

**FICHA N° 28**  
**TERCERO BASICO**

**OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA3)**

Practicar juegos pre-deportivos con reglas y espacios adaptados, aplicando los principios generales de juego, como avanzar y retroceder en bloque, recuperar el balón, acompañar la jugada y la visión periférica.

**CONTENIDOS**

Formas de pases.  
Técnicas de recepción de balón.  
Tareas creativas.

★★★  
★★  
★

	Descripción de la actividad	Descripción gráfica	Variaciones	
FASE DE INICIO	<p><b>Capacidad física abordada</b></p> <p><b>INICIO DE CLASES</b> 10 minutos</p> <p>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.</p>			
	<p><b>Materiales:</b> No requiere.</p> <p><b>Entorno:</b> Espacio libre.</p> <p><b>Duración:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Saltando la línea en un pie sin perder el equilibrio.</b></p> <p>Distribuidos en el espacio ubicados al costado de una línea apoyados en un solo pie. A la señal del docente deben saltar de un lado al otro en un solo pie, sin perder el equilibrio. Luego intercambian de pie.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Con los ojos cerrados.</li> <li>- Mantener posición 10 segundos.</li> </ul>
	<p><b>Materiales:</b> - 8 balones.</p> <p><b>Entorno:</b> Espacio libre.</p> <p><b>Duración:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Caminando, trotando y corriendo dándose pases.</b></p> <p>Distribuidos por el espacio libre divididos en 3 grupos homogéneos. A la señal del docente, un grupo debe correr en diferentes direcciones dándose pases, otro saltar en un pie y el otro saltar a pies juntos. Luego de tres minutos cambian de rol los grupos.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desplazarse en cuadrupedia.</li> <li>- Saltando alternando pie de apoyo.</li> </ul>
	<p><b>Materiales:</b> - 8 balones.</p> <p><b>Entorno:</b> Espacio libre.</p> <p><b>Duración:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Dando pases en cuadrupedia.</b></p> <p>Distribuidos por el espacio libre, los estudiantes se ubican en posición cuadrupedia decúbito abdominal. Se distribuyen 8 balones los que deben ser tomados por los estudiantes dándose pases con las manos o pies.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- En posición cuadrupedia decúbito dorsal.</li> <li>- En parejas con 1 balón.</li> </ul>
	<p><b>Materiales:</b> - 10 balones.</p> <p><b>Entorno:</b> Espacio libre.</p> <p><b>Duración:</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Dando pases impidiendo que quiten el balón.</b></p> <p>Distribuidos en el espacio libre en grupos de 3 con un balón. Dos en un extremo y un compañero al centro. A la señal del docente, entre los dos compañeros del extremo se dan pases intentando que quien está al centro no lo toque. Si lo toca, pasa a realizar los pases y el último en lanzar el balón pasa al medio. Si se cae el balón, o si el pase es malo también se cambian.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lanzar con una mano.</li> <li>- Pases con 1 bote.</li> </ul>
<p>5 minutos. <b>Pausa:</b> hidratación y descanso.</p>				
FASE DE DESARROLLO	<p><b>Materiales:</b> - 6 balones.</p> <p><b>Entorno:</b> Espacio libre.</p> <p><b>Duración:</b> 15 minutos.</p>	<p><b>En hileras frente a frente dando pases.</b></p> <p>Distribuidos en hileras de 4 estudiantes. Se ubican frente a frente 2 hileras separadas a unos 4 metros, con un balón. A la señal del docente, el primero de la hilera que tiene el balón le da un pase sin bote al primero de la hilera del frente y pasa a ubicarse al último de esa hilera. Así sucesivamente: dar un pase y ubicarse en la hilera del frente.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasar al último puesto de su misma hilera.</li> <li>- Dar un pase con bote.</li> </ul>
	<p><b>Materiales:</b> No requiere.</p> <p><b>Entorno:</b> Espacio libre.</p> <p><b>Duración:</b> 5 minutos.</p>	<p><b>Flexionando el tronco y tocando la punta de pies.</b></p> <p>Distribuidos libremente en el espacio, en posición de pie, con las piernas extendidas. Flexionan el tronco hasta tocar la punta de los pies con las rodillas extendidas. Mantiene la posición 30 segundos.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cruzando piernas.</li> <li>- Sentados.</li> </ul>
FASE FINAL	<p><b>FINALIZACION DE LA CLASE</b> 10 minutos</p> <p>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.</p>			

Componentes de la Educación Física abordados:

