

# Ficha de clase subsector Educación Física | Bloque de 45 minutos

## FICHA N° 3 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

Sistemas simples de juegos para atacar.  
Pasar y recibir implementos de juego.  
Roles del juego.

★★★  
★★  
★

	Descripción de la actividad	Descripción gráfica	Variaciones	
<b>FASE DE INICIO</b>       <b>FASE DE DESARROLLO</b>       <b>FASE FINAL</b>	<b>Capacidad física abordada</b>  <b>INICIO DE CLASES</b> 7 minutos  <b>Control de Asistencia. Preparación de los estudiantes para la ejecución de las diversas actividades. Explicación del docente de los objetivos de la clase.</b>			
	<b>Materiales:</b> No requiere.  <b>Entorno:</b> Espacio libre.  <b>Duración:</b> 5 minutos.	<b>Trotando e imitando la estatua.</b>  Todos los estudiantes trotan en parejas libremente por el entorno. A la señal del docente, un integrante de la pareja adopte una posición inmóvil en uno o dos apoyos; el compañero debe adoptar su misma posición imitándolo. La posición debe mantenerse durante 10 segundos. En la siguiente detención, cambian de roles.		- En tríos.  - Desplazarse corriendo.
	<b>Materiales:</b> No requiere.  <b>Entorno:</b> Espacio libre.  <b>Duración:</b> 10 minutos.	<b>Pisando la sombra del compañero.</b>  Los estudiantes dispersos libremente en el entorno, intentan pisar la sombra del compañero que se proyecta en el piso y evitan que pisen su propia sombra. Cada pisada es un punto, deben ir contando sus puntos anotados.		- Unos pillan sombras y los otros arrancan.  - Si no se proyecta sombra, colgar una cuerda de la cintura.
	<b>Materiales:</b> - 1 pelota pequeña por pareja.  <b>Entorno:</b> Espacio libre.  <b>Duración:</b> 5 minutos.	<b>Lanzando el balón en cuatro apoyos.</b>  Todos los estudiantes deben ubicarse en parejas libremente en el entorno en posición decúbito abdominal con apoyo de manos y pies. Cada pareja con una pelota pequeña, la que deben lanzar, sin modificar sus apoyos.		- En tríos.  - Una pelota por estudiante.
	<b>Materiales:</b> - 1 balón por pareja.  <b>Entorno:</b> Espacio libre.  <b>Duración:</b> 10 minutos.	<b>Pasando al compañero boteando un balón.</b>  Todos los estudiantes distribuidos en parejas en el entorno; cada pareja con un balón; sus integrantes ubicados frente a frente a una distancia de 10 metros. El estudiante que tiene el balón debe intentar pasar a su compañero boteando el balón. El estudiante que no tiene balón debe intentar tocar el balón con la mano. Si lo logra, cambian de roles. Si no lo logra, el docente señala el cambio de roles.		- Intencionar el bote con la mano menos hábil.  - Tocar el balón con la mano menos hábil.
	<b>Materiales:</b> - 1 bastón por estudiante.  <b>Entorno:</b> Espacio libre.  <b>Duración:</b> 5 minutos.	<b>En parejas estirando el cuerpo desde los hombros.</b>  En parejas, ubicados frente a frente con las piernas separadas y extendidas, se toman de los hombros de su compañero con los brazos extendidos, realizando una flexión de tronco frontal simulando una casa. Deben mantener la posición durante 10 segundos, reiterando la tarea.		- Mantener por 12 segundos.  - En tríos.
<b>FINALIZACION DE LA CLASE</b> 3 minutos  <b>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.</b>				

Componentes de la Educación Física abordados:



Observaciones del profesor:

---



---



---



---