SILABO DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA A TRAVÉS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES II.

I. INFORMACIÓN GENERAL

1.1.	Programa Profesional	: Educación Física
1.2.	Curso	: Didáctica de la educación física a través de los deportes individuales II.
1.3.	Ciclo	: V
1.4.	Componente Curricular	: Formación Especifica
1.5.	Competencia del Perfil de Egreso	: 1,2,12
1.6.	Extensión horaria	: 64 horas
1.7.	Duración	: 16 semanas
1.8.	Créditos	3
1.9.	Semestre académico	: 2026- I
1.10.	Horas semanales	: 4(2 horas de teoría -2 horas práctica)
1.10.1.	Fecha de Inicio	. 30 de Marzo del 2026
1.10.2.	Fecha de término	: 24 de julio del 2026
1.11.	Jefe de Unidad Académica	: Mg. José Elmer Sotomayor Rivera
1.12.	Formador de Docentes	: Prof. Augusto Gutiérrez Quispe
1.13.	Celular	: 921755838
1.14.	Correo electrónico Institucional	: agutierrez@pedagogicomadrededios.edu.pe

II. SUMILLA

El curso de Didáctica de la Educación Física a través de los Deportes Individuales II, forma parte del componente curricular de Formación Específica correspondiente al Quinto ciclo del Programa de Estudios de Educación Física, es de naturaleza teórico-práctico y de carácter obligatorio.

El curso tiene como propósito que los estudiantes de la EESPP "NSR" **conozcan los principales fundamentos del proceso de aprendizaje y enseñanza del Atletismo,** considerando el deporte como el **medio fundamental de la Educación Física para el desarrollo integral de los estudiantes** y el mejoramiento de su calidad de vida. El curso desarrolla la evolución histórica del Atletismo y su desarrollo en el Perú, así como, sus diferentes pruebas de **carreras, saltos y lanzamientos**. También plantea experiencias significativas sobre la **metodología de enseñanza en la iniciación deportiva y las vías para motivar a quienes lo practican**. El curso promueve **el conocimiento de las pruebas y normas para la selección de talentos deportivos para organizar los equipos representativos de las IE en los juegos deportivos escolares**, además, las reglas vigentes del Atletismo. A lo largo del curso, se investiga sobre este deporte y sus implicancias en la educación física y **planifican experiencias de aprendizaje para estudiantes de educación básica.**

III. VINCULACIÓN CON EL PROYECTO INTEGRADOR

Denominación del PIA	**Sistematizamos las experiencias** de aprendizaje y reflexionamos de las lecciones aprendidas, procesos didácticos y comportamiento ético del proceso de investigación
Intencionalidad del PIA	Durante el tercer año los estudiantes de la formación inicial docente desarrollan habilidades para sistematizar la experiencia de aprendizaje, asimismo, tienen la oportunidad de comprender el proceso de confiabilidad y validez de los instrumentos que se utiliza en la práctica y el proceso de la investigación.
Vinculación con el PIA	Desde la comprensión del currículo como los principales problemas de las estrategias y metodologías de la enseñanza y aprendizaje más pertinentes del atletismo proponen investigar información para resolver soluciones en base a su experiencia en la práctica. en diversos contextos, considerando las expectativas establecidas en el diseño curricular

IV. TRATAMIENTO DE LOS ENFOQUES TRANSVERSALES A NIVEL DEL CURSO

ENFOQUES	Acciones concretas de los docentes formadores	Acciones de los estudiantes de la FID
Enfoque Intercultural	El docente formador brinda oportunidades para que el estudiante, pueda compartir sus saberes y experiencias vividas en el intercambio de experiencias educativas.	Los estudiantes valoran los aportes de los miembros de la comunidad educativa y los analizan de manera crítica y reflexiva en búsqueda de mejorar el servicio educativo.
Enfoque inclusivo o de atención a la diversidad	El docente formador emplea metodologías de trabajo colaborativo en grupos heterogéneos que promuevan la inclusión y se adapten a las características de los estudiantes de FID.	Reconoce el valor inherente de cada persona y de sus derechos por encima de cualquier diferencia.
Enfoque de la Búsqueda de la Excelencia	El docente formador acompaña al estudiante en su proceso de aprendizaje a fin de que este desarrollé el máximo de sus potencialidades y amplié sus conocimientos.	Se adapta a los cambios, modificando su conducta, de manera que sepan que el conocimiento es importante para el desarrollo de las personas y se complementan cuando son profesionales.
Enfoque de Orientación al Bien Común	El docente formador realiza diferentes trabajos en pares e individuales de manera que puedan mejorar su nivel de autonomía, en un proceso tan importante como es el aprendizaje.	Participa en acciones democráticas que movilicen acciones solidarias y trabajo cooperativo en las personas de una comunidad educativa de manera que con este trabajo se involucre a todos en el aprendizaje de los estudiantes.

Enfoque de derechos	El docente formador indica sobre la importancia de no vulnerar los derechos de los estudiantes en cualquier situación dentro y fuera del aula.	Reflexiona sobre el ejercicio de los derechos individuales y colectivos, especialmente en el trabajo de aula en la IE. Donde se valore la participación y el aporte de toda la comunidad educativa.

V. MATRIZ DE PLANIFICACIÓN Y EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES

ESTÁNDAR: Comprende el aprendizaje como un fenómeno complejo, en el que intervienen diferentes procesos cognitivos, afectivos y socioculturales y que puede ser interpretado desde diversas teorías, con implicancias distintas paralas prácticas pedagógicas. Describe los patrones típicos de desarrollo de niños, jóvenes y adultos. **Comprende los conceptos centrales de distintas disciplinas involucradas en el currículo vigente, explica cuál es la relación entre el conocimiento disciplinar y el enfoque por competencias. Sustenta dicho enfoque como uno de los fundamentos del currículo** vigente, el modo en que este enfoque contribuye al desarrollo progresivo de aprendizajes y cómo responde a las demandas de la sociedad actual. Conoce estrategias de enseñanza y evaluación que guardan coherencia conel enfoque de las áreas

COMPETENCIA 01: Conoce y comprende las **características de todos sus estudiantes y sus contextos, los contenidos disciplinares que enseña, los enfoques y procesos pedagógicos,** con el propósito de promover capacidades de alto nivel y su formación integral.

CAPACIDADES	DESEMPEÑOS ESPECÍFICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EVIDENCIA DE PROCESO / INSTRUMENTO	FUENTE
1.1 Comprende las características individuales, evolutivas y socioculturales de sus estudiantes y sus contextos, así como la forma en que se desarrollan los aprendizajes. 1.2 Comprende los conocimientos disciplinares que fundamentan las competencias del currículo vigente y sabe cómo promover su desarrollo.	• Conoce y emplea los fundamentos de la enseñanza del Atletismo en su práctica pedagógica, así como el reglamento vigente.	Comprende las características individuales, evolutivas y socioculturales de sus estudiantes y sus contextos, así como la forma en que se desarrollan los aprendizajes. Comprende los conocimientos disciplinares que fundamentan las competencias del currículo vigente y sabe cómo promover su desarrollo.	• Exposición en grupos pequeños sobre la evolución, enfoques del atletismo, así como la importancia del atletismo en las escuelas. INSTRUMENTOS: Lista de cotejos Escala de actitud	Auto evaluación Coevaluación Heteroevaluación

ESTÁNDAR: Explica y fundamenta la **importancia de una planificación centrada en el aprendizaje**, es decir, que parte de las expectativas definidas en el currículo y las necesidades de aprendizaje de los estudiantes para proponer situaciones, estrategias y recursos de aprendizaje. Asimismo, sustenta que a mayor articulación entre las planificaciones anuales, módulos/proyectos y sesiones se contribuye en mayor medida al desarrollo progresivo de los aprendizajes. En coherencia con lo anterior, propone situaciones de aprendizaje que responden a los propósitos de aprendizaje.

COMPETENCIA 02: Planifica la enseñanza de forma colegiada, lo que garantiza la coherencia entre los aprendizajes que quiere lograr en sus estudiantes, el proceso pedagógico, el uso de los recursos disponibles y la evaluación, en una programación curricular en permanente revisión.

CAPACIDADES	DESEMPEÑOS ESPECÍFICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EVIDENCIA DE PROCESO / INSTRUMENTO	FUENTE
2.1. Diseña planificaciones anuales, unidades /proyectos y sesiones en forma articulada, y se asegura de que los estudiantes tengan tiempo y oportunidades suficientes para desarrollar los aprendizajes previstos.	• Diseña situaciones de aprendizaje del Atletismo en diversos contextos, considerando las expectativas establecidas en el diseño curricular y las estrategias de enseñanza más pertinentes.	• Diseña planificaciones anuales, unidades /proyectos y sesiones en forma articulada, y se asegura de que los estudiantes tengan tiempo y oportunidades suficientes para desarrollar los aprendizajes previstos.	Diseña, ejecuta y sustenta una sesión de aprendizaje de atletismo (carreras, saltos o lanzamientos), incorporando materiales didácticos, instrumentos de evaluación y una reflexión pedagógica sobre su práctica INSTRUMENTOS: Ficha de observación Lista de cotejo	Autoevaluación Coevaluación Heteroevaluación

ESTÁNDAR: Comprende la relevancia de la investigación educativa en tanto herramienta para la identificación de evidencia y la toma de decisiones con base en esta. **Explica en qué consiste el proceso de investigación y reconoce la importancia de desarrollar su actitud investigativa para mejorar su práctica pedagógica y para favorecer el logro de aprendizajes**. Identifica situaciones problemáticas en su entorno, susceptibles de investigación, y propone respuestas o explicaciones a las mismas. En función de ello, focaliza un problema y determina los objetivos de la investigación, las actividades a realizar, y los instrumentos y la información requerida (que puede incluir fuentes primarias o secundarias o ambas). Recoge, organiza y analiza la información en función de los objetivos definidos previamente.

COMPETENCIA 12: Investiga aspectos críticos de la práctica docente utilizando diversos enfoques y **metodologías para promover una cultura de investigación e innovación.**

ESTÁNDAR:

CAPACIDADES	DESEMPEÑOS ESPECÍFICOS	CRITERIOS DE	EVIDENCIA DE PROCESO	FUENTE

		EVALUACIÓN	/ INSTRUMENTO	
12.1. Problematiza situaciones que se presentan en su práctica, en el entorno en donde se desempeña y en el mundo educativo en general.	• Investiga sobre las principales problemáticas en la enseñanza del atletismo y utiliza la información para proponer soluciones en base a su experiencia en la práctica • Diseña situaciones de aprendizaje del Atletismo en diversos contextos, considerando las expectativas establecidas en el diseño curricular y las estrategias de enseñanza más pertinentes.	Problematiza situaciones que se presentan en su práctica, en el entorno en donde se desempeña y en el mundo educativo en general.	PPT de exposición en grupos pequeños sobre las principales problemáticas en la enseñanza y aprendizaje del atletismo en las escuelas a partir de ello proponer soluciones. **INSTRUMENTOS:** Lista de cotejos	Coevaluación Auto evaluación Heteroevaluación
EVIDENCIA FINAL DEL CURSO/INSTRUMENTO				
Diseña, ejecuta y sustenta una sesión de aprendizaje de atletismo, así como pone en práctica las reglamento de la IAAF de pruebas de carreras, saltos Lanzamiento en la organización del primer Campeonato de mini atletismo para la categoría cero, con la participación de diferentes IIEE.				

VI. ORGANIZACIÓN DE UNIDADES DE APRENDIZAJE

NOMBRE DE LA UNIDAD	DURACIÓN	DESEMPEÑOS ESPECÍFICOS	CONOCIMIENTOS	EVIDENCIAS DE PROCESO	EVIDENCIA FINAL
Situación auténtica ¿Por qué es importante conocer y manejar los fundamentos didácticos del atletismo para las buenas prácticas deportivas? **Unidad 1.** Fundamentos didácticos del Atletismo.	**6 semanas**	• Conoce y emplea los fundamentos de la enseñanza del Atletismo en su práctica pedagógica, así como el reglamento vigente. • Diseña situaciones de aprendizaje del Atletismo en diversos contextos, considerando las expectativas establecidas en el diseño curricular y las estrategias de enseñanza más pertinentes.	• Estructura del silabo: **Conoce y maneja los fundamentos didácticos del atletismo.** **<u>EL ATLETISMO</u>** • Origen histórico y evolución de las habilidades atléticas, Historia del Atletismo en el Perú • Didáctica del atletismo Las carreras, salto y lanzamiento • Capacidades físicas y habilidades motrices. • Enfoques del atletismo como medio de la educación física-estudiantes **<u>CARRERAS</u>** • Clasificación • Habilidades básicas, iniciación para las carreras,	• Exposiciones orales en grupos pequeños utilizando organizadores visuales de su preferencia para argumentar sobre el origen, evolución del atletismo. • Expone una propuesta metodológica apropiada para la enseñanza y aprendizaje de las carreras según categorías o edades. • Analiza y expone sobre las reglas, medidas del campo y materiales oficiales de las pruebas de **VELOCIDAD** ✓ Sistematiza experiencias de aprendizaje del curso y lo socializa con sus compañeros (PIA)	Diseña, ejecuta y sustenta una sesión de aprendizaje de atletismo, así como pone en práctica el reglamento de la IAAF de pruebas de carreras, saltos Lanzamiento en la organización del primer Campeonato de mini atletismo para la categoría cero, con la participación de diferentes IIEE.

			• Medidas oficiales del campo, materiales de competencia • Metodología de enseñanza de las carreras y la elaboración de materiales Elabora Sesiones de aprendizaje de acuerdo al • Pruebas por categorías JEDN • Reglas		
Situación auténtica ¿Cómo podemos diseñar y aplicar estrategias didácticas innovadoras en las habilidades de salto estudiantes de Educación Básica, considerando sus características y contexto educativo? **Unidad 2.** Aplicamos estrategias didácticas innovadoras para la enseñanza de las pruebas de salto	**5 semanas**	• Diseña situaciones de aprendizaje del Atletismo en diversos contextos, considerando las expectativas establecidas en el diseño curricular y las estrategias de enseñanza más pertinentes.	**Diseña situaciones de aprendizaje de atletismo referidas a pruebas de salto.** • Clasificación • Habilidades básicas para los saltos • Iniciación a los saltos • Medias oficiales del campo. • Metodología de enseñanza de los saltos, elaboraciones materiales • Reglas, pruebas por categorías	• Practicas guiadas de técnicas básicas y mecánica de los saltos. (circuitos, juegos) • Análisis y participación en simulaciones de sesiones de aprendizaje sobre los saltos • Analiza y pone en práctica las reglas, medidas del campo y materiales oficiales de las pruebas de **SALTO** • Elabora un plan de entrenamiento de los saltos de acuerdo a la categoría **de los JEDN – 2026**	Diseña, ejecuta y sustenta una sesión de aprendizaje de atletismo, así como pone en práctica el reglamento de la IAAF de pruebas de carreras, saltos Lanzamiento en la organización del primer Campeonato de mini atletismo para la categoría cero, con la participación de diferentes IIEE

Situación auténtica ¿De qué manera la evaluación formativa y la reflexión pedagógica contribuyen a mejorar la enseñanza y el aprendizaje de las pruebas atléticas en los estudiantes de Educación Básica? **Unidad 3.** Evaluamos y reflexionamos sobre la práctica pedagógica en la enseñanza del atletismo de las pruebas de lanzamiento	**5 semanas**	. • . Investiga sobre las principales problemáticas en la enseñanza del atletismo y utiliza la información para proponer soluciones en base a su experiencia en la práctica • Conoce y emplea los fundamentos de la enseñanza del Atletismo en su práctica pedagógica, así como el reglamento vigente.	**Investiga y comprende sobre enfoques y metodologías para la enseñanza del atletismo** • Clasificación • Habilidades básicas para Los lanzamientos • Iniciación a los lanzamientos. • Medidas oficiales, campo, materiales. - elaboración • Metodología de enseñanza • Pruebas por categorías • Reglas oficiales y pruebas por categorías. • Test de habilidades para seleccionar alumnos en las I.E • Bases de los JEDP-2026 • Proyecto Deportivo para Los JEDN-2026 (categoría 0)	• Analiza y pone en práctica las reglas, medidas del campo y materiales oficiales de las pruebas de carreras, saltos Lanzamiento • Elabora un plan de entrenamiento de lanzamiento de acuerdo a la categoría de los JEDN – 2026 • Desarrollo del primer Campeonato de mini atletismo para la categoría cero, con la participación de diferentes IIEE.	Diseña, ejecuta y sustenta una sesión de aprendizaje de atletismo, así como pone en práctica el reglamento de la IAAF de pruebas de carreras, saltos Lanzamiento en la organización del primer Campeonato de mini atletismo para la categoría cero, con la participación de diferentes IIEE

VII. METODOLOGÍA

El formador de docentes orienta los aprendizajes, organizando las experiencias, recursos y condiciones óptimas para que los estudiantes alcancen el nivel del logro esperado en el curso. Favorece el desarrollo de las competencias a través de una retroalimentación permanente, oportuna e individualizada. También propone a los estudiantes espacios para reflexionar sobre su propio proceso de aprendizaje, introduciendo actividades y recursos para apoyar procesos metacognitivos al final de cada unidad.

El curso promueve el desarrollo de las competencias personales y profesionales del Perfil de Egreso de los estudiantes, mediante experiencias de aprendizaje situado, digital, autónomo, colaborativo y en profundidad que se desarrollan en contextos educativos reales, de trabajo individual y grupal, entre otros. Estas experiencias promueven el pensamiento crítico, reflexivo, creativo, sistémico y la articulación de los aprendizajes mediante el Proyecto Integrador.

METODOLOGÍAS, TÉCNICAS Y ESTRATEGIAS	
Lluvia de ideas	El formador debe ser quien propicie y motive la participación de los estudiantes de manera que se pueda discutir, llegar a conclusiones y tomar decisiones oportunas y adecuadas frente al análisis de casos y teorías.
Trabajo de producción personal	Los estudiantes realizan actividades de estudio de producción personal como análisis de lecturas y elaboración de esquemas o resúmenes de manera individual. Tomando en consideración las pautas dadas en el proyecto integrador.
Trabajo colaborativo	Los estudiantes formarán pequeños grupos y, de acuerdo con las instrucciones proporcionadas por el formador, intercambian información y trabajan una determinada actividad. (análisis de videos, lecturas, entre otros)
Exposición dialogante	Explicación y demostración de contenidos a cargo del formador, con intervención de los estudiantes, ya sea a través de preguntas o presentaciones de trabajos elaborados por los estudiantes, teniendo en cuenta las normas APA y las actividades enmarcadas en el proyecto integrador.
Tutoría o acompañamiento asincrónico	La tutoría se ofrecerá mediante las herramientas digitales a través de: ▪ Mensaje de voz o escrito por WhatsApp ▪ Google Meet ▪ Organización del portafolio

VIII. RECURSOS Y MATERIALES.

Se utilizarán los siguientes recursos y materiales

- Plataforma EVA 365 A1/Google Meet/WhatsApp
- Equipos multimedia, Proyector/TV: Material audiovisual,
- Soportes físicos: Guías de aprendizaje, separatas y bibliografía considerada.
- Guías de normas APA 7ma Ed.
- Reglamento de investigación e innovación
- Pizarrón y marcadores indelebles.
- Material de escritorio.

