

# Ficha de clase subsector Educación Física Bloque de 90 minutos

## FICHA N° 2 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	<b>Capacidad física abordada</b> <b>INICIO DE CLASES</b> 10 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> 10 minutos.	<b>Formando figuras en equilibrio.</b>  Los estudiantes ubicados en parejas libremente en el entorno. Un integrante de la pareja es un muñeco de trapo y el otro el moldeador. El moldeador debe ir formando diferentes posiciones de equilibrio con su muñeco de trapo: en un pie, posición de paloma, con los brazos separados. A la señal del docente cambian de roles.		- Cada estudiante forma su propia figura. - Con los ojos cerrados.
	<b>Materiales:</b> - 10 aros por cada 6 estudiantes. - 8 conos.  <b>Entorno:</b> Espacio delimitado por conos.  <b>Duración:</b> 10 minutos.	<b>Recorriendo el circuito de aros.</b>  Los estudiantes ubicados en el espacio delimitado por los 8 conos, forman hileras de 6 integrantes; frente a estas hileras se ubican aros en diferentes posiciones: en curva, con poca separación, con mucha separación, zigzag. Los estudiantes deben ir pasando estos aros corriendo, de manera continua.		- Desplazarse saltando con un pie. - Desplazarse marcha atrás.
FASE DE DESARROLLO	<b>Materiales:</b> No requiere.  <b>Entorno:</b> Espacio libre.  <b>Duración:</b> 10 minutos.	<b>Intentando mover al compañero.</b>  Los estudiantes ubicados libremente en parejas, uno debe colocarse en cuatro apoyos en posición decúbito abdominal; el compañero debe tratar de moverlo. Al moverlo, se hace cambio de rol.		- Ubicarse en posición fetal. - De pie.
	<b>Materiales:</b> - 8 conos. - 1 balón por cada 5 estudiantes.  <b>Entorno:</b> Espacio delimitado por conos.  <b>Duración:</b> 15 minutos.	<b>Pintando con el balón.</b>  Los estudiantes se ubican en el espacio delimitado por los 8 conos. El docente reparte los balones dentro del grupo. Los estudiantes con balón deben ir tocando a los estudiantes que no tienen balón. Aquellos que son pintados, se cambian al rol de pilladores.		- Aumentar la cantidad de balones. - Dividir al curso en grupos.
	<b>Materiales:</b> - 8 conos. - 1 balón por cada 5 estudiantes. - 1 línea.  <b>Entorno:</b> Espacio libre.  <b>Duración:</b> 15 minutos.	<b>Pasando el balón y llegando a la línea.</b>  Los estudiantes se distribuyen en el espacio delimitado por los 8 conos; en un extremo se ubica una línea. El docente reparte los balones entre los estudiantes. A la señal del docente, deben pasar el balón a un compañero quien, a su vez, debe llegar con el balón a la línea y entregarlo a otro compañero.		- Grupos reducidos. - Agregar balones.
FASE FINAL	<b>Materiales:</b> No requiere.  <b>Entorno:</b> Espacio libre.  <b>Duración:</b> 5 minutos.	<b>Sentados alcanzando la punta de pies.</b>  Los estudiantes ubicados libremente en el espacio, sentados en el suelo con las piernas juntas y extendidas, llevan sus manos hacia la punta de los pies manteniendo esa posición durante 30 segundos. Alternan trabajo y descanso.		- Con extremidades separadas. - De pie.
	<b>FINALIZACION DE LA CLASE</b> 10 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:

