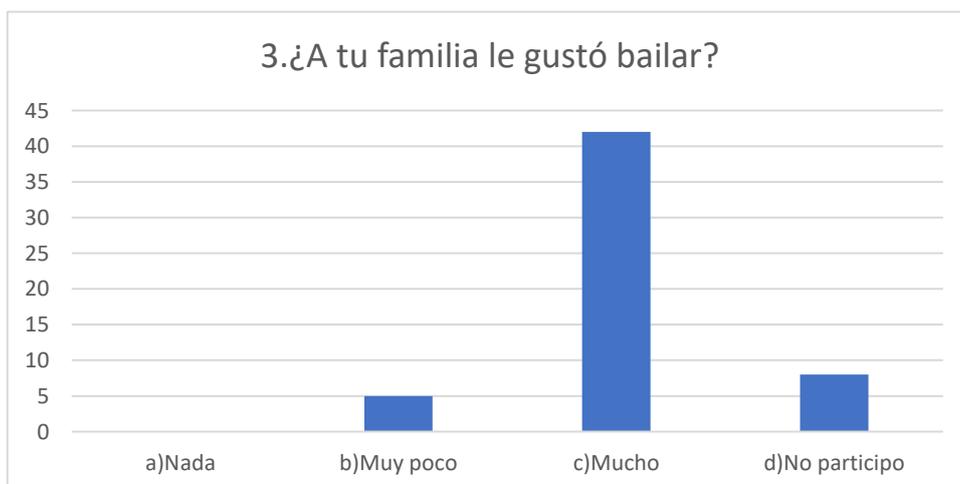
a) Nada	0
b) Muy poco	4
c) Mucho	43
d) No participo	8



En la pregunta uno y dos, busca saber si al final de todas las clases, les gusto practicar bailo terapia y si ayudo en su estado físico y mental.

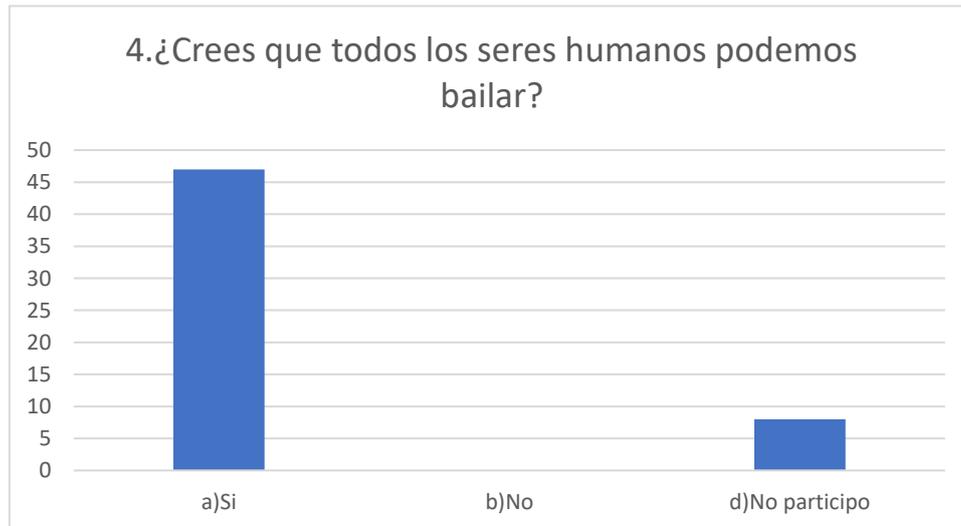
3. ¿A tu familia le gustó bailar?

a) Nada	0
b) Muy poco	5
c) Mucho	42
d) No participo	8



4. ¿Crees que todos los seres humanos podemos bailar?

a)Si	47
b)No	0
d)No participo	8



En la pregunta tres y cuatro busque informarme si al final lograron integrar a los miembros de su familia a través del baile y si lograron vencer algún tipo de prejuicio que tenían los estudiantes o algún miembro de su familia.

5. ¿Te gustó la experiencia de bailar con los ojos vendados?

a)Si	45
b)No	2
d)No participo	8



6. ¿Te gustó la experiencia de bailar sin poder escuchar?

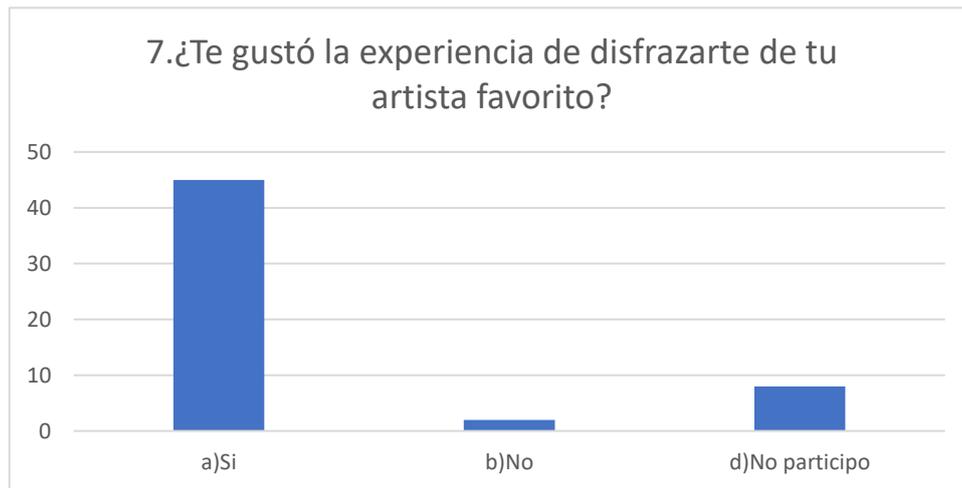
a)Si	45
b)No	2
d)No participo	8



En la pregunta cinco y seis busque saber si les gustó los retos y si los estudiantes reforzaron sus valores sin que exista algún tipo de prejuicio hacia otras personas.

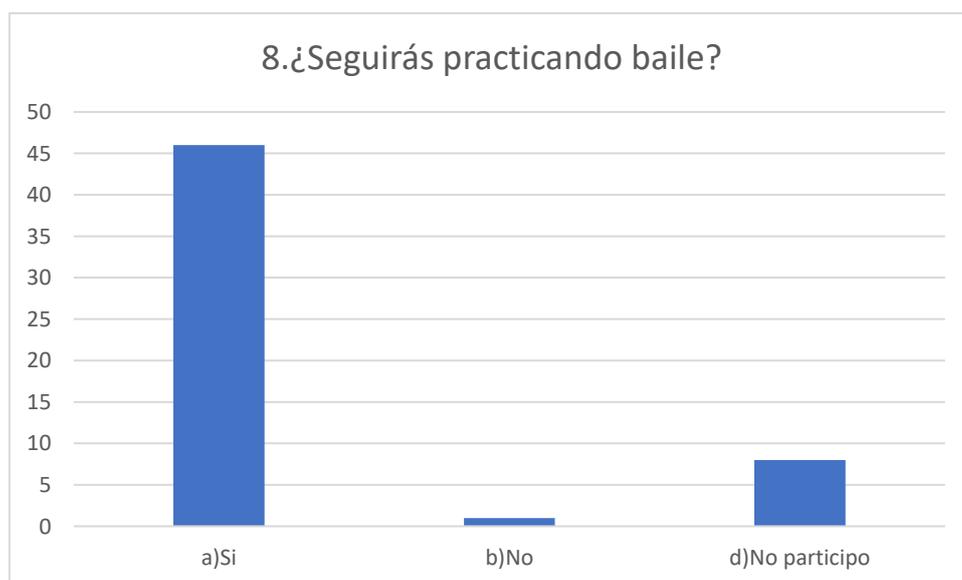
7. ¿Te gustó la experiencia de disfrazarte de tu artista favorito?

a)Si	45
b)No	2
d)No participo	8



8. ¿Seguirás practicando baile?

a)Si	46
b)No	1
d)No participo	8



En la pregunta siete y ocho busque saber quién seguiría practicando el baile como hobby, como profesión o como terapia, también si lograron vencer la timidez al baile y poder erradicar el sedentarismo.

7.2.- Los resultados obtenidos con la realización de mi trabajo los describo a través de tablas y gráficos, demostrando el cumplimiento de las competencias, capacidades y desempeños del área de Educación Física, en tal sentido en relación con los objetivos propuestos.

SESION N° 01: EXPRESO MIS EMOCIONES A TRAVES DEL CUERPO.

COMPETENCIA: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.

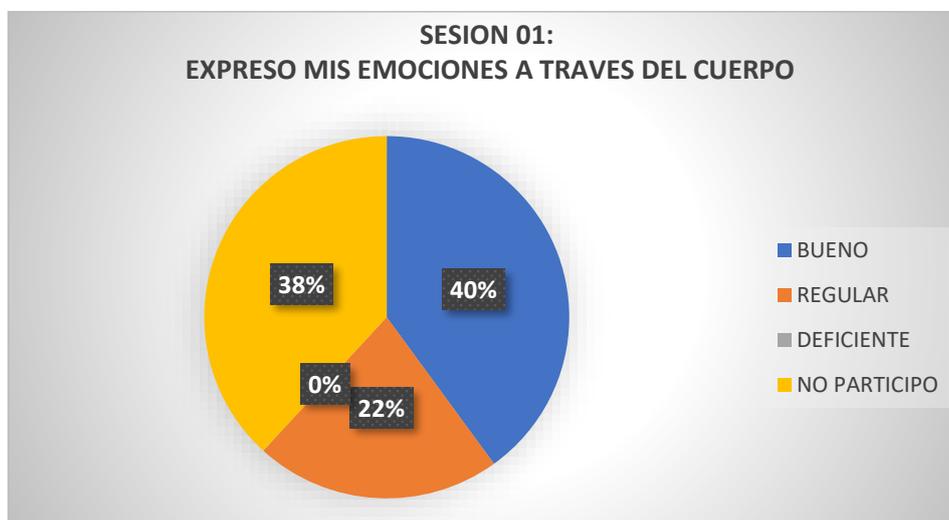
CAPACIDAD: Se Expresa Corporalmente.

DESEMPEÑO: Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.

TABLA N°1:

CALIFICATIVO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BUENO	22	40
REGULAR	12	22
DEFICIENTE	0	0
NO PARTICIPO	21	38
TOTAL	55	100

GRAFICO N°01:



DESCRIPCION:

En la sesión N°01 “Expreso mis emociones a través del cuerpo”. El 40% de los estudiantes logro una buena aplicación del desempeño, el 38% no participo durante la sesión y el 22% regularmente.

SESION N° 2: ME MUEVO CON ALEGRIA AL RITMO DE LA MUSICA.

COMPETENCIA: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.

CAPACIDAD: Se Expresa Corporalmente.

DESEMPEÑO: Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.

TABLA N° 2:

CALIFICATIVO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BUENO	17	31
REGULAR	17	31
DEFICIENTE	0	0
NO PARTICIPO	21	38
TOTAL	55	100

GRAFICO N° 2:



DESCRIPCION:

En la sesión N°02 “ME MUEVO CON ALEGRIA AL RITMO DE LA MUSICA”. El 38% de los estudiantes no participo durante la sesión, el 31% logro una buena aplicación del desempeño y el 31% regularmente.

SESION N° 3: EXPLORO MIS MOVIMIENTOS SIGUIENDO EL RITMO.

COMPETENCIA: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.

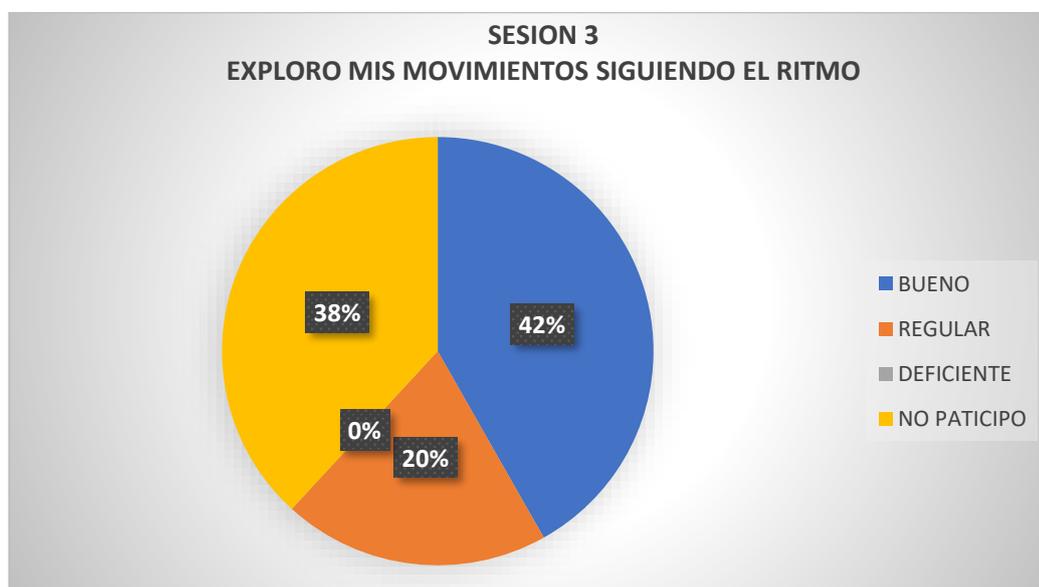
CAPACIDAD: Se Expresa Corporalmente.

DESEMPEÑO: Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.

TABLA N° 3:

CALIFICATIVO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BUENO	23	42
REGULAR	11	20
DEFICIENTE	0	0
NO PARTICIPO	21	38
TOTAL	55	100

GRAFICO N° 3:



DESCRIPCION:

En la sesión N°0 "EXPLORO MIS MOVIMIENTOS SIGUIENDO EL RITMO". El 42% de los estudiantes logro una buena aplicación del desempeño, el 38% no participo durante la sesión y el 20% regularmente.

SESION N° 4: IMITO LAS CARACTERISTICAS DE LOS ANIMALES.

COMPETENCIA: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.

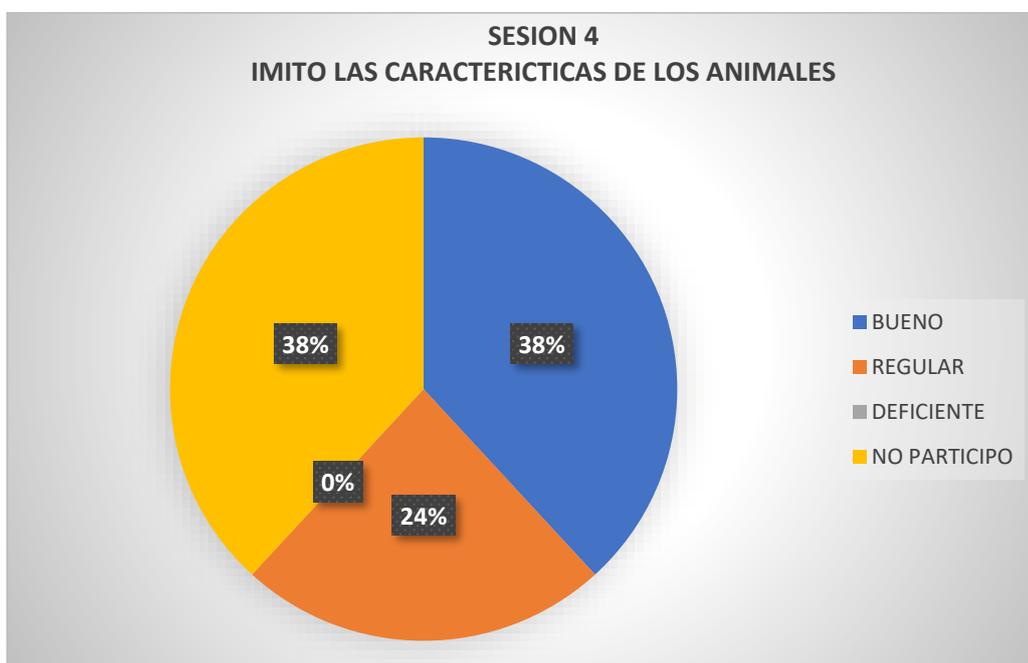
CAPACIDAD: Se Expresa Corporalmente.

DESEMPEÑO: Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.

TABLA N° 4:

CALIFICATIVO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BUENO	21	38
REGULAR	13	24
DEFICIENTE	0	0
NO PARTICIPO	21	38
TOTAL	55	100

GRAFICO N° 4:



DESCRIPCION:

En la sesión N°04 “IMITO LAS CARACTERISTICAS DE LOS ANIMALES”. El 38% de los estudiantes logro una buena aplicación del desempeño, el 38% no participo durante la sesión y el 24% regularmente

SESION N° 5: COMPARTIMOS NUESTRA DIVERSIDAD CULTURAL.

COMPETENCIA: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.

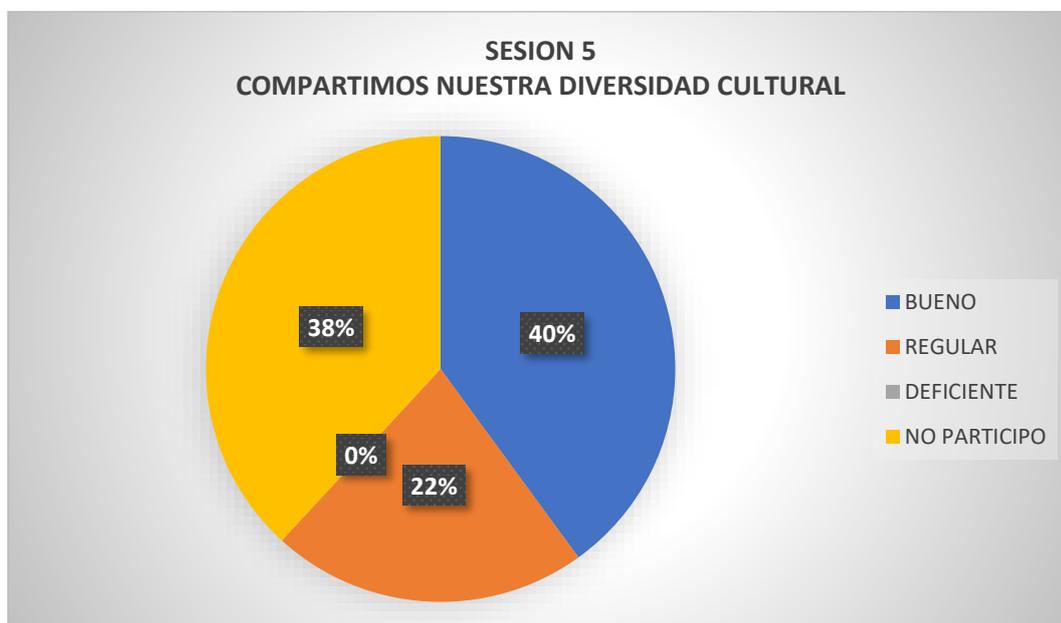
CAPACIDAD: Se Expresa Corporalmente.

DESEMPEÑO: Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.

TABLA N°5:

CALIFICATIVO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BUENO	22	40
REGULAR	12	22
DEFICIENTE	0	0
NO PARTICIPO	21	38
TOTAL	25	100

GRAFICO N° 5:



DESCRIPCION:

En la sesión N°05 "COMPARTIMOS NUESTRA DIVERSIDAD CULTURAL". El 40% de los estudiantes logro una buena aplicación del desempeño, el 38% no participo durante la sesión y el 22% regularmente.

SESION N° 6: REPRESENTAMOS CON RITMO LA CULTURA DE NUESTRO PUEBLO.

COMPETENCIA: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.

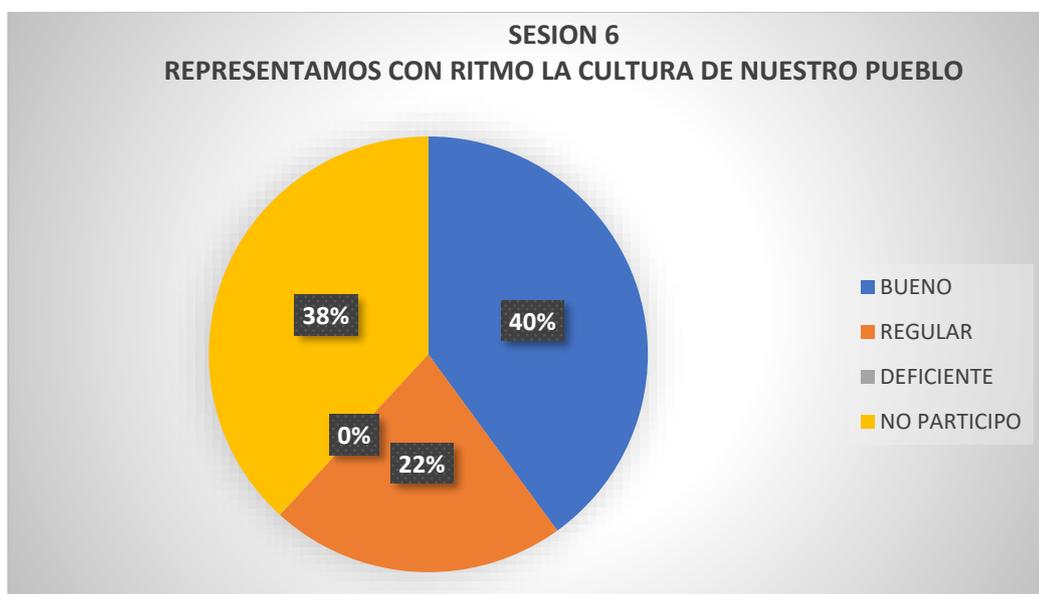
CAPACIDAD: Se Expresa Corporalmente.

DESEMPEÑO: Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.

TABLA N°6:

CALIFICATIVO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BUENO	22	40
REGULAR	12	22
DEFICIENTE	0	0
NO PARTICIPO	21	38
TOTAL	55	100

GRAFICO N° 6:



DESCRIPCION:

En la sesión N°06 "REPRESENTANDO CON RITMO LA CULTURA DE NUESTRO PUEBLO". El 40% de los estudiantes logro una buena aplicación del desempeño, el 38% no participo durante la sesión y el 22% regularmente.

SESION N° 7: DISEÑAMOS LA COREOGRAFIA QUE IDENTIFIQUE A NUESTRO PUEBLO.

COMPETENCIA: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.

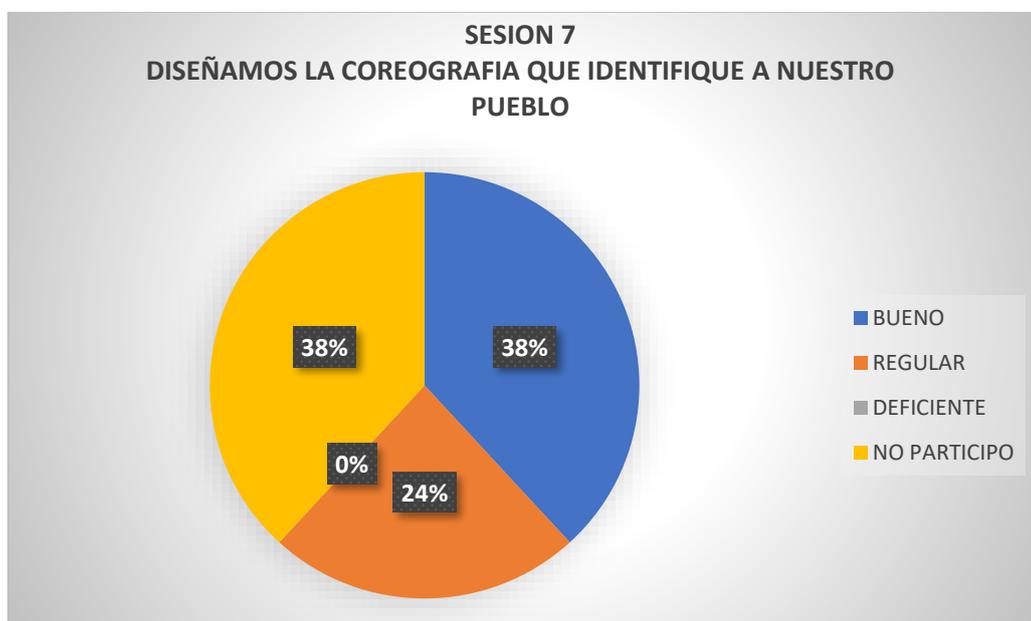
CAPACIDAD: Se Expresa Corporalmente.

DESEMPEÑO: Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.

TABLA N°7:

CALIFICATIVO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BUENO	22	38
REGULAR	12	24
DEFICIENTE	0	0
NO PARTICIPO	21	38
TOTAL	55	100

GRAFICO N° 7:



DESCRIPCION:

En la sesión N°07 "DISEÑAMOS LA COREOGRAFIA QUE IDENTIFIQUE A NUESTRO PUEBLO". El 38% de los estudiantes logro una buena aplicación del desempeño, el 38% no participo durante la sesión y el 24% regularmente.

SESION N° 8: ME MUEVO AL RITMO DE LA MUSICA DE MI PUEBLO.

COMPETENCIA: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.

CAPACIDAD: Se Expresa Corporalmente.

DESEMPEÑO: Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.

TABLA N°8:

CALIFICATIVO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BUENO	23	42
REGULAR	11	20
DEFICIENTE	0	0
NO PARTICIPO	21	38
TOTAL	55	100

GRAFICO N° 8:



DESCRIPCION:

En la sesión N°08 “ME MUEVO AL RITMO DE LA MUSICA DE MI PUEBLO”. El 42% de los estudiantes logro una buena aplicación del desempeño, el 38% no participo durante la clase y el 20% regularmente.

SESION N° 9: REALIZAMOS UNA RUTINA DE EJERCICIOS FISICOS PARA EL CUIDADO DE NUESTRA SALUD.

COMPETENCIA: ASUME UNA VIDA SALUDABLE.

CAPACIDAD: Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud

DESEMPEÑO: Explica la importancia de calentamiento y de la concentración y motivación, que lo ayuda a estar predispuesto a la actividad.

TABLA N° 9:

CALIFICATIVO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BUENO	22	40
REGULAR	12	22
DEFICIENTE	0	0
NO PARTICIPO	21	38
TOTAL	55	100

GRAFICO N° 9:



DESCRIPCION:

En la sesión N°9 “REALIZAMOS UNA RUTINA DE EJERCICIOS PARA EL CUIDADO DE NUESTRA SALUD”. El 40% de los estudiantes logro una buena aplicación del desempeño, el 38% no participo durante la sesión y el 20% regularmente.

SESION N° 10: BAILANDO A CIEGAS AL RITMO DE LA MUSICA.

COMPETENCIA: SE DESENVUELVE DE MANERA AUTONOMA A TRAVES DE SU MOTRICIDAD.

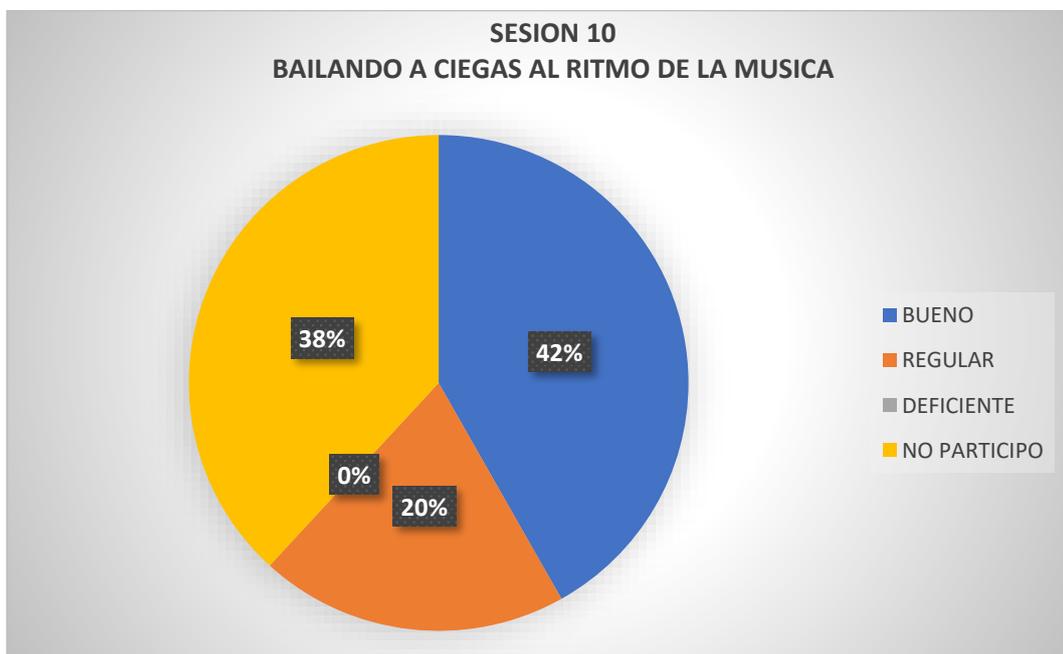
CAPACIDAD: Se expresa corporalmente.

DESEMPEÑO: Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para expresarse corporalmente a través de la música.

TABLA N° 10:

CALIFICATIVO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BUENO	23	42
REGULAR	11	20
DEFICIENTE	0	0
NO PARTICIPO	21	38
TOTAL	55	100

GRAFICO N° 10:



DESCRIPCION:

En la sesión N°10 "BAILANDO A CIEGAS AL RITMO DE LA MUSICA". El 42% de los estudiantes logro una buena aplicación del desempeño, el 38% no participo durante la sesión y el 20% regularmente.

SESION N° 11: SIN ESCUCHAR BAILO AL RITMO DE MI CORAZON.

COMPETENCIA: SE DESENVUELVE DE MANERA AUTONOMA A TRAVES DE SU MOTRICIDAD.