IX. EVALUACIÓN

En el marco de la evaluación formativa, la calificación es **cualitativa** y **descriptiva**. Considera una explicación detallada del nivel alcanzado por el estudiante, así como recomendaciones para la mejora de los aprendizajes. Se realiza durante el desarrollo del curso o módulo.

La calificación de las competencias profesionales docentes en el curso o módulo se expresa mediante niveles de desempeño, de acuerdo con la siguiente escala:

Nivel de desempeño del estudiante	
Previo al Inicio	No logra demostrar lo descrito en el nivel Inicio
Inicio	Muestra un progreso mínimo de acuerdo al nivel de desempeño esperado en el curso o módulo respecto a la competencia profesional docente.
En proceso	Evidencia el nivel de desempeño próximo o cerca a lo esperado en el curso o módulo respecto a la competencia profesional docente.
Logrado	Evidencia el nivel de desempeño esperado en el curso o módulo respecto a la competencia profesional docente, demostrando manejo satisfactorio en todas las tareas propuestas y en el tiempo programado.
Destacado	Evidencia un nivel de desempeño superior a lo esperado en el curso o módulo respecto a la competencia profesional docente.

Calificación del curso /módulo

La calificación del curso o módulo es determinada por el SIA. El SIA consigna la condición de "aprobado" o "desaprobado" del curso o módulo. Se consigna "aprobado" si la calificación del curso o módulo del estudiante se encuentra "En Proceso", "Logrado" o "Destacado". Se consigna "desaprobado" si la calificación final se encuentra en "Previo al inicio" o "Inicio", de acuerdo con lo siguiente:

Condición	Calificación del curso/módulo	Resultado obtenido	Calificación vigesimal para el sistema de educación superior
Desaprobado	Previo al inicio	1 a 1.9	1-5
	Inicio	2 a 2.9	6-10
Aprobado	En Proceso	3 a 3.9	11-14
	Logrado	4 a 4.9	15-19
	Destacado	5	20

X. BIBLIOGRAFÍA.

- Blázquez Sánchez, Domingo. *Didáctica de la Educación Física*. Barcelona: Editorial Inde. Presenta estrategias metodológicas aplicadas a la enseñanza deportiva escolar.
- Bravo, Jorge. *Atletismo básico: metodología y enseñanza*. Editorial Gymnos. Orientado a la enseñanza técnica y metodológica del atletismo escolar.
- Campos Granell, José y Gallach Lazcorreta, José Enrique. *Las técnicas del atletismo: Manual práctico de enseñanza*. Barcelona: Paidotribo, 2018. Explica la metodología progresiva de enseñanza de las pruebas de salto.
- Contreras Jordán, Onofre. *Didáctica de la Educación Física: un enfoque constructivista*. Editorial Inde. Desarrolla procesos metodológicos y pedagógicos aplicados al aprendizaje motor.
- Ministerio de Educación del Perú. *Currículo Nacional de la Educación Básica*. MINEDU. Orientaciones para el desarrollo de competencias motrices y deportivas.
- Müller, H. y Ritzdorf, W. *Correr, Saltar y Lanzar: Guía Oficial IAAF para la Enseñanza del Atletismo*. Federación Internacional de Atletismo Amateur (IAAF), 2000. Libro fundamental sobre metodología de enseñanza de carreras, saltos y lanzamientos.
- Ministerio de Educación del Perú. *Diseño Curricular Básico Nacional para la Formación Inicial Docente – DCBN 2020*. MINEDU.

Reglamento oficial y fundamentos técnicos del atletismo, incluyendo pruebas de salto.

- Weineck, Jürgen. *Entrenamiento total*. Editorial Paidotribo. Aporta fundamentos sobre capacidades físicas relacionadas con las pruebas de salto.

Prof. Augusto Gutiérrez Quispe
FORMADOR DOCENTE
IESPP "NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO"

I.E.S.P.P. NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO
Mg. Jose Elmer Sotomayor Rivera
UNIDAD ACADEMICA