



## PLANIFICACIÓN ANUAL 2026

### I. DATOS GENERALES:

- I.1. Institución Educativa : I.E. "PIUCA"
- I.2. Área Curricular : Educación Física
- I.3. Grado y Sección : cuarto
- I.4. Ciclo : Séptimo
- I.5. Docente : Prof. Estefany Pino Zanabria
- I.6. Director : Prof. Edgar Alberto Morriberón Nova

### II. DESCRIPCIÓN GENERAL

#### 2.1 DESCRIPCIÓN DEL PROPÓSITO Y ENFOQUE DEL ÁREA

El área de Educación Física se centra en el enfoque de la **corporeidad**, entendiendo al estudiante como una unidad psicosomática que se desarrolla a través del movimiento y la interacción con su entorno. En 4to de secundaria, los estudiantes atraviesan una etapa de reafirmación de su personalidad y necesitan consolidar su identidad y autonomía.

Esta programación responde a las **necesidades del contexto de Río Grande**, caracterizado por un relieve accidentado y una **intensa radiación solar**. Se priorizará la salud preventiva (protección UV), la gestión de riesgos ante fenómenos climáticos y el fortalecimiento de la convivencia para mitigar riesgos de inseguridad o violencia detectados en la región.

#### 2.2 DESCRIPCIÓN DE LA CARACTERIZACIÓN DEL ESTUDIANTE Y DE SU CONTEXTO

Los estudiantes del **Ciclo VII** atraviesan transiciones profundas a nivel físico, psicológico y social. Experimentan cambios corporales que impactan en su **imagen corporal e identidad**, requiriendo actividades que fortalezcan su autoestima y autonomía motriz.

En el contexto de **Río Grande**, los estudiantes enfrentan desafíos como la **alta radiación UV** y riesgos ambientales, pero cuentan con potencialidades en la actividad agropecuaria y un clima seco que favorece la práctica deportiva continua bajo cuidados preventivos

#### 2.4 COMPETENCIAS Y ESTANDARES DEL ÁREA

--	--	--



COMPETENCIAS	CAPACIDADES	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LAS COMPETENCIAS DE EDUCACION FISICA
<p><b>Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Comprende su cuerpo</li> <li>● se expresa corporalmente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad cuando <b>toma conciencia de cómo su imagen corporal contribuye a la construcción de su identidad y autoestima</b>. Organiza su cuerpo en relación a las acciones y habilidades motrices según sus posibilidades, en la práctica de actividad física que quiere realizar. <b>Coordina con agilidad y eficacia sus habilidades motrices específicas</b>. Produce con sus compañeros diálogos corporales que combinan movimientos en los que expresan emociones, sentimientos y pensamientos sobre temas de su interés en un determinado contexto</li> </ul>
<p><b>Asume una vida saludable</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Comprende las relaciones entre actividad física, alimentación, postura e higiene</li> <li>● incorpora prácticas de vida saludable.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Asume una vida saludable cuando <b>evalúa sus necesidades calóricas y toma en cuenta su gasto calórico diario</b>, los alimentos que consume, su origen e inocuidad, y las características de la actividad física que practica. Elabora un programa de actividad física y alimentación saludable, interpretando los resultados de las pruebas de aptitud física, entre otras, para mantener y/o mejorar su bienestar. Participa regularmente en actividades físicas de diferente intensidad y <b>promueve campañas donde se promocióne la salud integrada al bienestar colectivo</b></li> </ul>
<p><b>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Se relaciona utilizando sus habilidades</li> <li>● crea/aplica estrategias y tácticas de juego</li> </ul>	<p>Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices integrando a todas las personas de la comunidad educativa en eventos lúdico-deportivos y promoviendo la práctica de actividad física basada en el disfrute, la tolerancia, equidad de género, inclusión y respeto, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso. <b>Propone sistemas tácticos de juego en la resolución de problemas</b>, adecuándose a los cambios que se dan en la práctica y adjudicando roles y funciones bajo un sistema de juego que vincula las habilidades y capacidades de cada integrante del equipo</p>