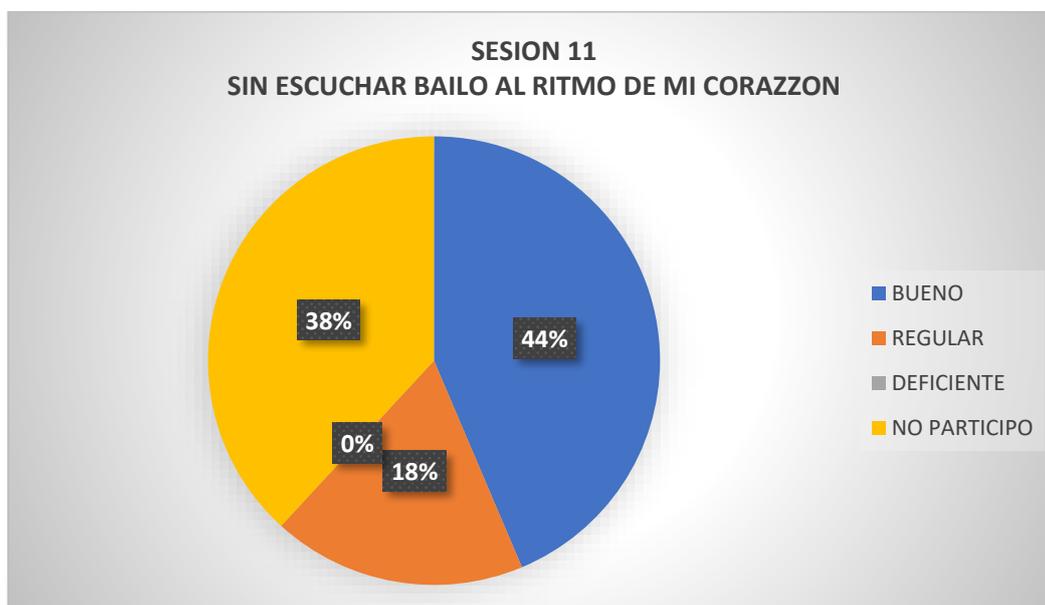
CAPACIDAD: Se expresa corporalmente.

DESEMPEÑO: Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para expresarse corporalmente a través de la música.

TABLA N° 11:

CALIFICATIVO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BUENO	24	44
REGULAR	10	18
DEFICIENTE	0	0
NO PARTICIPO	21	38
TOTAL	55	100

GRAFICO N° 11:



DESCRIPCION:

En la sesión N°11 “SIN ESCUCHAR BAILO AL RITMO DE MI CORAZON”. El 44% de los estudiantes logro una buena aplicación del desempeño, el 38% no participo durante la sesión y el 18% regularmente.

SESION N° 12: INTERPRETO A MI ARTISTA FAVORITO.

COMPETENCIA: SE DESENVUELVE DE MANERA AUTONOMA A TRAVES DE SU MOTRICIDAD.

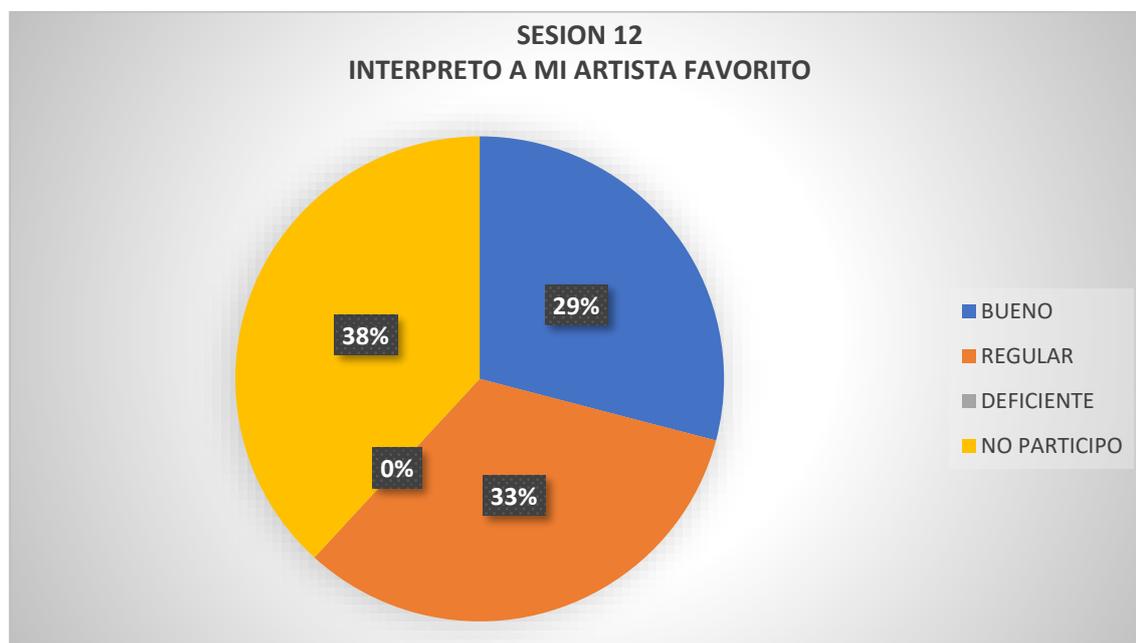
CAPACIDAD: Se expresa corporalmente.

DESEMPEÑO: Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para expresarse corporalmente a través de la música.

TABLA N° 12:

CALIFICATIVO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BUENO	16	29
REGULAR	18	33
DEFICIENTE	0	0
NO PARTICIPO	21	38
TOTAL	55	100

GRAFICO N° 12:



DESCRIPCION:

En la sesión N°12 "INTERPRETO A MI ARTISTA FAVORITO". El 38% de los estudiantes no participo durante la sesión, el 29% logro una buena aplicación del desempeño y el 33% regularmente.

SESION N° 13: FUSIONO RITMOS PARA BAILAR EN FAMILIA.

COMPETENCIA: SE DESENVUELVE DE MANERA AUTONOMA A TRAVES DE SU MOTRICIDAD.

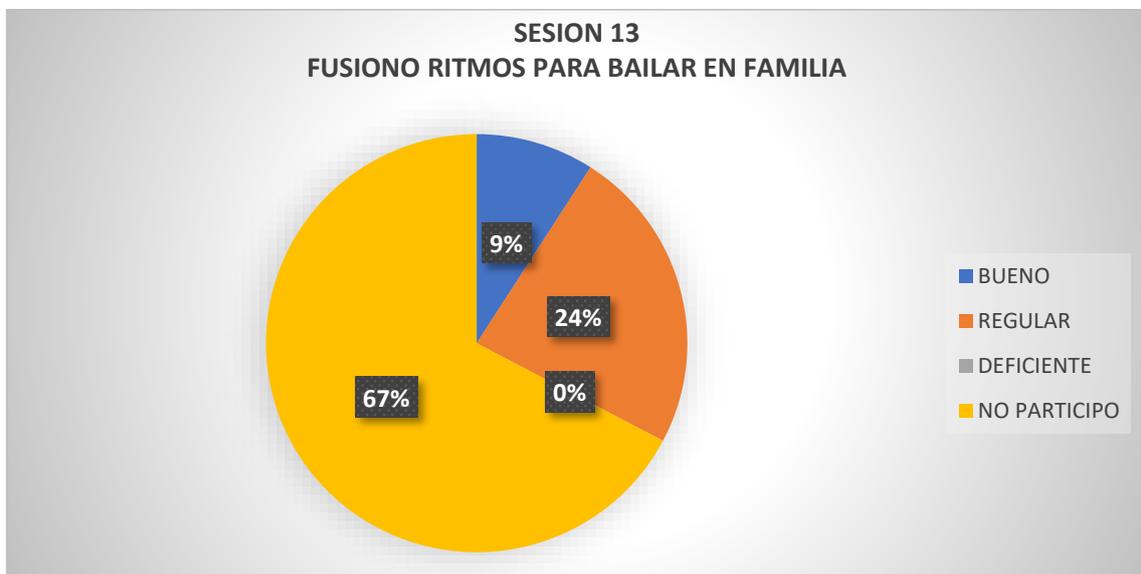
CAPACIDAD: Se expresa corporalmente.

DESEMPEÑO: Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para expresarse corporalmente a través de la música.

TABLA N° 13:

CALIFICATIVO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BUENO	5	29
REGULAR	13	33
DEFICIENTE	0	0
NO PARTICIPO	37	38
TOTAL	55	100

GRAFICO N° 13:



DESCRIPCION:

En la sesión N°10 “BAILANDO A CIEGAS AL RITMO DE LA MUSICA”. El 67% de los estudiantes no participo durante la sesión, el 24% regularmente y el 9% logro una buena aplicación.

7.3.- Evidencias obtenidas en cada sesión de aprendizaje dando cumplimiento a uno de los objetivos específicos: Motivar a los estudiantes mediante videos a ejercitarse físicamente a través de la bailoterapia.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD DEL JUEGO	NUMERO DE ESTUDIANTES	DESEMPEÑO	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE
AL RITMO DE LA MUSICA EXPRESAMOS NUESTROS SENTIMIENTOS.	34	<p>TERCER GRADO . Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.</p> <p>CUARTO GRADO . Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.</p>	
ME MUEVO CON ALEGRIA AL RITMO DE LA MUSICA.	34	<p>TERCER GRADO . Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.</p> <p>CUARTO GRADO .Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.</p>	

<p>EXPLORO MIS MOVIMIENTOS SIGUIENDO EL RITMO</p>	<p>34</p>	<p>TERCER GRADO . Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.</p> <p>CUARTO GRADO .Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.</p>	
<p>IMITO LAS CARACTERISTICAS DE LOS ANIMALES</p>	<p>34</p>	<p>TERCER GRADO . Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.</p> <p>CUARTO GRADO . Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.</p>	

<p>COMPARTIMOS NUESTRA DIVERSIDAD CULTURAL</p>	<p>34</p>	<p>TERCER GRADO . Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.</p> <p>CUARTO GRADO .Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.</p>	
<p>REPRESENTAMOS CON RITMO LA CULTURA DE NUESTRO PUEBLO</p>	<p>34</p>	<p>TERCER GRADO . Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.</p> <p>CUARTO GRADO . Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.</p>	

<p>DISEÑAMOS LA COREOGRAFIA QUE IDENTIFICA A NUESTRO PUEBLO.</p>	<p>34</p>	<p>TERCER GRADO . Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.</p> <p>CUARTO GRADO . Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.</p>	
<p>ME MUEVO AL RITMO DE LA MUSICA DE MI PUEBLO.</p>	<p>34</p>	<p>TERCER GRADO . Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal, verbal y sonoro para comunicar actitudes, sensaciones, estados de ánimo y acciones que le posibilitan comunicarse mejor con los otros.</p> <p>CUARTO GRADO . Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y pensamientos en la actividad física.</p>	

REALIZAMOS UNA RUTINA DE EJERCICIOS FISICOS PARA EL CUIDADO DE NUESTRA SALUD.

. Asume una vida saludable.

TERCER GRADO

Explica la importancia de calentamiento y de la atención, concentración y motivación, que lo ayuda a estar predispuesto a la actividad.

CUARTO GRADO

. Selecciona actividades para la activación corporal y psicológica antes de la actividad, e identifica en sí mismo las variaciones en la frecuencia cardiaca y respiratoria con relación a los diferentes niveles de esfuerzo en la práctica de actividades lúdicas.



BAILANDO A CIEGAS AL RITMO DE LA MUSICA.

34

TERCER GRADO

. Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para expresarse corporalmente a través de la música.

CUARTO GRADO

. Utiliza lenguaje corporal para expresar su forma particular de moverse, creando secuencias sencillas de movimientos relacionados con el ritmo y la música.



<p>SIN ESCUCHAR BAILO AL RITMO DE MI CORAZON</p>	<p>34</p>	<p>TERCER GRADO . Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para expresarse corporalmente a través de la música.</p> <p>CUARTO GRADO . Utiliza lenguaje corporal para expresar su forma particular de moverse, creando secuencias sencillas de movimientos relacionados con el ritmo y la música.</p>	
<p>INTERPRETO A MI ARTISTA FAVORITO</p>	<p>34</p>	<p>TERCER GRADO . Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para expresarse corporalmente a través de la música.</p> <p>CUARTO GRADO . Utiliza lenguaje corporal para expresar su forma particular de moverse, creando secuencias sencillas de movimientos relacionados con el ritmo y la música.</p>	

**FUSIONO RITMOS
PARA BAILAR EN
FAMILIA.**

18

TERCER GRADO

. Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para expresarse corporalmente a través de la música.

CUARTO GRADO

. Utiliza lenguaje corporal para expresar su forma particular de moverse, creando secuencias sencillas de movimientos relacionados con el ritmo y la música.



IX. LECCIONES APRENDIDAS:

- Gracias a los estudiantes maravillosos del IV ciclo pude fortalecer emociones que estaban desapareciendo en mí, debido a todo lo que llegó a cambiar el virus. Soy un joven investigador que a través de la práctica debo inspirar a los estudiantes, pero al inicio de las clases virtuales todo fue muy difícil, tristezas, estrés e impotencia y gracias a emociones transmitidas por los estudiantes logré recuperar la alegría, fuerza, esperanza y pude conocer nuevos sentimientos.
- Aun ya con experiencia frente a estudiantes, fue difícil transmitir a través de un video con aquella energía que me caracteriza, pero aprendí a familiarizarme aún más con una cámara y manejar los elementos de cada sesión rápidamente, ya que el tiempo de mis videos no tenían que ser tan largos por el tema del tamaño de almacenamiento de los celulares donde los estudiantes observan los videos.
- Se puede experimentar que además de la intención pedagógica a través de la bailoterapia, los estudiantes ponían de manifiesto actitudes afectivas y motivadoras.
- Conocer las competencias que debe desarrollar los estudiantes del nivel primario me ayudó a planificar mis actividades y considerar la bailoterapia, como un elemento motivacional para erradicar el sedentarismo con un propósito vinculado a lograr los aprendizajes que exigen las competencias del currículo.
- Fue necesario explicar a los padres y madres de familia el valor que tiene la bailoterapia para facilitar aprendizajes y como es que, a través de él, los estudiantes desarrollan varios procesos cognitivos que les ayudan en su proceso de vida.
- Aprendí a entender, apoyar emocionalmente y ayudar a estudiantes que pasaron por momentos muy difíciles en sus hogares.
- Con los estudiantes del IV ciclo aprendí a contribuir con el desarrollo de sus habilidades y en un caso muy especial, Eduardo Nicolás Zarate Rogel un niño de 8 años que sufrió de discriminación en sus anteriores I.E por tener discapacidad motora y no poder caminar al 100%, este caso me motivó mucho durante mi investigación, mi lección aprendida es que debemos vivir

con alegría, caminar con fuerza, bailar con emociones, reír con esperanza,
cantar con gratitud y soñar con amor.



X. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- ❖ Myriam, S. (2017). La bailo terapia infantil en el desarrollo de la inteligencia emocional de los niños y niñas de segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Fiscomisional “San Vicente de Paúl”, Cantón Riobamba, Provincia de Chimborazo. Período 2016. Retrieved from <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/6680>
- ❖ Katty, de la A. S. (2014). La bailoterapia para mejorar la coordinación motriz y el estado de ánimo de los estudiantes de 6to a 7mo° año de educación básica de la Unidad Educativa” Liceo Acrópolis”. *Universidad de Guayaquil*, 1–131.
- ❖ Sanango, F. (2015). Implementación de un programa estructurado de bailoterapia, para reducir los niveles de sedentarismo en las familias de la parroquia Nazón 2014-2015.
- ❖ Ccaccasaca, C. (2017). Efecto de la danza terapia en la autoestima del adulto mayor del establecimiento de salud la revolución. Juliaca 2016. 140. Retrieved from http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/4935/Ccaccasaca_Laura_Cynthia_Pamela.pdf?sequence=1&isAllowed=
- ❖ Victor, C. (2019). La actividad física en la infancia. Trabajo.
- ❖ ¿Qué es Bailoterapia? » Su Definición y Significado [2020]. (n.d.). Retrieved July 1, 2020, from <https://conceptodefinicion.de/bailoterapia/>
- ❖ 10 beneficios del baile para la salud. (2019). Retrieved January 7, 2021, from Myriad website: <https://www.emyriad.com/10-beneficios-del-baile-para-la-salud/>
- ❖ Axé. (2015). Retrieved January 7, 2021, from Wikipedia website: <https://es.wikipedia.org/wiki/Axé>
- ❖ Carmen, R. (2019). Identifica tu Ansiedad -. Retrieved January 7, 2021, from Emotion in Harmony website: https://emotionsinharmony.org/2019/01/31/identifica-tu-ansiedad/?gclid=EAlaIQobChMI09uq_KL27QIVBK-GCh38NQ8jEAAYASAAEgIQZfD_BwE
- ❖ Chang, J. (2000). Hip hop. Retrieved January 7, 2021, from Wikipedia

website: https://es.wikipedia.org/wiki/Hip_hop

- ❖ Coral. (2017). Citas y Baile: Frases para Inspirarte. Retrieved January 7, 2021, from Superprof website: <https://www.superprof.es/blog/dichos-sobre-el-baile/>
- ❖ De Stefano, G. (2005). Samba (música). Retrieved January 7, 2021, from Wikipedia website: [https://es.wikipedia.org/wiki/Samba_\(música\)](https://es.wikipedia.org/wiki/Samba_(música))
- ❖ Pérez de Cuello, C. (2020). Merengue (género musical). Retrieved January 7, 2021, from Wikipedia website: [https://es.wikipedia.org/wiki/Merengue_\(género_musical\)](https://es.wikipedia.org/wiki/Merengue_(género_musical))
- ❖ Peru, R. del. (2020). Orientaciones Pedagógicas Para El Servicio Educativo De Educación Básica Durante El Año 2020 En El Marco De La Emergencia Sanitaria Por El Coronavirus Covid-19". *El Peruano*.
- ❖ Rosello, R. (2015). Expresión corporal. Retrieved January 7, 2021, from Wikipedia website: https://es.wikipedia.org/wiki/Expresión_corporal
- ❖ Salazar, M. (2015). Salsa (género musical). Retrieved January 7, 2021, from Wikipedia website: [https://es.wikipedia.org/wiki/Salsa_\(género_musical\)](https://es.wikipedia.org/wiki/Salsa_(género_musical))
- ❖ Salud. (2020). Bailoterapia. Retrieved January 7, 2021, from slvf-associes.com website: <https://it.slvf-associes.com/bailoterapia>
- ❖ Tejada, D. (2000). Bachata. Retrieved January 7, 2021, from Wikipedia website: <https://es.wikipedia.org/wiki/Bachata>

XI. ANEXOS

RUBRICA DE DESEMPEÑO

Criterios	Excelente 5 puntos	Bueno 3 puntos	Deficiente 1 punto	Logro
Duración y ritmo	El video es dinámico, entretenido, tiene buen ritmo y cumple los requerimientos de duración (2 minutos).	El video es dinámico y un poco corto. (dura menos de 1 minuto).	El video no es dinámico y es demasiado corto (dura menos de 30 segundos)	
Contenido y organización	Está claramente organizado. El video contiene información rica que contribuye al propósito del tema.	Contribuye al desarrollo del propósito.	El contenido no presenta un claro propósito.	
Originalidad	Completamente autentico.	El trabajo está basado en ideas ya existentes.	El trabajo es completamente una copia de otro trabajo.	
Trabajo en familia	Varios miembros de la familia contribuyen muy bien al trabajo y demuestran respeto entre ellos.	Un solo miembro de la familia contribuye con el trabajo.	El trabajo ha sido realizado por una sola persona.	

CUADRO DE SEGUIMIENTO DEL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS Y CAPACIDADES EN EL ÁREA DE EDUCACION FISICA EN RELACIÓN ASU PROYECTO DE INVESTIGACION; RECOLECCIÓN DE DATOS.

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad						Asume una Vida Saludable						Interactúa a través de sus habilidades socio motrices							
		Comprende su Cuerpo			Se Expresa Corporalmente			Comprende las relaciones entre la actividad física.			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida				
		DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS							
		Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal para comunicar sensaciones y acciones que le																			
		B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D
SESION N° 1: EXPRESO MIS EMOCIONES A TRAVES DEL CUERPO																					
1	ALONSO LOPEZ DANNA ARIANA				B																
2	ALVAREZ ZAMBRANO KIMBERLY				B																
3	ANTON BRITO FRANYER JESUS				R																
4	APOLO APOLO VANESA LESLIE				B																
5	CALDERON BANCAYAN YAJAIRA				R																
6	CARRILLO PEÑA VICTOR RUFINO				R																
7	FLORES GONZALES JIRET MARIA				B																
8	GARCIA CRUZ KEIMY YAZUKEY				R																
9	HEREDIA LOPEZ ESTEYSI JSAIDE				B																
10	HERRERA VELAZQUEZ ODAR DEL				B																
11	NEYRA PEÑA BRAYANI MARISU				R																
12	PEÑA ELIZALDE ESCARLET ABIG				B																
13	PURIZAGA JARAMILLO ARTURO				R																
14	RODRIGUEZ DELGADO ORANNY C				B																
15	RODRIGUEZ GOMEZ MARIANGEL				B																
16	SAAVEDRA ELIAS SAMUEL ESAN				B																
17	SALDARRIAGA AGUIRRE PERCY BENJAMI				B																
18	SANDOVAL FLORES NAYELI MAGDIEL				R																
19	SERRANO DAVIS ZOE CAMILA				B																
20	SILVA ZAPATA ESTEFANY ARIANA				R																
21	VIÑAS PEÑA WILLIAM IRVIN				B																
22	ZAPATA APOLO EDUARDO DANIEL				B																
23	ZAPATA APOLO MILAGROS BELEN				B																
24	ZAPATA APOLO MILAGROS GUADALUPE				B																
25	ZARATE ROGEL EDUARDO NICOLAS				B																

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad						Asume una Vida Saludable						Interactúa a través de sus habilidades socio motrices							
		Comprende su Cuerpo			Se Expresa Corporalmente			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación.			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida				
		DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS							
		Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal para comunicar sensaciones																			
		B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D
SESION N° 2: ME MUEVO CON ALEGRIA AL RITMO DE LA MUSICA																					
1	ALONSO LOPEZ DANNA ARIANA				R																
2	ALVAREZ ZAMBRANO KIMBERLY JULIET				B																
3	ANTON BRITO FRANYER JESUS				R																
4	APOLO APOLO VANESA LESLIE				B																
5	CALDERON BANCAYAN YAJAIRA ORIANKA				R																
6	CARRILLO PEÑA VICTOR RUFINO				R																
7	FLORES GONZALES JIRET MARIANA				B																
8	GARCIA CRUZ KEIMY YAZUKEY				B																
9	HEREDIA LOPEZ ESTEYSI JSAIDET				B																
10	HERRERA VELAZQUEZ ODAR DELCADER				B																
11	NEYRA PEÑA BRAYANI MARISU				R																
12	PEÑA ELIZALDE ESCARLET ABIGAIL				B																
13	PURIZAGA JARAMILLO ARTURO STIP				R																
14	RODRIGUEZ DELGADO ORANNY OSMAR				B																
15	RODRIGUEZ GOMEZ MARIANGELES DE LC				B																
16	SAAVEDRA ELIAS SAMUEL ESAN				B																
17	SALDARRIAGA AGUIRRE PERCY BENJAMIN				B																
18	SANDOVAL FLORES NAYELI MAGDIEL				R																
19	SERRANO DAVIS ZOE CAMILA				B																
20	SILVA ZAPATA ESTEFANY ARIANA				R																
21	VIÑAS PEÑA WILLIAM IRVIN				B																
22	ZAPATA APOLO EDUARDO DANIEL				B																
23	ZAPATA APOLO MILAGROS BELEN				B																
24	ZAPATA APOLO MILAGROS GUADALUPE				B																
25	ZARATE ROGEL EDUARDO NICOLAS				B																

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad						Asume una Vida Saludable						Interactúa a través de sus habilidades socio motrices							
		Comprende su Cuerpo			Se Expresa Corporalmente			Comprende las relaciones entre la actividad física,			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida				
		DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS							
		Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal para comunicar sensaciones																			
B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	
SESION N° 3: EXPLORO MIS MOVIMIENTOS SIGUIENDO EL RITMO																					
1	ALONSO LOPEZ DANNA ARIANA				R	REGULAR															
2	ALVAREZ ZAMBRANO KIMBERLY JULIET				B	BUENO															
3	ANTON BRITO FRANYER JESUS				R	REGULAR															
4	APOLO APOLO VANESA LESLIE				B	BUENO															
5	CALDERON BANCAYAN YAJAIRA ORIANKA				R	REGULAR															
6	CARRILLO PEÑA VICTOR RUFINO				B	BUENO															
7	FLORES GONZALES JIRET MARIANA				B	BUENO															
8	GARCIA CRUZ KEIMY YAZUKEY				B	BUENO															
9	HEREDIA LOPEZ ESTEYSI JSAIDET				B	BUENO															
10	HERRERA VELAZQUEZ ODAR DELCADER				B	BUENO															
11	NEYRA PEÑA BRAYANI MARISU				R	REGULAR															
12	PEÑA ELIZALDE ESCARLET ABIGAIL				B	BUENO															
13	PURIZAGA JARAMILLO ARTURO STIP				R	REGULAR															
14	RODRIGUEZ DELGADO ORANNY OSMAR				B	BUENO															
15	RODRIGUEZ GOMEZ MARIANGELES DE LC				B	BUENO															
16	SAAVEDRA ELIAS SAMUEL ESAN				B	BUENO															
17	SALDARRIAGA AGUIRRE PERCY BENJAMIN				B	BUENO															
18	SANDOVAL FLORES NAVELI MAGDIEL				R	REGULAR															
19	SERRANO DAVIS ZOE CAMILA				B	BUENO															
20	SILVA ZAPATA ESTEFANY ARIANA				R	REGULAR															
21	VIÑAS PEÑA WILLIAM IRVIN				B	BUENO															
22	ZAPATA APOLO EDUARDO DANIEL				B	BUENO															
23	ZAPATA APOLO MILAGROS BELEN				B	BUENO															
24	ZAPATA APOLO MILAGROS GUADALUPE				B	BUENO															
25	ZARATE ROGEL EDUARDO NICOLAS				B	BUENO															

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad						Asume una Vida Saludable						Interactúa a través de sus habilidades socio motrices							
		Comprende su Cuerpo			Se Expresa Corporalmente			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentaci			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida				
		DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS							
		Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal para comunicar sensaciones																			
B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	
SESION N° 4: IMITO LAS CARACTERISTICAS DE LOS ANIMALES																					
1	ALONSO LOPEZ DANNA ARIANA				R	REGULAR															
2	ALVAREZ ZAMBRANO KIMBERLY JULIET				B	BUENO															
3	ANTON BRITO FRANYER JESUS				R	REGULAR															
4	APOLO APOLO VANESA LESLIE				B	BUENO															
5	CALDERON BANCAYAN YAJAIRA ORIANKA				R	REGULAR															
6	CARRILLO PEÑA VICTOR RUFINO				R	REGULAR															
7	FLORES GONZALES JIRET MARIANA				B	BUENO															
8	GARCIA CRUZ KEIMY YAZUKEY				R	REGULAR															
9	HEREDIA LOPEZ ESTEYSI JSAIDET				B	BUENO															
10	HERRERA VELAZQUEZ ODAR DELCADER				B	BUENO															
11	NEYRA PEÑA BRAYANI MARISU				R	REGULAR															
12	PEÑA ELIZALDE ESCARLET ABIGAIL				B	BUENO															
13	PURIZAGA JARAMILLO ARTURO STIP				R	REGULAR															
14	RODRIGUEZ DELGADO ORANNY OSMAR				B	BUENO															
15	RODRIGUEZ GOMEZ MARIANGELES DE LC				B	BUENO															
16	SAAVEDRA ELIAS SAMUEL ESAN				B	BUENO															
17	SALDARRIAGA AGUIRRE PERCY BENJAMIN				B	BUENO															
18	SANDOVAL FLORES NAVELI MAGDIEL				R	REGULAR															
19	SERRANO DAVIS ZOE CAMILA				B	BUENO															
20	SILVA ZAPATA ESTEFANY ARIANA				R	REGULAR															
21	VIÑAS PEÑA WILLIAM IRVIN				B	BUENO															
22	ZAPATA APOLO EDUARDO DANIEL				B	BUENO															
23	ZAPATA APOLO MILAGROS BELEN				B	BUENO															
24	ZAPATA APOLO MILAGROS GUADALUPE				B	BUENO															
25	ZARATE ROGEL EDUARDO NICOLAS				B	BUENO															

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad			Asume una Vida Saludable			Interactúa a través de sus habilidades socio motrices					
		Comprende su Cuerpo	Se Expresa Corporalmente		Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida		Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal		Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			
		DESEMPEÑOS			DESEMPEÑOS			DESEMPEÑOS					
		Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal para comunicar sensaciones											
B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo
SESION N° 5: COMPARTIMOS NUESTRA DIVERSIDAD CULTURAL													
1	ALONSO LOPEZ DANNA ARIANA				R	REGULAR							
2	ALVAREZ ZAMBRANO KIMBERLY JULIET				B	BUENO							
3	ANTON BRITO FRANYER JESUS				R	REGULAR							
4	APOLO APOLO VANESA LESLIE				B	BUENO							
5	CALDERON BANCAYAN YAJAIRA ORIANKA				R	REGULAR							
6	CARRILLO PEÑA VICTOR RUFINO				R	REGULAR							
7	FLORES GONZALES JIRET MARIANA				B	BUENO							
8	GARCIA CRUZ KEIMY YAZUKEY				B	BUENO							
9	HEREDIA LOPEZ ESTEYSI JSAIDET				B	BUENO							
10	HERRERA VELAZQUEZ ODAR DELCADER				B	BUENO							
11	NEYRA PEÑA BRAYANI MARISU				R	REGULAR							
12	PEÑA ELIZALDE ESCARLET ABIGAIL				B	BUENO							
13	PURIZAGA JARAMILLO ARTURO STIP				R	REGULAR							
14	RODRIGUEZ DELGADO ORANNY OSMAR				B	BUENO							
15	RODRIGUEZ GOMEZ MARIANGELES DE LC				B	BUENO							
16	SAAVEDRA ELIAS SAMUEL ESAN				B	BUENO							
17	SALDARRIAGA AGUIRRE PERCY BENJAMIN				B	BUENO							
18	SANDOVAL FLORES NAYELI MAGDIEL				R	REGULAR							
19	SERRANO DAVIS ZOE CAMILA				B	BUENO							
20	SILVA ZAPATA ESTEFANY ARIANA				R	REGULAR							
21	VIÑAS PEÑA WILLIAM IRVIN				B	BUENO							
22	ZAPATA APOLO EDUARDO DANIEL				B	BUENO							
23	ZAPATA APOLO MILAGROS BELEN				B	BUENO							
24	ZAPATA APOLO MILAGROS GUADALUPE				B	BUENO							
25	ZARATE ROGEL EDUARDO NICOLAS				B	BUENO							

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad			Asume una Vida Saludable			Interactúa a través de sus habilidades socio motrices					
		Comprende su Cuerpo	Se Expresa Corporalmente		Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida		Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal		Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			
		DESEMPEÑOS			DESEMPEÑOS			DESEMPEÑOS					
		Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal para comunicar sensaciones											
B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo
SESION N° 6: REPRESENTAMOS CON RITMO LA CULTURA DE NUESTRO PUEBLO													
1	ALONSO LOPEZ DANNA ARIANA				R	REGULAR							
2	ALVAREZ ZAMBRANO KIMBERLY JULIET				B	BUENO							
3	ANTON BRITO FRANYER JESUS				R	REGULAR							
4	APOLO APOLO VANESA LESLIE				B	BUENO							
5	CALDERON BANCAYAN YAJAIRA ORIANKA				R	REGULAR							
6	CARRILLO PEÑA VICTOR RUFINO				R	REGULAR							
7	FLORES GONZALES JIRET MARIANA				B	BUENO							
8	GARCIA CRUZ KEIMY YAZUKEY				B	BUENO							
9	HEREDIA LOPEZ ESTEYSI JSAIDET				B	BUENO							
10	HERRERA VELAZQUEZ ODAR DELCADER				B	BUENO							
11	NEYRA PEÑA BRAYANI MARISU				R	REGULAR							
12	PEÑA ELIZALDE ESCARLET ABIGAIL				B	BUENO							
13	PURIZAGA JARAMILLO ARTURO STIP				R	REGULAR							
14	RODRIGUEZ DELGADO ORANNY OSMAR				B	BUENO							
15	RODRIGUEZ GOMEZ MARIANGELES DE LC				B	BUENO							
16	SAAVEDRA ELIAS SAMUEL ESAN				B	BUENO							
17	SALDARRIAGA AGUIRRE PERCY BENJAMIN				B	BUENO							
18	SANDOVAL FLORES NAYELI MAGDIEL				R	REGULAR							
19	SERRANO DAVIS ZOE CAMILA				B	BUENO							
20	SILVA ZAPATA ESTEFANY ARIANA				R	REGULAR							
21	VIÑAS PEÑA WILLIAM IRVIN				B	BUENO							
22	ZAPATA APOLO EDUARDO DANIEL				B	BUENO							
23	ZAPATA APOLO MILAGROS BELEN				B	BUENO							
24	ZAPATA APOLO MILAGROS GUADALUPE				B	BUENO							
25	ZARATE ROGEL EDUARDO NICOLAS				B	BUENO							

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad						Asume una Vida Saludable						Interactúa a través de sus habilidades socio motrices							
		Comprende su Cuerpo			Se Expresa Corporalmente			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentaci			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida				
		DESEMPEÑOS																			
		Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal para comunicar sensaciones																			
		B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D
SESION N° 7: DISEÑAMOS LA COREOGRAFIA QUE IDENTIFICA A NUESTRO PUEBLO																					
1	ALONSO LOPEZ DANNA ARIANA				R	REGULAR															
2	ALVAREZ ZAMBRANO KIMBERLY JULIET			B		BUENO															
3	ANTON BRITO FRANYER JESUS				R	REGULAR															
4	APOLO APOLO VANESA LESLIE			B		BUENO															
5	CALDERON BANCAYAN YAJAIRA ORIANKA				R	REGULAR															
6	CARRILLO PEÑA VICTOR RUFINO				R	REGULAR															
7	FLORES GONZALES JIRET MARIANA				R	REGULAR															
8	GARCIA CRUZ KEIMY YAZUKEY			B		BUENO															
9	HEREDIA LOPEZ ESTEYSI JSAIDET			B		BUENO															
10	HERRERA VELAZQUEZ ODAR DELCADER			B		BUENO															
11	NEYRA PEÑA BRAYANI MARISU				R	REGULAR															
12	PEÑA ELIZALDE ESCARLET ABIGAIL			B		BUENO															
13	PURIZAGA JARAMILLO ARTURO STIP				R	REGULAR															
14	RODRIGUEZ DELGADO ORANNY OSMAR			B		BUENO															
15	RODRIGUEZ GOMEZ MARIANGELES DE LO			B		BUENO															
16	SAAVEDRA ELIAS SAMUEL ESAN			B		BUENO															
17	SALDARRIAGA AGUIRRE PERCY BENJAMIN			B		BUENO															
18	SANDOVAL FLORES NAYELI MAGDIEL				R	REGULAR															
19	SERRANO DAVIS ZOE CAMILA			B		BUENO															
20	SILVA ZAPATA ESTEFANY ARIANA				R	REGULAR															
21	VIÑAS PEÑA WILLIAM IRVIN			B		BUENO															
22	ZAPATA APOLO EDUARDO DANIEL			B		BUENO															
23	ZAPATA APOLO MILAGROS BELEN			B		BUENO															
24	ZAPATA APOLO MILAGROS GUADALUPE			B		BUENO															
25	ZARATE ROGEL EDUARDO NICOLAS			B		BUENO															

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad						Asume una Vida Saludable						Interactúa a través de sus habilidades socio motrices							
		Comprende su Cuerpo			Se Expresa Corporalmente			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentaci			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida				
		DESEMPEÑOS																			
		Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal para comunicar sensaciones																			
		B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D
SESION N°8: ME MUEVO AL RITMO DE LA MUSICA DE MI PUEBLO																					
1	ALONSO LOPEZ DANNA ARIANA			B		BUENO															
2	ALVAREZ ZAMBRANO KIMBERLY JULIET			B		BUENO															
3	ANTON BRITO FRANYER JESUS				R	REGULAR															
4	APOLO APOLO VANESA LESLIE			B		BUENO															
5	CALDERON BANCAYAN YAJAIRA ORIANKA			B		REGULAR															
6	CARRILLO PEÑA VICTOR RUFINO				R	REGULAR															
7	FLORES GONZALES JIRET MARIANA				R	BUENO															
8	GARCIA CRUZ KEIMY YAZUKEY			B		REGULAR															
9	HEREDIA LOPEZ ESTEYSI JSAIDET			B		BUENO															
10	HERRERA VELAZQUEZ ODAR DELCADER			B		BUENO															
11	NEYRA PEÑA BRAYANI MARISU				R	REGULAR															
12	PEÑA ELIZALDE ESCARLET ABIGAIL			B		BUENO															
13	PURIZAGA JARAMILLO ARTURO STIP				R	REGULAR															
14	RODRIGUEZ DELGADO ORANNY OSMAR			B		BUENO															
15	RODRIGUEZ GOMEZ MARIANGELES DE LO			B		BUENO															
16	SAAVEDRA ELIAS SAMUEL ESAN			B		BUENO															
17	SALDARRIAGA AGUIRRE PERCY BENJAMIN			B		BUENO															
18	SANDOVAL FLORES NAYELI MAGDIEL				R	REGULAR															
19	SERRANO DAVIS ZOE CAMILA			B		BUENO															
20	SILVA ZAPATA ESTEFANY ARIANA				R	REGULAR															
21	VIÑAS PEÑA WILLIAM IRVIN			B		BUENO															
22	ZAPATA APOLO EDUARDO DANIEL			B		BUENO															
23	ZAPATA APOLO MILAGROS BELEN			B		BUENO															
24	ZAPATA APOLO MILAGROS GUADALUPE			B		BUENO															
25	ZARATE ROGEL EDUARDO NICOLAS			B		BUENO															

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad			Asume una Vida Saludable						Interactúa a través de sus habilidades socio motrices									
		Comprende su Cuerpo			Se Expresa Corporalmente			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			
		DESEMPEÑOS			DESEMPEÑOS			DESEMPEÑOS			DESEMPEÑOS			DESEMPEÑOS						
								. Explica la importancia del calentamiento y de la concentración y												
		B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R
SESION N° 9: REALIZAMOS UNA RUTINA DE EJERCICIOS FISICOS PARA EL CUIDADO DE NUESTRA SALUD																				
1	ALONSO LOPEZ DANNA ARIANA						B						BUENO							
2	ALVAREZ ZAMBRANO KIMBERLY JULIET						B						BUENO							
3	ANTON BRITO FRANYER JESUS							R					REGULAR							
4	APOLO APOLO VANESA LESLIE						B						BUENO							
5	CALDERON BANCAYAN YAJAIRA ORIANKA						B						BUENO							
6	CARRILLO PEÑA VICTOR RUFINO							R					REGULAR							
7	FLORES GONZALES JIRET MARIANA							R					REGULAR							
8	GARCIA CRUZ KEIMY YAZUKEY							R					REGULAR							
9	HEREDIA LOPEZ ESTEYSI JSAIDET						B						BUENO							
10	HERRERA VELAZQUEZ ODAR DELCADER						B						BUENO							
11	NEYRA PEÑA BRAYANI MARISU							R					REGULAR							
12	PEÑA ELIZALDE ESCARLET ABIGAIL						B						BUENO							
13	PURIZAGA JARAMILLO ARTURO STIP							R					REGULAR							
14	RODRIGUEZ DELGADO ORANNY OSMAR						B						BUENO							
15	RODRIGUEZ GOMEZ MARIANGELES DE LC						B						BUENO							
16	SAAVEDRA ELIAS SAMUEL ESAN						B						BUENO							
17	SALDARRIAGA AGUIRRE PERCY BENJAMIN						B						BUENO							
18	SANDOVAL FLORES NAYELI MAGDIEL							R					REGULAR							
19	SERRANO DAVIS ZOE CAMILA						B						BUENO							
20	SILVA ZAPATA ESTEFANY ARIANA							R					REGULAR							
21	VIÑAS PEÑA WILLIAM IRVIN						B						BUENO							
22	ZAPATA APOLO EDUARDO DANIEL						B						BUENO							
23	ZAPATA APOLO MILAGROS BELEN						B						BUENO							
24	ZAPATA APOLO MILAGROS GUADALUPE						B						BUENO							
25	ZARATE ROGEL EDUARDO NICOLAS						B						BUENO							

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad			Asume una Vida Saludable						Interactúa a través de sus habilidades socio motrices									
		Comprende su Cuerpo			Se Expresa Corporalmente			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			
		DESEMPEÑOS			DESEMPEÑOS			DESEMPEÑOS			DESEMPEÑOS			DESEMPEÑOS						
								. Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas												
		B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R
SESION N° 10: BAILANDO A CIEGAS AL RITMO DE LA MUSICA																				
1	ALONSO LOPEZ DANNA ARIANA				B		BUENO													
2	ALVAREZ ZAMBRANO KIMBERLY JULIET				B		BUENO													
3	ANTON BRITO FRANYER JESUS					R	REGULAR													
4	APOLO APOLO VANESA LESLIE				B		BUENO													
5	CALDERON BANCAYAN YAJAIRA ORIANKA				B		BUENO													
6	CARRILLO PEÑA VICTOR RUFINO					R	REGULAR													
7	FLORES GONZALES JIRET MARIANA					R	REGULAR													
8	GARCIA CRUZ KEIMY YAZUKEY					R	REGULAR													
9	HEREDIA LOPEZ ESTEYSI JSAIDET				B		BUENO													
10	HERRERA VELAZQUEZ ODAR DELCADER				B		BUENO													
11	NEYRA PEÑA BRAYANI MARISU					R	REGULAR													
12	PEÑA ELIZALDE ESCARLET ABIGAIL				B		BUENO													
13	PURIZAGA JARAMILLO ARTURO STIP					R	REGULAR													
14	RODRIGUEZ DELGADO ORANNY OSMAR				B		BUENO													
15	RODRIGUEZ GOMEZ MARIANGELES DE LC				B		BUENO													
16	SAAVEDRA ELIAS SAMUEL ESAN				B		BUENO													
17	SALDARRIAGA AGUIRRE PERCY BENJAMIN				B		BUENO													
18	SANDOVAL FLORES NAYELI MAGDIEL				B		BUENO													
19	SERRANO DAVIS ZOE CAMILA				B		BUENO													
20	SILVA ZAPATA ESTEFANY ARIANA					R	REGULAR													
21	VIÑAS PEÑA WILLIAM IRVIN				B		BUENO													
22	ZAPATA APOLO EDUARDO DANIEL				B		BUENO													
23	ZAPATA APOLO MILAGROS BELEN				B		BUENO													
24	ZAPATA APOLO MILAGROS GUADALUPE				B		BUENO													
25	ZARATE ROGEL EDUARDO NICOLAS				B		BUENO													

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad			Asume una Vida Saludable			Interactúa a través de sus habilidades socio motrices						
		Comprende su Cuerpo		Se Expresa Corporalmente	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación,		Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación,		Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida				
		DESEMPEÑOS			DESEMPEÑOS			DESEMPEÑOS						
		. Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para												
B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	
SESION N° 11: SIN ESCUCHAR BAILO AL RITMO DE MI CORAZON														
1	ALONSO LOPEZ DANNA ARIANA				B		BUENO							
2	ALVAREZ ZAMBRANO KIMBERLY JULIET				B		BUENO							
3	ANTON BRITO FRANYER JESUS					R	REGULAR							
4	APOLO APOLO VANESA LESLIE				B		BUENO							
5	CALDERON BANCAYAN YAJAIRA ORIANKA				B		BUENO							
6	CARRILLO PEÑA VICTOR RUFINO					R	BUENO							
7	FLORES GONZALES JIRET MARIANA				B		BUENO							
8	GARCIA CRUZ KEIMY YAZUKEY				B		BUENO							
9	HEREDIA LOPEZ ESTEYSI JSAIDET				B		BUENO							
10	HERRERA VELAZQUEZ ODAR DELCADER				B		BUENO							
11	NEYRA PEÑA BRAYANI MARISU					R	REGULAR							
12	PEÑA ELIZALDE ESCARLET ABIGAIL				B		BUENO							
13	PURIZAGA JARAMILLO ARTURO STIP					R	REGULAR							
14	RODRIGUEZ DELGADO ORANNY OSMAR				B		BUENO							
15	RODRIGUEZ GOMEZ MARIANGELES DE LC				B		BUENO							
16	SAAVEDRA ELIAS SAMUEL ESAN				B		BUENO							
17	SALDARRIAGA AGUIRRE PERCY BENJAMIN				B		BUENO							
18	SANDOVAL FLORES NAYELI MAGDIEL					R	REGULAR							
19	SERRANO DAVIS ZOE CAMILA				B		BUENO							
20	SILVA ZAPATA ESTEFANY ARIANA					R	REGULAR							
21	VIÑAS PEÑA WILLIAM IRVIN				B		BUENO							
22	ZAPATA APOLO EDUARDO DANIEL				B		BUENO							
23	ZAPATA APOLO MILAGROS BELEN				B		BUENO							
24	ZAPATA APOLO MILAGROS GUADALUPE				B		BUENO							
25	ZARATE ROGEL EDUARDO NICOLAS				B		BUENO							

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad			Asume una Vida Saludable			Interactúa a través de sus habilidades socio motrices						
		Comprende su Cuerpo		Se Expresa Corporalmente	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación,		Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación,		Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida				
		DESEMPEÑOS			DESEMPEÑOS			DESEMPEÑOS						
		. Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para												
B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	
SESION N° 12: INTERPRETO A MI ARTISTA FAVORITO														
1	ALONSO LOPEZ DANNA ARIANA					R	REGULAR							
2	ALVAREZ ZAMBRANO KIMBERLY JULIET					R	REGULAR							
3	ANTON BRITO FRANYER JESUS				B		BUENO							
4	APOLO APOLO VANESA LESLIE					R	REGULAR							
5	CALDERON BANCAYAN YAJAIRA ORIANKA					R	REGULAR							
6	CARRILLO PEÑA VICTOR RUFINO				B		BUENO							
7	FLORES GONZALES JIRET MARIANA					R	REGULAR							
8	GARCIA CRUZ KEIMY YAZUKEY					R	REGULAR							
9	HEREDIA LOPEZ ESTEYSI JSAIDET					R	REGULAR							
10	HERRERA VELAZQUEZ ODAR DELCADER					R	REGULAR							
11	NEYRA PEÑA BRAYANI MARISU				B		BUENO							
12	PEÑA ELIZALDE ESCARLET ABIGAIL					R	REGULAR							
13	PURIZAGA JARAMILLO ARTURO STIP					R	REGULAR							
14	RODRIGUEZ DELGADO ORANNY OSMAR					R	REGULAR							
15	RODRIGUEZ GOMEZ MARIANGELES DE LC					R	REGULAR							
16	SAAVEDRA ELIAS SAMUEL ESAN					R	REGULAR							
17	SALDARRIAGA AGUIRRE PERCY BENJAMIN					R	REGULAR							
18	SANDOVAL FLORES NAYELI MAGDIEL				B		BUENO							
19	SERRANO DAVIS ZOE CAMILA					R	REGULAR							
20	SILVA ZAPATA ESTEFANY ARIANA				B		BUENO							
21	VIÑAS PEÑA WILLIAM IRVIN					R	REGULAR							
22	ZAPATA APOLO EDUARDO DANIEL					R	REGULAR							
23	ZAPATA APOLO MILAGROS BELEN					R	REGULAR							
24	ZAPATA APOLO MILAGROS GUADALUPE					R	REGULAR							
25	ZARATE ROGEL EDUARDO NICOLAS				B		BUENO							

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad				Asume una Vida Saludable				Interactúa a través de sus habilidades socio motrices					
		Comprende su Cuerpo		Se Expresa Corporalmente		Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación,		Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida		Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación,		Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			
		DESEMPEÑOS				DESEMPEÑOS				DESEMPEÑOS					
		. Vivencia el ritmo y se apropia de secuencias rítmicas corporales en situaciones para													
B	R	D		B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	Nivel de Desarrollo
SESION N° 13: FUSIONO RITMO PARA BAILAR EN FAMILIA															
1	ALONSO LOPEZ DANNA ARIANA				R		REGULAR								
2	ALVAREZ ZAMBRANO KIMBERLY JULIET				R		REGULAR								
3	ANTON BRITO FRANYER JESUS				B		BUENO								
4	APOLO APOLO VANESA LESLIE				R		REGULAR								
5	CALDERON BANCAYAN YAJAIRA ORIANKA				R		REGULAR								
6	CARRILLO PEÑA VICTOR RUFINO				B		BUENO								
7	FLORES GONZALES JIRET MARIANA				R		REGULAR								
8	GARCIA CRUZ KEIMY YAZUKEY				R		REGULAR								
9	HEREDIA LOPEZ ESTEYSI JSAIDET				R		REGULAR								
10	HERRERA VELAZQUEZ ODAR DELCADER				R		REGULAR								
11	NEYRA PEÑA BRAYANI MARISU				B		BUENO								
12	PEÑA ELIZALDE ESCARLET ABIGAIL				R		REGULAR								
13	PURIZAGA JARAMILLO ARTURO STIP				R		REGULAR								
14	RODRIGUEZ DELGADO ORANNY OSMAR				R		REGULAR								
15	RODRIGUEZ GOMEZ MARIANGELES DE LC				R		REGULAR								
16	SAAVEDRA ELIAS SAMUEL ESAN				R		REGULAR								
17	SALDARRIAGA AGUIRRE PERCY BENJAMIN				R		REGULAR								
18	SANDOVAL FLORES NAYELI MAGDIEL				B		BUENO								
19	SERRANO DAVIS ZOE CAMILA				R		REGULAR								
20	SILVA ZAPATA ESTEFANY ARIANA				B		BUENO								
21	VIÑAS PEÑA WILLIAM IRVIN				R		REGULAR								
22	ZAPATA APOLO EDUARDO DANIEL				R		REGULAR								
23	ZAPATA APOLO MILAGROS BELEN				R		REGULAR								
24	ZAPATA APOLO MILAGROS GUADALUPE				R		REGULAR								
25	ZARATE ROGEL EDUARDO NICOLAS				B		BUENO								

CUADRO DE SEGUIMIENTO DEL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS Y CAPACIDADES EN EL ÁREA DE EDUCACION FISICA EN RELACIÓN ASU PROYECTO DE INVESTIGACION; RECOLECCIÓN DE DATOS.

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad				Asume una Vida Saludable				Interactúa a través de sus habilidades socio motrices					
		Comprende su Cuerpo		Se Expresa Corporalmente		Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación,		Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida		Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación,		Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			
		DESEMPEÑOS				DESEMPEÑOS				DESEMPEÑOS					
		Ultimas su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos y													
B	R	D		B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	Nivel de Desarrollo
SESION N° 1: EXPRESO MIS EMOCIONES A TRAVES DEL CUERPO															
1	AGUIRRE SANTOS CELINA KYABETH						NO PARTICIPIO								
2	AGUIRRE SANTOS LUIS JHONJAIROS						NO PARTICIPIO								
3	ALVA ARCAYA JOSE LUIS				R		REGULAR								
4	ALVAREZ ALVAREZ GABRIEL JOSE						NO PARTICIPIO								
5	ANTON BRITO EVELIANNYS DEL VALLE				R		REGULAR								
6	ARAMBULO MOYA FELIX AUGUSTO				R		REGULAR								
7	BANCAYA FARIAS DANITA MAITE						NO PARTICIPIO								
8	BARRETO GARCIA MARIA BRILLELY				R		REGULAR								
9	CHIRINOS TORO ADRIAN GERARDO						NO PARTICIPIO								
10	CRESPO CAMPAÑA DAMARIS FRANCESCA						NO PARTICIPIO								
11	CRESPO ZAPATA CINFY CELESTE CRUZ BARRE				R		REGULAR								
12	CRUZ BARRETO DERICKSON ENMANUEL						NO PARTICIPIO								
13	ESPIÑOZA PALMA JESUS JOEL						NO PARTICIPIO								
14	GRANADO ALVAREZ ABRAHAM ANDRES						NO PARTICIPIO								
15	INFANTE BECERRA VICTOR MANUEL						NO PARTICIPIO								
16	JIMENEZ ESPINOZA NEIBERLYN NORELYS						NO PARTICIPIO								
17	LOPEZ ROSALES NATHALI SILVANA						NO PARTICIPIO								
18	LOPEZ ZAPATA DARIAN DAYANA						NO PARTICIPIO								
19	MARCHAN SEVERINO ALINSON LEONELL						NO PARTICIPIO								
20	MEGO QUISPE SAUYEN ADERLETH				R		REGULAR								
21	PARDO OLAYA JACK NICKSON				B		BUENO								
22	PRECIADO BARRANZUELA MARIA BELEN				B		BUENO								
23	RIVAS SILVA JOSE ALEXANDER				B		BUENO								
24	RIVERA GARCIA TAYRA HAZEL				B		BUENO								
25	SALDARRIAGA NEYRA MATIAS ALEXANDER				B		BUENO								
26	TORRES MORAN CARLOS ANDRES						NO PARTICIPIO								
27	VEGA CUEVA ALEJANDRO						NO PARTICIPIO								
28	VEGA CUEVA VIERY ALEXANDRO						NO PARTICIPIO								
29	VILLALTA GUERRERO JOMIRA DANNIS						NO PARTICIPIO								
30	YACILA CARRILLO ANDRE						NO PARTICIPIO								

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad						Asume una Vida Saludable						Interactúa a través de sus habilidades socio motrices									
		Comprende su Cuerpo			Se Expresa Corporalmente			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida						
		DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS									
		Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos																					
B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo
SESION N° 2: ME MUEVO CON ALEGRIA AL RITMO DE LA MUSICA																							
1	AGUIRRE SANTOS CELINA KYABETH																						
2	AGUIRRE SANTOS LUIS JHONJAIROS																						
3	ALVA ARCAYA JOSE LUIS		R																				
4	ALVAREZ ALVAREZ GABRIEL JOSE																						
5	ANTON BRITO EVELIANNYS DEL VALLE		R																				
6	ARAMBULO MOYA FELIX AUGUSTO		R																				
7	BANCAYA FARIAS DANITA MAITE																						
8	BARRETO GARCIA MARIA BRILLELY		R																				
9	CHIRINOS TORO ADRIAN GERARDO																						
10	CRESPO CAMPAÑA DAMARIS FRANCESCA																						
11	CRESPO ZAPATA CINFY CELESTE CRUZ BARRE		R																				
12	CRUZ BARRETO DERICKSON ENMANUEL																						
13	ESPINOZA PALMA JESUS JOEL																						
14	GRANADO ALVAREZ ABRAHAM ANDRES																						
15	INFANTE BECERRA VICTOR MANUEL																						
16	JIMENEZ ESPINOZA NEIBERLYN NORELYS																						
17	LOPEZ ROSALES NATHALI SILVANA																						
18	LOPEZ ZAPATA DARIAN DAYANA																						
19	MARCHAN SEVERINO ALINSON LEONELL																						
20	MEGO QUISPE SAUYEN ADERLETH		R																				
21	PARDO OLAYA JACK NICKSON		B																				
22	PRECIADO BARRANZUELA MARIA BELEN		B																				
23	RIVAS SILVA JOSE ALEXANDER		B																				
24	RIVERA GARCIA TAYRA HAZEL		B																				
25	SALDARRIAGA NEYRA MATIAS ALEXANDER		B																				
26	TORRES MORAN CARLOS ANDRES																						
27	VEGA CUEVA ALEJANDRO																						
28	VEGA CUEVA VIERY ALEXANDRO																						
29	VILLALTA GUERRERO JOMIRA DANNIS																						
30	YACILA CARRILLO ANDRE																						

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad						Asume una Vida Saludable						Interactúa a través de sus habilidades socio motrices									
		Comprende su Cuerpo			Se Expresa Corporalmente			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida						
		DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS									
		Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos																					
B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo
SESION N° 3: EXPLORO MIS MOVIMIENTOS SIGUIENDO EL RITMO																							
1	AGUIRRE SANTOS CELINA KYABETH																						
2	AGUIRRE SANTOS LUIS JHONJAIROS																						
3	ALVA ARCAYA JOSE LUIS		R																				
4	ALVAREZ ALVAREZ GABRIEL JOSE																						
5	ANTON BRITO EVELIANNYS DEL VALLE		R																				
6	ARAMBULO MOYA FELIX AUGUSTO		R																				
7	BANCAYA FARIAS DANITA MAITE																						
8	BARRETO GARCIA MARIA BRILLELY		R																				
9	CHIRINOS TORO ADRIAN GERARDO																						
10	CRESPO CAMPAÑA DAMARIS FRANCESCA																						
11	CRESPO ZAPATA CINFY CELESTE CRUZ BARRE		R																				
12	CRUZ BARRETO DERICKSON ENMANUEL																						
13	ESPINOZA PALMA JESUS JOEL																						
14	GRANADO ALVAREZ ABRAHAM ANDRES																						
15	INFANTE BECERRA VICTOR MANUEL																						
16	JIMENEZ ESPINOZA NEIBERLYN NORELYS																						
17	LOPEZ ROSALES NATHALI SILVANA																						
18	LOPEZ ZAPATA DARIAN DAYANA																						
19	MARCHAN SEVERINO ALINSON LEONELL																						
20	MEGO QUISPE SAUYEN ADERLETH		R																				
21	PARDO OLAYA JACK NICKSON		B																				
22	PRECIADO BARRANZUELA MARIA BELEN		B																				
23	RIVAS SILVA JOSE ALEXANDER		B																				
24	RIVERA GARCIA TAYRA HAZEL		B																				
25	SALDARRIAGA NEYRA MATIAS ALEXANDER		B																				
26	TORRES MORAN CARLOS ANDRES																						
27	VEGA CUEVA ALEJANDRO																						
28	VEGA CUEVA VIERY ALEXANDRO																						
29	VILLALTA GUERRERO JOMIRA DANNIS																						
30	YACILA CARRILLO ANDRE																						

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad						Asume una Vida Saludable						Interactúa a través de sus habilidades socio motrices						
		Comprende su Cuerpo			Se Expresa Corporalmente			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			
		DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS						
		Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos																		
B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo
SESION N° 4: IMITO LAS CARACTERISTICAS DE LOS ANIMALES																				
1	AGUIRRE SANTOS CELINA KYABETH																			
2	AGUIRRE SANTOS LUIS JHONJAIROS																			
3	ALVA ARCAYA JOSE LUIS		R																	
4	ALVAREZ ALVAREZ GABRIEL JOSE																			
5	ANTON BRITO EVELIANNYS DEL VALLE		R																	
6	ARAMBULO MOYA FELIX AUGUSTO		R																	
7	BANCAYA FARIAS DANITA MAITE																			
8	BARRETO GARCIA MARIA BRILLELY		R																	
9	CHIRINOS TORO ADRIAN GERARDO																			
10	CRESPO CAMPAÑA DAMARIS FRANCESCA																			
11	CRESPO ZAPATA CINFY CELESTE CRUZ BARRE		R																	
12	CRUZ BARRETO DERICKSON ENMANUEL																			
13	ESPINOZA PALMA JESUS JOEL																			
14	GRANADO ALVAREZ ABRAHAM ANDRES																			
15	INFANTE BECERRA VICTOR MANUEL																			
16	JIMENEZ ESPINOZA NEIBERLYN NORELYS																			
17	LOPEZ ROSALES NATHALI SILVANA																			
18	LOPEZ ZAPATA DARIAN DAYANA																			
19	MARCHAN SEVERINO ALINSON LEONELL																			
20	MEGO QUISPE SAUYEN ADERLETH		R																	
21	PARDO OLAYA JACK NICKSON		B																	
22	PRECIADO BARRANZUELA MARIA BELEN		B																	
23	RIVAS SILVA JOSE ALEXANDER		B																	
24	RIVERA GARCIA TAYRA HAZEL		B																	
25	SALDARRIAGA NEYRA MATIAS ALEXANDER		B																	
26	TORRES MORAN CARLOS ANDRES																			
27	VEGA CUEVA ALEJANDRO																			
28	VEGA CUEVA VIERY ALEXANDRO																			
29	VILLALTA GUERRERO JOMIRA DANNIS																			
30	YACILA CARRILLO ANDRE																			

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad						Asume una Vida Saludable						Interactúa a través de sus habilidades socio motrices						
		Comprende su Cuerpo			Se Expresa Corporalmente			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			
		DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS						
		Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos																		
B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo
SESION N° 5: COMPARTIMOS NUESTRA DIVERSIDAD CULTURAL																				
1	AGUIRRE SANTOS CELINA KYABETH																			
2	AGUIRRE SANTOS LUIS JHONJAIROS																			
3	ALVA ARCAYA JOSE LUIS		R																	
4	ALVAREZ ALVAREZ GABRIEL JOSE																			
5	ANTON BRITO EVELIANNYS DEL VALLE		R																	
6	ARAMBULO MOYA FELIX AUGUSTO		R																	
7	BANCAYA FARIAS DANITA MAITE																			
8	BARRETO GARCIA MARIA BRILLELY		R																	
9	CHIRINOS TORO ADRIAN GERARDO																			
10	CRESPO CAMPAÑA DAMARIS FRANCESCA																			
11	CRESPO ZAPATA CINFY CELESTE CRUZ BARRE		R																	
12	CRUZ BARRETO DERICKSON ENMANUEL																			
13	ESPINOZA PALMA JESUS JOEL																			
14	GRANADO ALVAREZ ABRAHAM ANDRES																			
15	INFANTE BECERRA VICTOR MANUEL																			
16	JIMENEZ ESPINOZA NEIBERLYN NORELYS																			
17	LOPEZ ROSALES NATHALI SILVANA																			
18	LOPEZ ZAPATA DARIAN DAYANA																			
19	MARCHAN SEVERINO ALINSON LEONELL																			
20	MEGO QUISPE SAUYEN ADERLETH		R																	
21	PARDO OLAYA JACK NICKSON		B																	
22	PRECIADO BARRANZUELA MARIA BELEN		B																	
23	RIVAS SILVA JOSE ALEXANDER		B																	
24	RIVERA GARCIA TAYRA HAZEL		B																	
25	SALDARRIAGA NEYRA MATIAS ALEXANDER		B																	
26	TORRES MORAN CARLOS ANDRES																			
27	VEGA CUEVA ALEJANDRO																			
28	VEGA CUEVA VIERY ALEXANDRO																			
29	VILLALTA GUERRERO JOMIRA DANNIS																			
30	YACILA CARRILLO ANDRE																			

N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad						Asume una Vida Saludable						Interactúa a través de sus habilidades socio motrices						
		Comprende su Cuerpo			Se Expresa Corporalmente			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			
		DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS						
		Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos																		
B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo
SESION N° 12: INTERPRETO A MI ARTISTA FAVORITO																				
1	AGUIRRE SANTOS CELINA KYABETH																			
2	AGUIRRE SANTOS LUIS JHONJAIROS																			
3	ALVA ARCAYA JOSE LUIS		R																	
4	ALVAREZ ALVAREZ GABRIEL JOSE																			
5	ANTON BRITO EVELIANNYS DEL VALLE		R																	
6	ARAMBULO MOYA FELIX AUGUSTO		R																	
7	BANCAYA FARIAS DANITA MAITE																			
8	BARRETO GARCIA MARIA BRILLELY		R																	
9	CHIRINOS TORO ADRIAN GERARDO																			
10	CRESPO CAMPAÑA DAMARIS FRANCESCA																			
11	CRESPO ZAPATA CINFY CELESTE CRUZ BARRE		R																	
12	CRUZ BARRETO DERICKSON ENMANUEL																			
13	ESPINOZA PALMA JESUS JOEL																			
14	GRANADO ALVAREZ ABRAHAM ANDRES																			
15	INFANTE BECERRA VICTOR MANUEL																			
16	JIMENEZ ESPINOZA NEIBERLYN NORELYS																			
17	LOPEZ ROSALES NATHALI SILVANA																			
18	LOPEZ ZAPATA DARIAN DAYANA																			
19	MARCHAN SEVERINO ALINSON LEONELL																			
20	MEGO QUISPE SAUYEN ADERLETH		R																	
21	PARDO OLAYA JACK NICKSON		B																	
22	PRECIADO BARRANZUELA MARIA BELEN		B																	
23	RIVAS SILVA JOSE ALEXANDER		B																	
24	RIVERA GARCIA TAYRA HAZEL		B																	
25	SALDARRIAGA NEYRA MATIAS ALEXANDER		B																	
26	TORRES MORAN CARLOS ANDRES																			
27	VEGA CUEVA ALEJANDRO																			
28	VEGA CUEVA VIERY ALEXANDRO																			
29	VILLALTA GUERRERO JOMIRA DANNIS																			
30	YACILA CARRILLO ANDRE																			

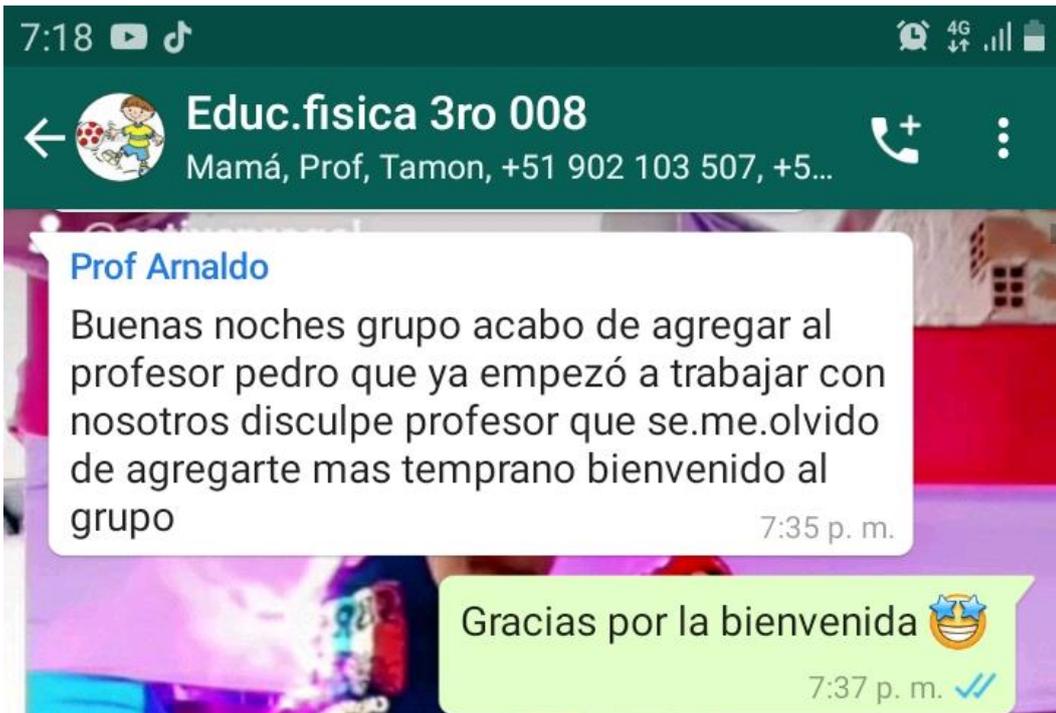
N°	DATOS DE LOS ESTUDIANTES	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad						Asume una Vida Saludable						Interactúa a través de sus habilidades socio motrices						
		Comprende su Cuerpo			Se Expresa Corporalmente			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación			Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida			
		DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS						DESEMPEÑOS						
		Utiliza su cuerpo y diferentes movimientos para expresar formas, ideas, emociones, sentimientos																		
B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo	B	R	D	B	R	D	Nivel de Desarrollo
SESION N° 13: FUSIONO RITMOS PARA BAILAR EN FAMILIA.																				
1	AGUIRRE SANTOS CELINA KYABETH																			
2	AGUIRRE SANTOS LUIS JHONJAIROS																			
3	ALVA ARCAYA JOSE LUIS		R																	
4	ALVAREZ ALVAREZ GABRIEL JOSE																			
5	ANTON BRITO EVELIANNYS DEL VALLE		R																	
6	ARAMBULO MOYA FELIX AUGUSTO		R																	
7	BANCAYA FARIAS DANITA MAITE																			
8	BARRETO GARCIA MARIA BRILLELY		R																	
9	CHIRINOS TORO ADRIAN GERARDO																			
10	CRESPO CAMPAÑA DAMARIS FRANCESCA																			
11	CRESPO ZAPATA CINFY CELESTE CRUZ BARRE		R																	
12	CRUZ BARRETO DERICKSON ENMANUEL																			
13	ESPINOZA PALMA JESUS JOEL																			
14	GRANADO ALVAREZ ABRAHAM ANDRES																			
15	INFANTE BECERRA VICTOR MANUEL																			
16	JIMENEZ ESPINOZA NEIBERLYN NORELYS																			
17	LOPEZ ROSALES NATHALI SILVANA																			
18	LOPEZ ZAPATA DARIAN DAYANA																			
19	MARCHAN SEVERINO ALINSON LEONELL																			
20	MEGO QUISPE SAUYEN ADERLETH		R																	
21	PARDO OLAYA JACK NICKSON		B																	
22	PRECIADO BARRANZUELA MARIA BELEN		B																	
23	RIVAS SILVA JOSE ALEXANDER		B																	
24	RIVERA GARCIA TAYRA HAZEL		B																	
25	SALDARRIAGA NEYRA MATIAS ALEXANDER		B																	
26	TORRES MORAN CARLOS ANDRES																			
27	VEGA CUEVA ALEJANDRO																			
28	VEGA CUEVA VIERY ALEXANDRO																			
29	VILLALTA GUERRERO JOMIRA DANNIS																			
30	YACILA CARRILLO ANDRE																			

Encuesta Inicial

ENCUESTA INICIAL PARA LOS ESTUDIANTES DEL TERCER Y CUARTO GRADO DEL IV CICLO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA N° 008 "JORGE ENRIQUE HERRERA ZAPATA" TUMBES

Lee con atención y con ayuda de tus padres responde las siguientes preguntas

1. ¿Crees que bailar diariamente ayudaría en la mejora de tu salud?
a) Nada
b) Muy poco
c) Mucho
2. ¿Te gusta bailar?
a) Nada
b) Muy poco
c) Mucho
3. ¿En tu familia bailan constantemente?
a) Nada
b) Muy poco
c) Mucho
4. ¿Crees que para bailar es necesario ser delgado?
a) Si
b) No
5. ¿Crees que puedes bailar sin poder ver?
a) Si
b) No
6. ¿Crees que se puede bailar sin poder escuchar?
a) Si
b) No
7. ¿Te gustaría estar en un escenario interpretando a tu artista favorito?
a) Si
b) No
8. ¿Te gustaría hacer un maratón de baile junto a todos los miembros de tu familia?
a) Si
b) No



Pedro Estiven

Hola Williams Viñas Peña 😊👍
espero tu video de está clase 😊

11:07 a. m.

Ma Yubitza Samuel

Buenos días profesor samuel
Saavedra Elías presente 🙋

11:17 a. m.

Pedro Estiven

Hola Samuel 😄👍

11:25 a. m.

Ma Solang Esteisy

Buenos días profesor steysi
Heredia López presente

11:27 a. m.

Pedro Estiven

Ma Solang Esteisy

Buenos días profesor steysi Heredia
López presente

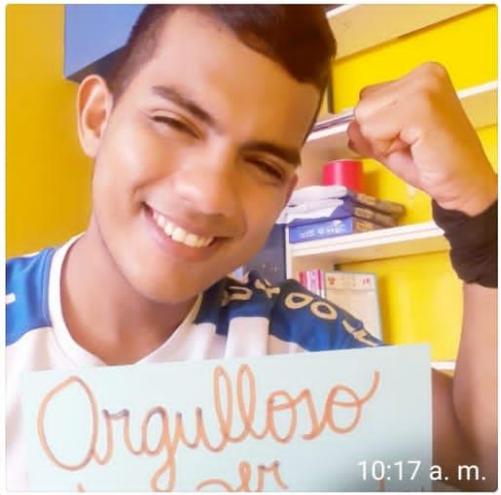
Hola Steysi Heredia 😄👍

11:34 a. m.

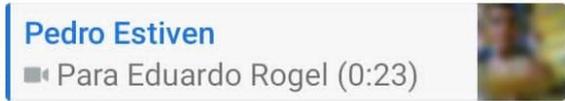


Para Percy Benjamin 10:08 a. m.

Pedro Estiven



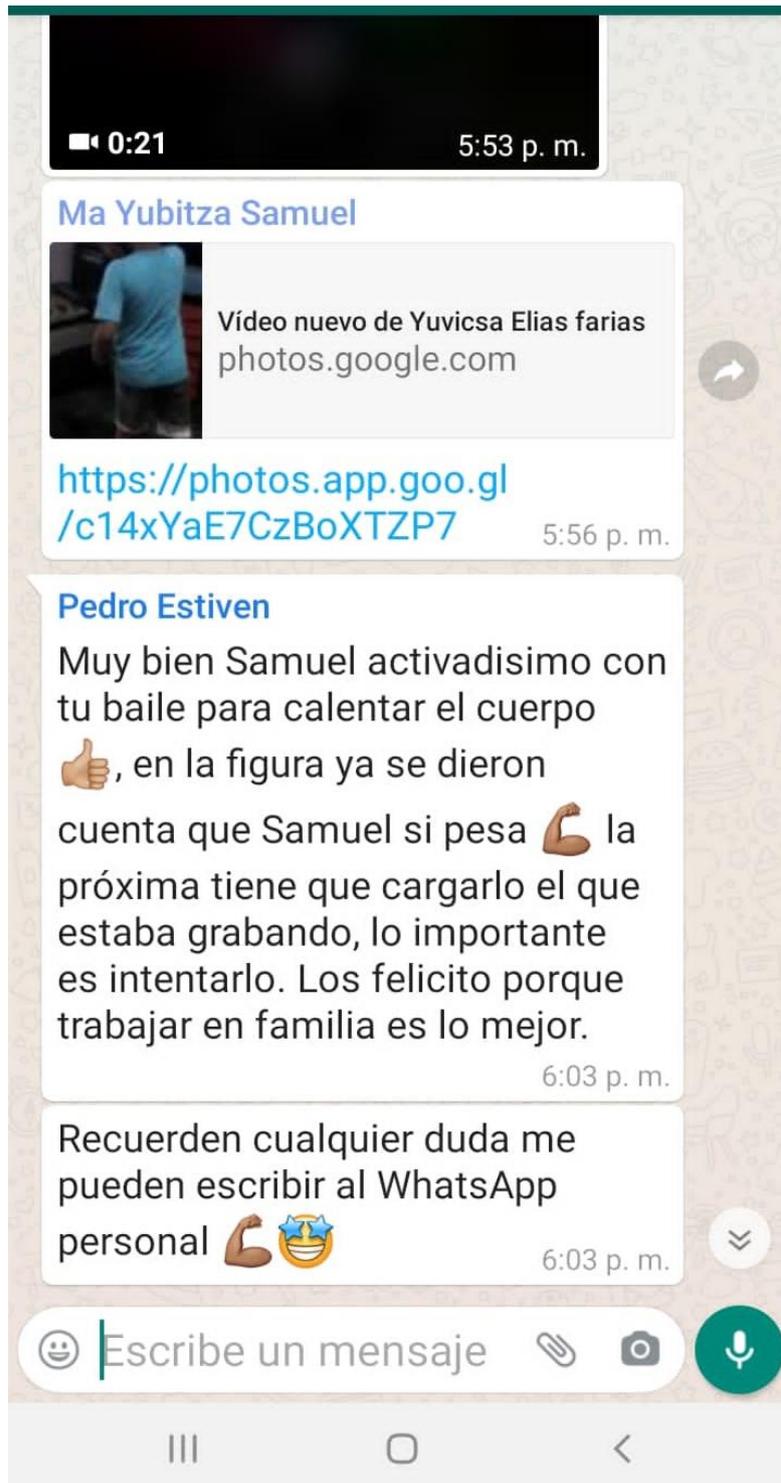
Pedro Estiven

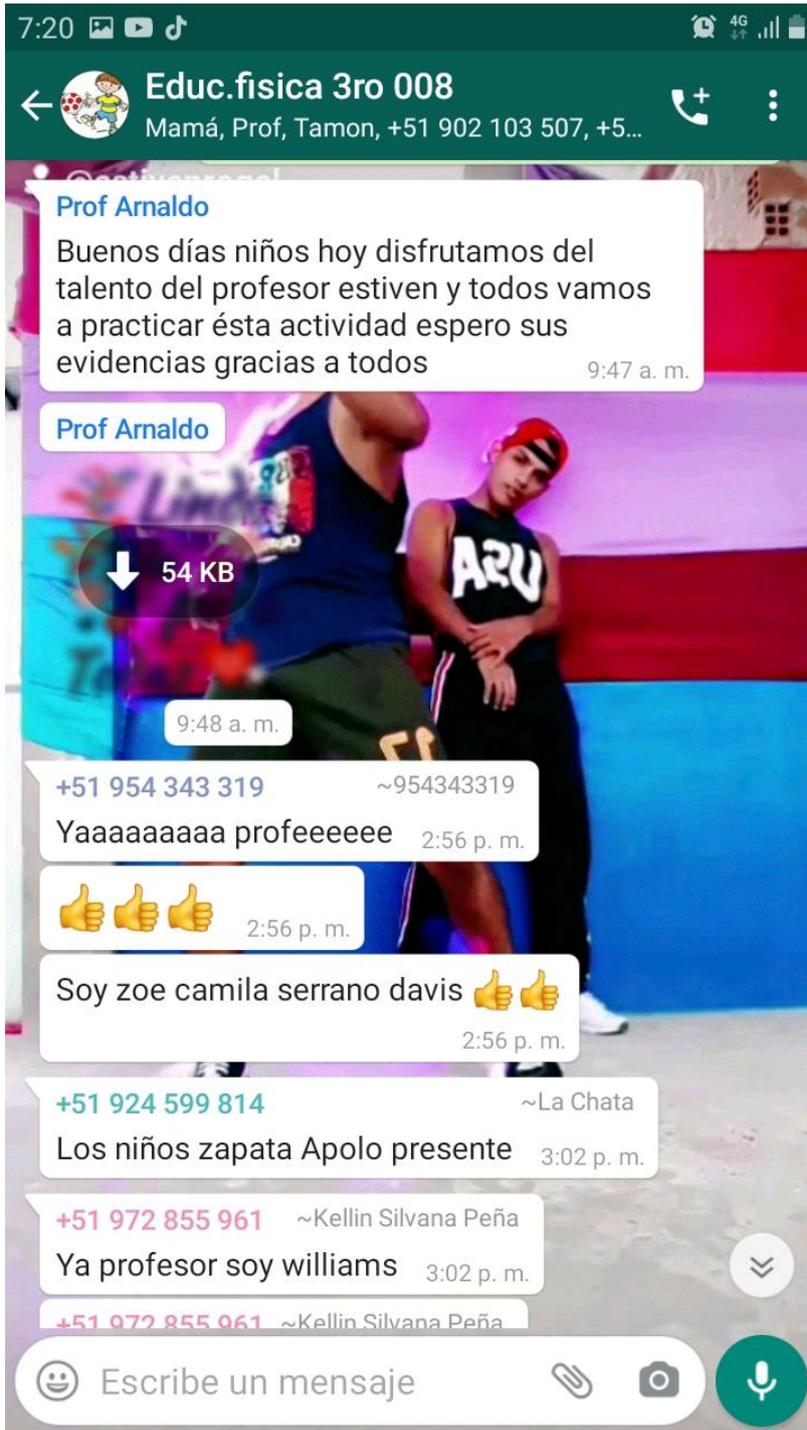


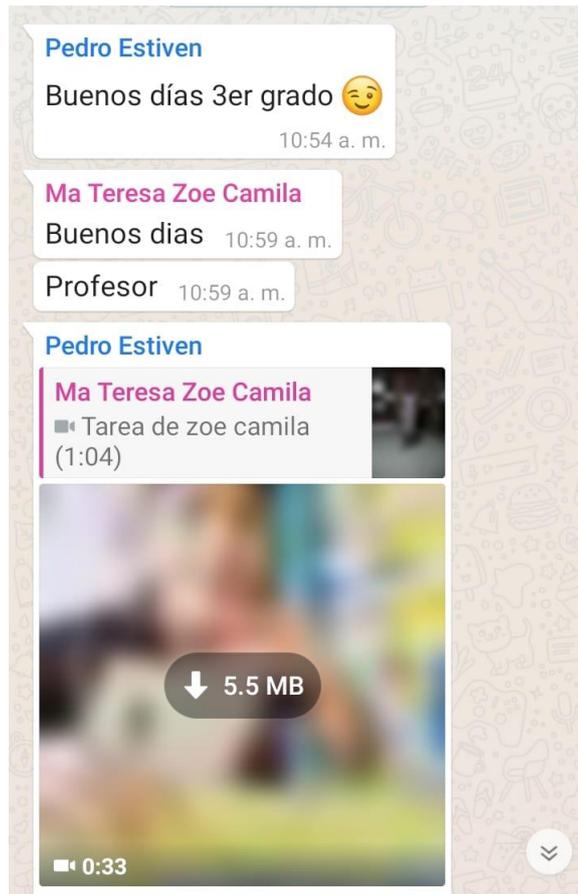
Eduardo no dejes de hacer Educación Física 10:17 a. m.

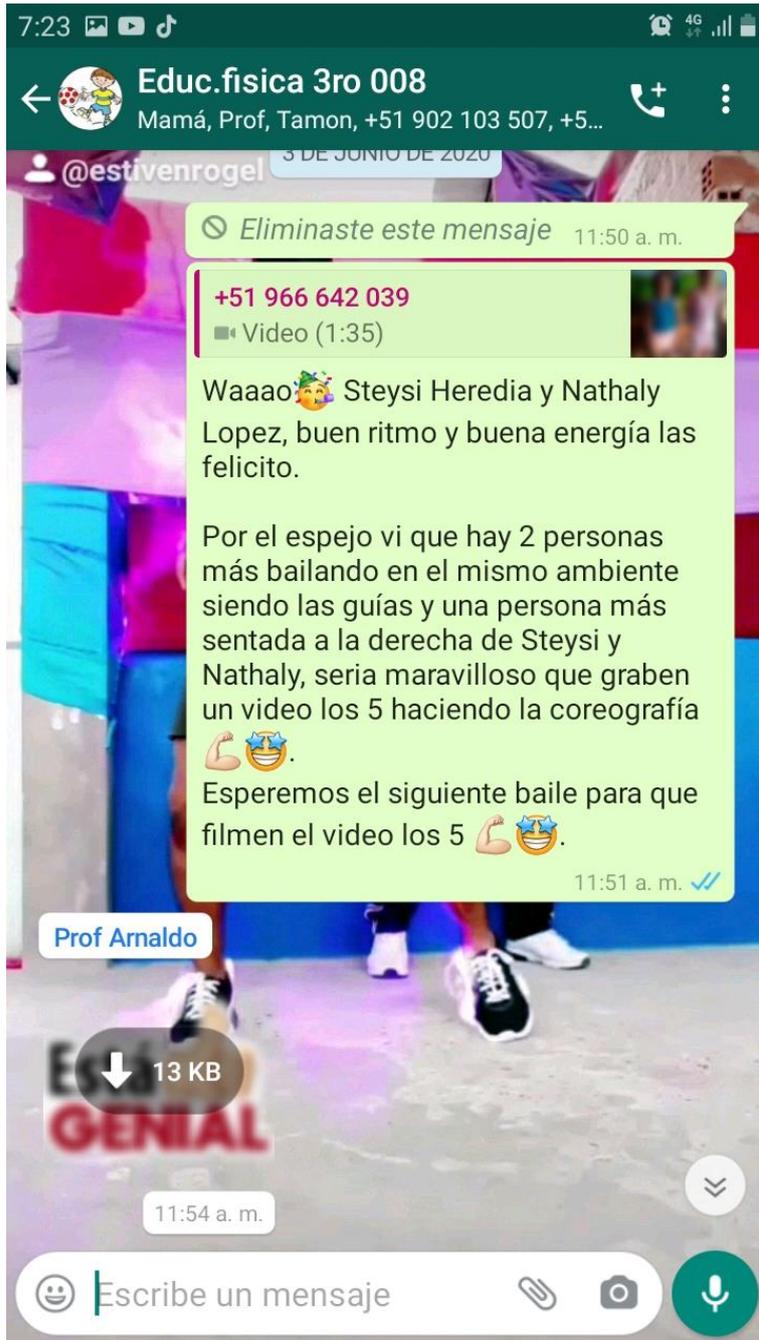
Pedro Estiven



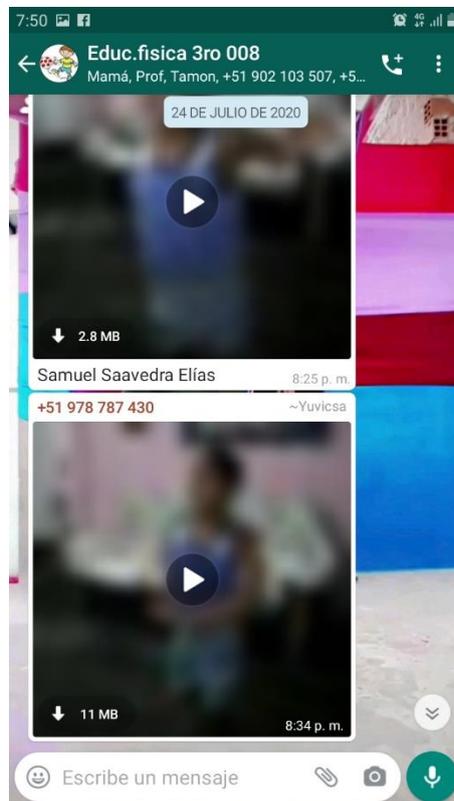


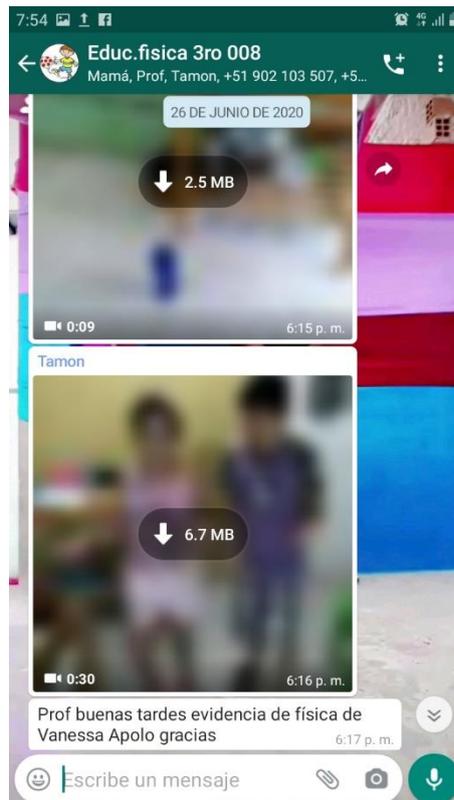


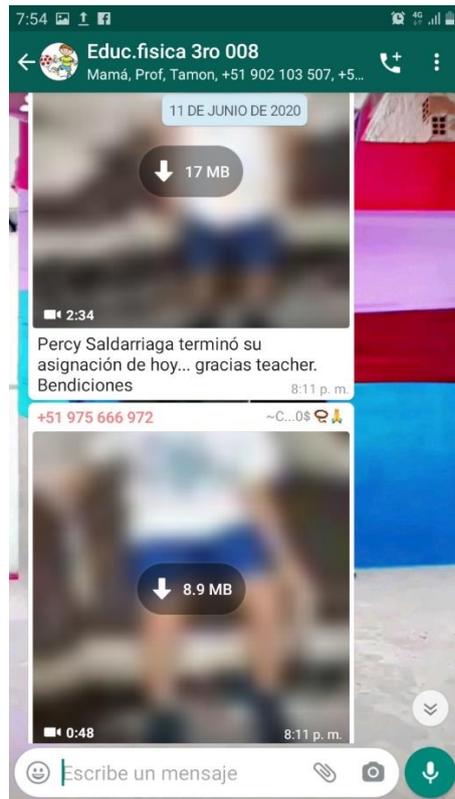
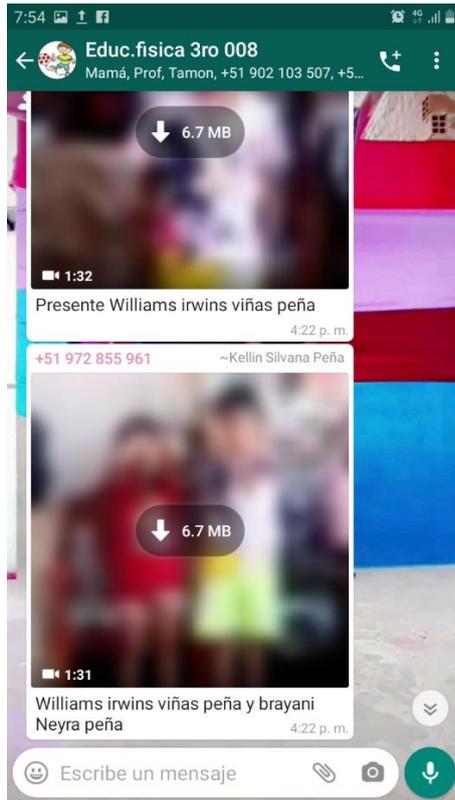














Encuesta final

ENCUESTA FINAL PARA LOS ESTUDIANTES DEL TERCER Y CUARTO GRADO DEL IV CICLO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA N° 008 "JORGE ENRIQUE HERRERA ZAPATA" TUMBES

Lee con atención y con ayuda de tus padres responde las siguientes preguntas

1. ¿Hacer baile terapia durante el periodo de clases virtuales ayudo en la mejora de tu salud?
a) Nada
b) Muy poco
 c) Mucho
2. ¿Te gustó bailar?
a) Nada
b) Muy poco
 c) Mucho
3. ¿A tu familia le gustó bailar?
a) Nada
b) Muy poco
 c) Mucho
4. ¿Crees que todos los seres humanos podemos bailar?
 a) Si
b) No
5. ¿Te gusto la experiencia de bailar con los ojos vendados?
 a) Si
b) No
6. ¿Te gusto la experiencia de bailar sin poder escuchar?
 a) Si
b) No
7. ¿Te gustó la experiencia de disfrazarte e interpretar a tu artista favorito?
 a) Si
b) No
8. ¿Seguirás practicando baile?
 a) Si
b) No