

**FICHA N° 9**  
**TERCERO BASICO**

**OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA5)**

Ejecutar movimientos o elementos de danzas tradicionales de forma coordinada, utilizando actividades rítmicas y lúdicas de forma individual o grupal.

**CONTENIDOS**

Elementos básicos de esquema de movimiento. ★★★  
Tipos de movimiento y esquema rítmico. ★★  
Conductas positivas hacia sí mismos y pares. ★

		Descripción de la actividad	Descripción gráfica	Variaciones	
FASE DE INICIO	Capacidad física abordada	<b>INICIO DE CLASES</b> 7 minutos	Control de <b>Asistencia</b> . Preparación de los estudiantes para la ejecución de las diversas actividades. <b>Explicación</b> del docente de los objetivos de la clase.		
		<b>Materiales:</b> No requiere.  <b>Entorno:</b> Espacio libre.  <b>Duración:</b> 5 minutos.	<b>Trote rítmico manteniendo el equilibrio.</b>  Los estudiantes ubicados en el espacio libre; comienzan a trotar al ritmo de las palmas del docente. Al detener las palmadas se quedan inmóviles ejecutando una tarea de equilibrio. Mantienen 30 segundos la posición y reanudan el trote.	 	- En parejas.  - Mantener el equilibrio con los ojos cerrados.
FASE DE DESARROLLO		<b>Materiales:</b> - 7 aros por grupo. - 1 radio.  <b>Entorno:</b> Espacio libre.  <b>Duración:</b> 10 minutos.	<b>Ubicándose dentro del aro al detener la música.</b>  Los estudiantes ubicados en el espacio libre se distribuyen en 3 grupos con 7 aros formando un círculo. Al escuchar la música los estudiantes comienzan a avanzar alrededor de los aros según el ritmo de la música. Al detenerse la música cada uno trata de quedar dentro de un aro trotando en el lugar. Los que no logran quedar en un aro siguen bailando por fuera.		- Avanzan saltando en un pie.  - Avanzan pies juntos.
		<b>Materiales:</b> No requiere.  <b>Entorno:</b> Espacio libre.  <b>Duración:</b> 5 minutos.	<b>Aplaudiendo con el compañero en cuatro apoyos.</b>  Los estudiantes distribuidos en parejas, ubicados frente a frente en el espacio libre, en posición decúbito abdominal en cuatro apoyos. A la señal del docente juntan palmas de las manos derechas e izquierdas alternadamente, aplaudiendo.		- Tocándose el pecho con las manos de forma alternada.  - Levantan un pie y la mano contraria.
FASE FINAL		<b>Materiales:</b> - 20 aros.  <b>Entorno:</b> Espacio libre.  <b>Duración:</b> 10 minutos.	<b>Trotando y entrando al aro.</b>  Los estudiantes distribuidos libremente en el espacio libre, donde se encuentran distribuidos 20 aros. A la señal del docente, corren por entre los aros sin tocarlos. Cuando el docente lo señale, deben entrar a los aros.		- En parejas .  - En reversa.
		<b>Materiales:</b> No requiere.  <b>Entorno:</b> Espacio libre.  <b>Duración:</b> 5 minutos.	<b>Tocando punta de pies.</b>  Distribuidos individualmente sentados en el suelo con las piernas juntas, se toman la punta de los pies sin flexionar las rodillas y mantienen la posición por 10 segundos.		- Con extremidades separadas.  - De pie.

**FINALIZACION DE LA CLASE**  
3 minutos

Disposición del grupo para el término de las diversas actividades. Evaluación de la clase, higiene e hidratación para la continuación de los estudiantes en su jornada.



Componentes de la Educación Física abordados:



Observaciones del profesor:

---



---



---



---