COMPETENCIA TRANSVERSAL (CNEB)	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
<p><b>Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC:</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Personaliza entornos virtuales</li> <li>2. Gestiona información del entorno virtual.</li> <li>3. Interactúa en entornos virtuales</li> <li>4. Crea objetos virtuales en diversos formatos.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Organiza aplicaciones y materiales digitales según su utilidad y propósitos variados en un entorno virtual determinado, como televisor, computadora personal, dispositivo móvil, aula virtual, entre otros, para uso personal y necesidades educativas.</li> <li>✓ Contrasta información recopilada de diversas fuentes y entornos que respondan a consignas y necesidades de investigación o tareas escolares, y resume la información en un documento con pertinencia y considerando la autoría.</li> <li>✓ Procesa datos mediante hojas de cálculo y base de datos cuando representa gráficamente información con criterios e indicaciones.</li> <li>✓ Participa en actividades colaborativas en comunidades y redes virtuales para intercambiar y compartir información de manera individual o en grupos de trabajo desde perspectivas multiculturales y de acuerdo con su contexto.</li> <li>✓ Elabora animaciones, videos y material interactivo en distintos formatos con creatividad e iniciativa, con aplicaciones de modelado y multimedia.</li> <li>✓ Resuelve situaciones problemáticas mediante la programación de código con procedimientos y secuencias lógicas estructuradas planteando soluciones creativas.</li> </ul>
<p><b>Gestiona su aprendizaje de manera autónoma</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Define metas de aprendizaje.</li> <li>✓ Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas de aprendizaje</li> <li>Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Determina metas de aprendizaje viables asociadas a sus potencialidades, conocimientos, estilos de aprendizaje, habilidades, limitaciones personales y actitudes para el logro de la tarea, formulándose preguntas de manera reflexiva.</li> <li>✓ Organiza un conjunto de estrategias y acciones en función del tiempo y de los recursos de que dispone, para lo cual establece un orden y una prioridad para alcanzar las metas de aprendizaje.</li> <li>✓ Revisa los avances de las acciones propuestas, la elección de las estrategias y considera la opinión de sus pares para llegar a los resultados esperados. Explica los resultados obtenidos de acuerdo con sus posibilidades y en función de su pertinencia para el logro de las metas de aprendizaje.</li> </ul>

### III.- ENFOQUES TRANSVERSALES

N°	ENFOQUES TRANSVERSALES
1	Enfoque Intercultural
2	Enfoque de Atención a la diversidad
3	Enfoque de Igualdad de género
4	Enfoque Ambiental
5	Enfoque de Derechos
6	Enfoque de Búsqueda de la Excelencia
7	Enfoque de Orientación al Bien Común

### IV.- CALENDARIZACIÓN

PERÍODO	INICIO	TÉRMINO	N° DE SEMANAS
Primer bloque de gestión	Dos semanas	—	
Primer Bimestre	16 de marzo de 2026	15 de mayo de 2026	9
Segundo bloque de gestión – carpeta de recuperación	Una semana	18 al 22 de mayo	
Segundo Bimestre	25 de mayo de 2026	24 de julio de 2026	9
Tercer bloque de gestión Carpeta de recuperación	Dos semanas	27 de julio al 07 de agosto	
Tercer Bimestre	10 de agosto de 2026	08 de octubre de 2026	9
Cuarto bloque de gestión – carpeta de recuperación	Una semana	12 al 16 de octubre	
Cuarto Bimestre	19 de octubre de 2026	18 de diciembre de 2026	9
<b>Número total de semanas de trabajo pedagógico</b>			<b>36</b>



PERÚ

Ministerio  
de Educación

INSTITUCIÓN EDUCATIVA "PIUCA"





PERÚ

Ministerio de Educación

INSTITUCIÓN EDUCATIVA "PIUCA"



