

Ficha de clase subsector Educación Física | Bloque de 45 minutos

FICHA N° 1 CUARTO BASICO

OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA2)

Ejecutar juegos colectivos y crear estrategias con el apoyo del docente para resolver problemas en relación al tiempo, el espacio y el número de personas, por ejemplo, dar cinco pases sin que el equipo rival lo intercepte o sin que el objeto caiga.

CONTENIDOS

Pasar y recibir implementos de juego.
 Sistemas simples de juegos para atacar.
 Técnicas y tácticas de juego.

★★★
 ★★
 ★

	Descripción de la actividad	Descripción gráfica	Variaciones	
FASE DE INICIO FASE DE DESARROLLO FASE FINAL	Capacidad física abordada INICIO DE CLASES 7 minutos Control de Asistencia. Preparación de los estudiantes para la ejecución de las diversas actividades. Explicación del docente de los objetivos de la clase.			
	Materiales: - 8 conos. Entorno: Espacio delimitado por conos. Duración: 5 minutos.	Manteniendo el equilibrio con los ojos cerrados. Todos los estudiantes corren libremente por el espacio delimitado por 8 conos, sin tocarse. A la señal del docente deben detenerse, cerrar los ojos y levantar la pierna derecha, manteniendo el equilibrio en un pie durante 10 segundos.		- Levantar pierna izquierda. - Levantar ambos brazos.
	Materiales: - 8 conos. Entorno: Espacio delimitado por conos. Duración: 10 minutos.	Caminando sin tocar al compañero. Todos los estudiantes de pie distribuidos dentro de un espacio delimitado por 8 conos. A la señal del docente, empieza a caminar sin tocarse el uno con el otro.		- Trotar. - Correr.
	Materiales: - 1 aro por pareja. Entorno: Espacio libre. Duración: 5 minutos.	Sacando del aro al compañero. Los estudiantes de pie, distribuidos en parejas; cada pareja con un aro. Deben tomarse desde los hombros con ambas manos intentan sacar del aro a su compañero sin soltarlo. Quien saque a su compañero del aro tiene un punto.		- Tomarse sólo con una mano. - En tríos.
	Materiales: - 1 balón por cada 5 estudiantes. - 8 conos. Entorno: Espacio delimitado por los 8 conos. Duración: 10 minutos.	Pasando el implemento y saltando al detenerme. Los estudiantes distribuidos libremente en el espacio delimitado por 8 conos. A la señal del docente deben correr pasándose el balón en diferentes direcciones y a cualquier compañero. Ante una señal de detención del docente, todos los estudiantes deben saltar 10 veces en su mismo puesto y retomar la actividad anterior.		- Saltar en un pie. - Sentarse y levantarse en el lugar.
Materiales: -1 bastón por estudiante. Entorno: Espacio libre. Duración: 5 minutos.	Colocando el bastón en la planta de los pies. Los estudiantes ubicados libremente en el espacio, sentados en el suelo con las piernas juntas y extendidas, deben tratar de colocar el bastón en la planta de los pies sin flexionar las rodillas; mantener la posición durante 30 segundos.		- Sin bastón. - Realizarlo en posición 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 del estudiante en su jornada.			

Componentes de la Educación Física abordados:



Observaciones del profesor:
