

UNIDAD DE APRENDIZAJE N° 03

"Rescatamos nuestra cultura y tradiciones mediante los juegos tradicionales"

I. DATOS INFORMATIVOS

1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA	"JUAN UGAZ"	ÁREA:	Educación Física		
2.DIRECTOR	Dr. Denner Albert Yovera Velásquez	GRADO	3°	SECCIÓN:	A, B, C, D, E, F, G
3.SUB DIRECTOR(a)	Mg. Lucinda Sánchez Paz.	Nº HORAS	3 horas semanales		
5.PROFESOR	Lelis Clever Ramos García.				
6.COORDINADOR	Segundo Cecilio Gonzales Fernández.				
7.PRACTICANTE	Sarai Villoslada Flores.				

II. SITUACION

En la I.E. "Juan Ugaz", ubicada en la provincia de Santa Cruz, se observa que los estudiantes de tercer grado de secundaria están desplazando la práctica de juegos tradicionales por un consumo excesivo de tecnología, videojuegos y redes sociales. Esta tendencia al sedentarismo no solo debilita la convivencia y la identidad cultural cruceña, sino que también fomenta hábitos de consumo impulsivo en entretenimiento digital, afectando la salud física y la economía familiar.

Asimismo, se evidencia que los estudiantes de este ciclo requieren consolidar su autonomía, presentando retos para diseñar estrategias colectivas, respetar normas consensuadas y analizar críticamente cómo la publicidad influye en sus decisiones de ocio. Existe la necesidad de que el estudiante comprenda que la actividad física basada en nuestras tradiciones es una herramienta de bienestar integral y una forma de ahorro y consumo responsable frente a las ofertas comerciales costosas.

Frente a esta situación, y en el marco de las celebraciones cívicas y locales de la provincia de Santa Cruz, desde el área de Educación Física se promoverá la revalorización y rediseño táctico de juegos tradicionales como "Mata gente", "Salta liga", "Carrera de encostados" y "El Trompo". Los estudiantes de tercero no solo participarán, sino que analizarán la biomecánica de estos juegos y su impacto positivo en la salud financiera y física a través del uso de la App FinEduca y la gestión de recursos del proyecto "Mi Banquito", fortaleciendo el trabajo en equipo y la conciencia ciudadana.

Durante el desarrollo de la unidad, los estudiantes liderarán la organización de actividades recreativas, aplicando valores como la solidaridad, la inclusión y la responsabilidad. Reflexionarán sobre la importancia de conservar las tradiciones mediante la producción de materiales informativos que comparen el beneficio de la cultura lúdica local frente al gasto innecesario en ocio sedentario, registrando sus ahorros proyectados en su sistema de gestión financiera escolar. De este modo, fortalecerán su identidad cultural y autonomía, mejorando su coordinación motriz compleja y habilidades sociales para convivir armónicamente en su comunidad.

PREGUNTAS RETADORAS

¿Cómo el diseño de estrategias en juegos tradicionales nos ayuda a resolver conflictos de manera autónoma?

¿De qué manera la práctica de juegos de antaño y la App FinEduca contribuyen al consumo responsable?

¿Cómo el proyecto "Mi Banquito" nos permite valorar el ahorro generado al jugar en la escuela?

PRODUCTO: CUADERNO DE INVESTIGACIÓN LÚDICA: "Rescatando los Juegos de mi Tierra"

Los estudiantes de tercer grado desarrollarán en su cuaderno un registro detallado de cada sesión, que incluya:

III. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE (Competencia, Capacidades y desempeños)

Competencias y capacidades	Desempeños precisados	Evidencia: Producto/Actuación	Instrumentos de evaluación
INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES. Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices. • Crea y aplica estrategias y tácticas de juego.	✓ .Plantea junto con sus pares soluciones tácticas estratégicas en juegos tradicionales de saltos, agilidad y persecución, intercambiando roles y demostrando coordinación, ritmo y control del esfuerzo físico para el logro de los objetivos comunes del equipo. ✓ Propone y modifica sistemas y estrategias colectivas en situaciones de juego lúdico y de precisión, asignando roles específicos según las necesidades del equipo y garantizando la inclusión de todos sus compañeros.	Presentarán Un juego tradicional adaptado a su preferencia	Lista de cotejo técnica.
✓ ASUME UNA VIDA SALUDABLE	• Evalúa sus necesidades alimenticias y de hidratación comparando el valor energético de los productos de Santa	Reporte de Gestión de Recursos (Salud):	Lista de cotejo de la App FinEduca

✓ Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene y la salud. ✓ Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida.	Cruz frente a ultraprocesados comerciales. • Regula su frecuencia respiratoria y coordina sus movimientos amortiguando las caídas en los juegos de saltos para evitar la fatiga muscular temprana, registrando sus progresos de salud en el Banco Escolar.	Bitácora impresa y balance digital del gasto energético y refrigerios saludables registrado en la App Fin Educa	
SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD	• Regula su cuerpo y combina con eficacia sus capacidades coordinativas y equilibrio dinámico al adaptarse a las exigencias técnicas de los saltos, carreras y lanzamientos en juegos tradicionales. • Produce con sus compañeros diálogos corporales que expresan emociones y pensamientos lúdicos en su determinado contexto, favoreciendo la autoestima.	Ficha de Control Postural y Motor: Demostración práctica de agilidad de piernas, balance estático/dinámico y fluidez de movimientos en las estaciones lúdicas.	Ficha de registro técnico-motor.

IV. COMPETENCIAS TRANSVERSALES

Competencias Transversales	Capacidades	Desempeños precisados	Instrumentos de evaluación
SE DESENVUELVE EN ENTORNOS VIRTUALES GENERADOS POR LAS TICS.	- Gestiona información del entorno virtual. - Crea objetos virtuales en diversos formatos	- Organiza y registra datos sobre su progreso de agilidad, efectividad en los juegos y sus balances de ahorro físico/financiero en salud utilizando de manera responsable la App FinEduca. - Registra y visualiza sus metas de inversión para su "Menú de Rendimiento Local" en la aplicación móvil de forma responsable.	- Reporte digital en App FinEduca. - Lista de cotejo digital
GESTIONA SU APRENDIZAJE DE MANERA AUTÓNOMA	- Define metas de aprendizaje - Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas - Monitorea y ajusta su desempeño durante el proceso de aprendizaje	Establece metas personales de mejora técnica para los juegos tradicionales (ej. precisión del lanzamiento, saltos continuos) y evalúa si sus hábitos de consumo le permiten evitar la fatiga, realizando ajustes autónomos.	- Ficha de autoevaluación. - Portafolio de la unidad.

		• Evalúa permanentemente si sus hábitos de consumo y entrenamiento le permiten alcanzar los resultados, realizando ajustes según sus avances.	
--	--	---	--

V. ENFOQUES TRANSVERSALES:

ENFOQUE TRANSVERSAL	ACCIONES O ACTITUDES OBSERVABLES
Enfoque de Derechos	• Diálogo y concertación / Libertad y responsabilidad • Estudiantes conciertan en equipo las señas, reglas adaptadas y estrategias de juego antes de iniciar la práctica en la losa. • Asumen su rol con responsabilidad y cuidan los materiales de trabajo.
Enfoque Ambiental	• Promueven el consumo de alimentos naturales locales y agua pura para reducir los residuos plásticos y de empaques ultra procesados en la institución.
Enfoque Orientación al Bien Común	• Valoran los recursos lúdicos y del Banco Escolar, demostrando compañerismo para integrar de forma asertiva a los alumnos que muestran timidez o aislamiento.

VI. SECUENCIA DE SESIONES DE APRENDIZAJE								
TÍTULO DE LA SESIÓN	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑO	PROPÓSITO / UTILIDAD	CONOCIMIENTO	PRINCIPALES EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE	ADAPTACION NNE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y DURACIÓN
Sesión 1 "Juegos tradicionales de Resistencia, Fuerza y Control del Estrés"	• INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES	CREA Y APLICA ESTRATEGIAS Y TÁCTICAS DE JUEGO	Plantea junto con sus pares soluciones tácticas colectivas en juegos cooperativos de resistencia y fuerza, demostrando control tónico, autorregulación del esfuerzo físico y uso de estrategias lúdicas para el manejo de la tensión y el estrés.	Diseñar y aplicar estrategias grupales en juegos tradicionales de resistencia y fuerza compartida, utilizando la recreación cooperativa para controlar la agitación física y liberar tensiones emocionales de forma eficiente.	Fuerza de tracción y empuje, resistencia aeróbica, disipación de la tensión psíquica y control tónico general.	con el juego rítmico "El gato y el ratón" (cadena humana circular para liberar tensiones). "Tira y Afloja de la Estabilidad" (tracción coordinada de sogas alineando centros de gravedad bajo la voz de un líder). "Carreras de Sacos en Cadena" (desplazamientos coordinados en filas tomados de la cintura sorteando conos).	• 3°B XXXX (Visual): En "El Gato y el Ratón" va dentro del círculo y sus pares le avisan con leve presión de manos el giro de la ronda. En "Los Encantados" juega de la mano con un compañero tutor que actúa como "radar de velocidad" para correr y rescatar juntos.	➤ Plantea y ejecuta soluciones tácticas colectivas al coordinar la fuerza grupal en juegos tradicionales de tracción y empuje. ➤ Demuestra control tónico adecuado alineando su centro de gravedad con el de sus pares de forma coordinada y segura. ➤ Autorregula el esfuerzo físico dosificando su energía ante la agitación corporal en dinámicas continuas de resistencia aeróbica. ➤ Utiliza el juego rítmico cooperativo como una herramienta lúdica y empática para liberar la tensión psíquica y el estrés emocional grupal.
Sesión 2	INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS	• Se relaciona utilizando sus	Plantea soluciones	"Hoy vamos a diseñar y aplicar	Ajuste rítmico coordinativo, centro de	"La Gran Soga Colectiva" (ingresar en fila	3°D. XXX, XXX 3°B. XXXX	✓ Ajusta de manera oportuna su ritmo motor y coordinación oculo-podal para ingresar,

"Desafíos de Agilidad y Saltos con Ritmo"	HABILIDADES SOCIOMOTRICES	habilidades sociomotrices. • Crea y aplica estrategias y tácticas.	tácticas en juegos tradicionales de saltos grupales e individuales, ajustando su ritmo motor, equilibrio dinámico y amortiguación elástica de caídas para el logro de objetivos comunes.	estrategias grupales de agilidad y sincronización en juegos tradicionales de saltos, organizando el ritmo colectivo para dosificar nuestro esfuerzo físico".	gravedad en apoyos monopodales, pliometría lúdica y balance postural	india rítmica a una soga de 5 metros en rotación, efectuar tres saltos estables y salir limpiamente empleando claves acústicas). "Mundo Táctico en Cadena" (recorrido individual por trazados del juego tradicional "El Mundo/Rayuela", lanzando el tejo/piedra plana y recogiendo en flexión profunda y equilibrio monopodal). "El Hilito Tradicional" (superación coordinada de un	3ºE. XXXX (Problemas de aprendizaje.) En la carrera de sacos en cadena, estos tres estudiantes realizan el recorrido en una distancia reducida a la mitad y de manera individual. En Los Encantados, cuentan con una "Zona de Refugio" (un círculo pintado con tiza en la losa) donde pueden descansar 5 segundos sin ser encantados, permitiéndole regular su fatiga. Sus evaluaciones en la	saltar y salir colectivamente de la soga en movimiento. ✓ <i>Mantiene</i> el equilibrio dinámico y la postura corporal al ejecutar apoyos monopodales y flexiones profundas en circuitos lúdicos de precisión. ✓ <i>Aplica</i> la amortiguación elástica de caídas utilizando flexiones de rodilla para proteger sus articulaciones y evitar la fatiga temprana en saltos pliométricos. ✓ <i>Sincroniza</i> sus acciones motrices adaptándose con empatía a los ritmos y capacidades motrices de todos los miembros de su equipo en zonas de juego adaptadas. 3 horas
---	---	---	---	---	---	--	---	---

8

						Tácticos en Escuadra" (Robo de colitas en parejas defensivas espalda con espalda).		súbitos con soltura motriz para evadir la persecución manteniendo el control del centro de gravedad. ➤ <i>Muestra</i> una actitud inclusiva al integrar acuerdos colectivos que regulen la interacción de manera respetuosa y ordenada en la losa deportiva. 3 horas
Sesión 4 "Agilidad mental, fuerza segmental y velocidad de reacción en juegos de año"	Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices Se desenvuelve a través de sus habilidades sociomotrices	Crea y aplica estrategias y tácticas de juego. Comprende su cuerpo.	Plantea junto con sus pares soluciones tácticas colectivas en juegos de agilidad mental, velocidad de carrera y fuerza segmental, demostrando control de la tensión corporal, autorregulació	Diseñar y aplicar soluciones tácticas en juegos tradicionales de velocidad de reacción, fuerza y agilidad mental en el campo, utilizando la toma de decisiones rápidas para resolver los	Fuerza segmentaria superior, apoyos invertidos, freno inhibitorio, velocidad explosiva y toma de decisiones rápidas.	"La Carretilla Tradicional" (parejas avanzan 10 metros alternando roles, uno apoya manos con control tónico lumbar y el otro sujeta firmemente por tobillos). "La Ollita de Barro" (en tríos, dos cargan entrelazando	• 3°B XXX (Visual): En el Tres en Línea corre tomado del brazo de su guía y este le indica verbalmente el aro libre ("coloca al centro"). En El Enemigo no Duerme, su guía le da un toque firme en el hombro	✓ <i>Ejecuta</i> apoyos y suspensiones corporales con fuerza segmentaria y control tónico lumbar, garantizando el cuidado mutuo durante los juegos de fuerza. ✓ <i>Demuestra</i> velocidad explosiva y capacidad de reacción rápida al resolver retos que involucren agilidad mental combinada con desplazamientos rápidos. ✓ <i>Aplica</i> de forma inmediata el

			n del esfuerzo y uso de fintas protectoras.	desafíos motrices y liberar el estrés.		brazos y el tercero se suspende balanceándose con seguridad sin romper el agarre). "El Enemigo no Duerme" (avance hacia el cuartel del tesoro; al grito de ¡Despierto! del enemigo, todos quedan congelados en equilibrio estático. Si son descubiertos regresan a la base).	para quedar inmóvil. • 3°D XXX, 3°B XXX, 3°E XXX: En La Carretilla se les sujeta por los muslos o la cintura para reducir la palanca de carga en los brazos. En El Enemigo no Duerme, se reduce la distancia y tienen 2 segundos de margen de oscilación.	freno inhibitorio y el equilibrio estático ante estímulos acústicos o táctiles establecidos, controlando la inercia corporal. ✓ <i>Adapta</i> de manera solidaria la intensidad de los agarres y palancas motrices para asegurar el éxito integral y seguro de sus compañeros con limitaciones físicas o sensoriales. 3 horas
Sesión 5 "Presentamos un juego tradicional o popular adaptado de nuestro agrado cuidando la integridad de	Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices Asume una vida saludable	Crea y aplica estrategias y tácticas de juego Incorpora practicas que	Propone, adapta y expone en equipo un juego tradicional o popular de su agrado, modificando sus reglas y estructuras	Sustentar y ejecutar cooperativamente el producto final de la unidad mediante una estación de juegos tradicionales adaptados,	Adaptación lúdica inclusiva, ergonomía motriz, biomecánica del cuidado mutuo, disociación digital y balance calórico-financiero.	Presentación del Producto: Cada equipo expone y dirige el juego tradicional o popular adaptado de su agrado, demostrando las modificaciones	3°B XXX. (Visual): El equipo que presenta el juego implementa balones con cascabeles, canicas de goma grandes y relieves	➤ <i>Propone</i> y fundamenta en equipo las adaptaciones ergonómicas y estructurales a las reglas de un juego tradicional para garantizar una participación segura, equitativa e inclusiva. ➤ <i>Dirige y ejecuta</i> secuencias motrices

nuestros pares"		mejoren su calidad de vida	lúdicas para garantizar la participación activa, la seguridad física y la inclusión de todos los integrantes del grupo.	demonstrando empatía y registrando el balance contable de salud en la plataforma escolar.	creadas para proteger a sus pares. Autoevaluación final de la unidad. Sustentación colectiva de los saldos de ahorro físico, cuidado de materiales y refrigerios saludables registrados en la App FinEduca y Mi Banquito. Higiene corporal obligatoria.	táctiles con soga sobre las líneas de tiza para guiar su orientación espacial autónoma. • 3°D XXX, 3°B XXX, 3°E XXX: Los juegos presentados por sus pares incluyen "Zonas de Inmunidad temporal" o implementos con mangos anatómicos (trompos modificados) para asegurar su éxito motor sin riesgo de caídas. • 3°E XXX. (Asperger): Actúa como el "Presidente del Comité Evaluador del Juego Limpio e Integridad".	complejas basadas en la identidad lúdica local, demostrando control corporal, empatía y una comunicación asertiva con el grupo. ➤ Sustenta críticamente el balance de ahorro físico-financiero contrastando el gasto calórico y el uso de alimentos de Santa Cruz con el consumo sedentario y ultraprocesado digital. ➤ Gestiona de forma autónoma su salud y aprendizaje registrando sistemáticamente sus metas de rendimiento y saldos de convivencia en las herramientas del proyecto escolar (App FinEduca / Mi Banquito). 3 horas
-----------------	--	----------------------------	---	---	--	---	---

							Registra en la aplicación digital los puntajes de cumplimiento de seguridad y respeto mutuo de cada equipo expuesto.	

VII. EVALUACIÓN:

1. EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA (El Punto de Partida)

¿Cuándo?: Se aplica principalmente en la **Sesión N° 1**: "Juegos tradicionales de Resistencia, Fuerza y Control del Estrés".

¿Para qué en tus sesiones?: Para identificar el nivel de condición física inicial (resistencia aeróbica, fuerza de tracción y empuje), los hábitos lúdicos para el manejo de la tensión emocional y el nivel de familiaridad con la **App FinEduca**. Nos permite saber quiénes desconocen el valor de los juegos de antaño para liberar el estrés escolar en Santa Cruz.

¿Cómo?: Mediante un circuito motriz exploratorio de baja intensidad (juegos de sogas y sacos) y un test de esfuerzo autopercebido. Es nuestra "Línea de Base" de salud y gestión del esfuerzo.

Aplicación NEE:

Instrumento: Ficha de Control Motor Básica, Cuestionario de Hábitos Recreativos y Lista de Cotejo de entrada.

2. EVALUACIÓN FORMATIVA (El Acompañamiento Continuo)

¿Cuándo?: Ocurre permanentemente, con énfasis en la **Sesión N° 2** (Saltos y Elásticos), **Sesión N° 3** (Robacolas y Evasión) y **Sesión N° 4** (Carretillas, Ollitas y Reacción).

¿Para qué en esta sesión?: Para corregir de manera inmediata las posturas corporales (alineación de la espalda en la carretilla y amortiguación en los saltos), mejorar el ajuste rítmico y la agilidad mental en el campo, además de reforzar el registro transparente de sus marcas físicas y de ahorro en la **App FinEduca**.

¿Cómo?:

En Saltos y Fuerza (Sesiones 2 y 4): Observando la sincronización temporal al entrar a la soga grupal, el equilibrio monopedal en El Mundo y el control tónico-lumbar al avanzar en La Carretilla.

En Evasión y Reacción (Sesiones 3 y 4): Verificando el uso de cintas protectoras en el Robacolas y el freno inhibitorio instantáneo (quedarse inmóvil como estatua) ante el aviso acústico en El enemigo no duerme.

Gestión Digital (Color Azul): Monitoreando el registro de autoevaluación en la App para verificar si los estudiantes comprenden el beneficio de dosificar de forma responsable su capital de salud y energía física.

Aplicación NEE:

Instrumento: Escala de valoración socio-motriz, Registro anecdótico de campo y **Reporte de avance en la App FinEduca.**

3. EVALUACIÓN SUMATIVA (El Cierre y Certificación)

¿Cuándo?: Se consolida en la **Sesión N° 5:** "Presentamos un juego tradicional o popular adaptado de nuestro agrado cuidando la integridad de nuestros pares".

¿Para qué en tus sesiones?: Para certificar el nivel de logro alcanzado en las competencias "Asume una vida saludable", "Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices" y "Se desenvuelve de manera autónoma". Verificamos si los estudiantes revaloran la cultura lúdica de su región y si protegen con empatía la seguridad de sus compañeros.

¿Cómo?: Mediante el desempeño organizativo en la Yincana de Juegos de Antaño, la viabilidad de las adaptaciones creadas por cada equipo para cuidar la integridad física del grupo y la presentación del portafolio final con el balance contable de salud y convivencia en la **App FinEduca / Mi Banquito.**

Aplicación NEE:

VIII. MATERIALES BÁSICOS Y RECURSOS A UTILIZAR

MATERIALES EDUCATIVOS	RECURSOS EDUCATIVOS	ESPACIOS DE APRENDIZAJE
Implementos de Juegos de Antaño: Sogas de cabuya, sacos de yute, elásticos, tizas de colores, pañuelos (colitas), balones de trapo, conos, platos y silbato. Kit de Destreza Fina: Trompos de madera con cordeles y canicas de vidrio (bolitas y moles). Materiales Adaptados (NEE): Canicas de goma grandes y cuerdas con texturas de relieve en el suelo. Útiles de Escritorio: Papelotes y plumones para el diseño de roles de la Sesión	App FinEduca: Instalada en dispositivos móviles o tablets para el registro del balance energético y de ahorro. Plataformas Virtuales: Videos tutoriales sobre la ejecución de juegos tradicionales y de antaño. Fichas de Trabajo: Guías de registro del "Banco Escolar" (en formato Macrotipo para Christopher Cotos). Herramientas de Control: Megáfono y cronómetro digital para el control de tiempos de juego.	Losa Deportiva Institucional: Espacio principal para el desarrollo de circuitos de fuerza, saltos, mundo y robacolas. Campo Abierto / Césped: Para amortiguar caídas en carretillas, ollitas y el juego <i>El enemigo no duerme</i>. Aula de Innovación (AIP) / Biblioteca: Para las sesiones de organización grupal y análisis del balance financiero en la App. Entorno Natural / Comunidad: Investigación con los padres sobre las reglas originales de los juegos de la zona.

IX: BIBLIOGRAFIA

- **Ministerio de Educación (2016).** *Currículo Nacional de la Educación Básica (CNEB)*. Lima, Perú: <https://bit.ly/CNEB-Secundaria>
- **Ministerio de Educación (2016).** *Programa Curricular de Educación Secundaria - Área de Educación Física*. Lima, Perú.
- **Instituto Nacional de Salud - INS (2019).** *Guías Alimentarias para la Población Peruana*. Centro Nacional de Alimentación y Nutrición (CENAN): <https://bit.ly/GuiasAlimentariasPeru>
- **Superintendencia de Banca, Seguros y AFP - SBS (2021).** *Plan Nacional de Educación Financiera y Gestión de Recursos*: <https://bit.ly/SBS-EduFinanciera>
- **Centro Nacional de Alimentación y Nutrición (2022).** *Tabla de Composición de Alimentos Peruanos (CENAN)*: <https://bit.ly/TablaAlimentosPeru>

Santa Cruz abril del 2026

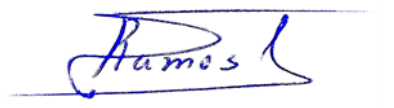
.....
Dr. Denner Albert Yovera Velásquez

Director

.....
Mg. Lucinda Sánchez Paz

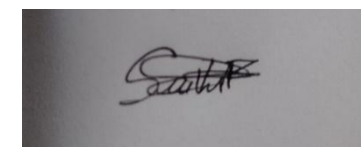
Sub Director

.....
Prof. Segundo Cecilio Gonzáles Fernández
Coordinador de Matemática y Educación física



Prof. Lelis Clever Ramos García.

Docente de Área



.....
Sarai Villoslada Flores

Practicante