### V.- PLANIFICACIÓN

EXPERIENCIA / UNIDAD	Título de la experiencia de aprendizaje	Duración	
		Periodo	Semanas
0	Nos reencontramos para aprender en un ambiente seguro y saludable. (Semana de evaluación diagnóstica) ( 16/03 al 27/03)	I BIMESTRE	2
1	(30/03 al 17/04) Viviendo la Semana Santa en comunidad con participación democrática.		3
2	(20/04 al 15/05) Celebramos el aniversario de nuestra I.E. fortaleciendo nuestra identidad y valores.		4
3	25/05 al 19 /06 Juntos por un ambiente limpio y saludable.	II BIMESTRE	4
4	22/06 al 24/07 Conociendo la historia y costumbres de mi Perú		5
5	10/08 al 04/09 Revalorando nuestra cultura arequipeña y la fe de Santa Rosa	III BIMESTRE	4
6	07/09 al 08/ 10 Primavera tiempo de aprender y crecer.		5
7	19/10 al 13/11 Ciudadanía y democracia, conocemos y practicamos la importancia del voto ciudadano.	IV BIMESTRE	4
8	16/11al 18/12 Consumo responsable: "Compartiendo recursos, pesca y minería en tiempos de navidad"		5
<b>TOTAL DE SEMANAS LECTIVAS</b>			<b>36</b>



## VI. ORGANIZACIÓN DE LAS UNIDADES/EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE

Bimestre	Experiencia de Aprendizaje (EdA)	Competencia Priorizada	Duración	Contexto Regional / Situación Significativa
I	<b>EdA 0:</b> "Nos reencontramos en un ambiente seguro y saludable".	Todas las del área.	2 sem.	<b>Evaluación Diagnóstica:</b> Análisis de la condición física y plan de metas de salud en el contexto de Río Grande.
I	<b>EdA 1:</b> "Protegiendo nuestra salud en el relieve de Condesuyos".	Asume una vida saludable.	7 sem.	<b>Salud y Radiación:</b> Prácticas de hidratación y protección solar ante la alta radiación UV de Arequipa.
II	<b>EdA 2:</b> "Liderazgo motriz para una convivencia sin violencia".	Interactúa a través de sus habilidades.	9 sem.	<b>Seguridad y Valores:</b> Uso de juegos tácticos para fortalecer la confianza y prevenir la inseguridad ciudadana y escolar.
III	<b>EdA 3:</b> "Valoramos nuestro patrimonio a través del movimiento".	Se desenvuelve de manera autónoma.	10 sem.	<b>Identidad Cultural:</b> Creación de secuencias rítmicas inspiradas en danzas y tradiciones de Arequipa (Yaravies, festividades).
IV	<b>EdA 4:</b> "Tecnología y retos físicos para un futuro sostenible".	Todas + Competencias Transversales.	10 sem.	<b>Emprendimiento y TIC:</b> Uso de apps para monitorear gasto calórico y diseño de actividades físicas en entornos naturales locales.

## VII- EVALUACIÓN

EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA	EVALUACIÓN FORMATIVA	EVALUACIÓN SUMATIVA
Se realizará la evaluación de entrada, en función de las competencias, capacidades y desempeños que se desarrollarán a nivel del grado.	Se evaluará la práctica centrada en el aprendizaje del estudiante, para la retroalimentación oportuna con respecto a sus progresos durante todo el proceso de enseñanza y aprendizaje; teniendo en cuenta la valoración del desempeño del estudiante, la resolución de situaciones o problemas y la integración de capacidades creando oportunidades continuas, lo que permitirá demostrar hasta dónde es capaz de usar sus capacidades.	Se evidenciarán a través de los instrumentos de evaluación en función al logro del propósito y de los productos considerados en cada unidad.



VIII- MATERIALES Y RECURSOS EDUCATIVOS

PARA EL DOCENTE	PARA EL ESTUDIANTE
Currículo Nacional de Educación Básica Programa curricular de secundaria Textos MINEDU Textos Santillana	<ul style="list-style-type: none"><li>• Fichas de actividad</li><li>• Fichas de reforzamiento</li><li>• Organizadores visuales</li><li>• Libros Santillana</li><li>• Libros Minedu</li><li>• Proyector</li><li>• Celular, Tableta</li><li>• Laptop, PC</li></ul>

Piuca

FIRMA