

Ficha de clase subsector Educación Física Bloque de 90 minutos

FICHA N° 4 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	
FASE DE INICIO	Capacidad física abordada	INICIO DE CLASES 10 minutos			
		Materiales: No requiere. Entorno: Espacio libre. Duración: 10 minutos.	Creando una estatua en equilibrio. Los estudiantes trotan libremente en parejas. A la señal del docente deben quedar inmóviles en un solo apoyo, manteniendo la posición durante 30 segundos. Luego vuelven a trotar a la espera de una nueva señal.		- Con los ojos cerrados. - En parejas.
		Materiales: - 8 conos. Entorno: Espacio delimitado por conos. Duración: 10 minutos.	Tocando la mayor cantidad de compañeros. Los estudiantes ubicados en el espacio delimitado por los 8 conos, son divididos en dos grupos. En cada uno de estos grupos, a la señal del docente deben tocar con la mano la mayor cantidad de estudiantes. Gana quien logre tocar al mayor número de estudiantes.		- Desplazarse saltando con un pie. - Dar la mayor cantidad de abrazos.
		Materiales: - 8 conos. Entorno: Espacio libre. Duración: 10 minutos.	Sacando a un compañero de la hilera. Los estudiantes ubicados en el espacio en hileras de a 6 tomados de la cintura. El último de la hilera no se une a ésta, e intenta sacar a un compañero de la hilera tomándolo desde la cintura. Cada vez que lo consiga el estudiante desprendido se forma detrás del que lo arrancó, y así continúan hasta que sean mayoría.		- Realizarlo sentados. - Sacar de la hilera tomándolo de la mano.
FASE DE DESARROLLO		Materiales: - 8 conos. - 1 balón por cada 5 estudiantes. Entorno: Espacio delimitado por conos. Duración: 15 minutos.	Pintando con el balón. Los estudiantes se ubican en el espacio delimitado por los 8 conos. El docente distribuye libremente los balones dentro del grupo. A la señal del docente, los estudiantes intentan pintar con el balón a otro compañero. El que tiene balón puede pintar y el que no tiene balón debe arrancar. Al finalizar la actividad se contabiliza quién logró pintar más y a quién lo pintaron menos.		- Aumentar la cantidad de balones. - En parejas.
	5 minutos		Pausa: hidratación y descanso.		
FASE FINAL		Materiales: - 8 conos. - 1 balón y 1 aro por cada 5 estudiantes. Entorno: Espacio libre. Duración: 15 minutos.	Pasando el balón y lanzando al aro sin que lo intercepten. Los estudiantes ubicados en el espacio delimitado por los 8 conos, en grupos de 5. En un extremo se ubican 4 estudiantes con un balón y en el otro extremo 1 jugador con un aro en el suelo ubicado detrás de su espalda. Los 4 estudiantes deben avanzar dándose pases para poder anotar en el aro. El jugador en el otro extremo debe interceptar el balón en el aire. Si lo esquivan deben dejarlo en el aro otorgándose un punto. Cambian roles cada 3 minutos.		- 2 defensores. - Más defensores que atacantes.
		Materiales: No requiere. Entorno: Espacio libre. Duración: 5 minutos.	Estirando el brazo tomando la muñeca. Los estudiantes se distribuyen en el espacio de forma individual, de pie con las piernas separadas el ancho de los hombros. A la señal del docente levantan su brazo derecho llevándolo por sobre su cabeza y con la mano izquierda toman la muñeca de la mano derecha y traccionan hacia el lado izquierdo manteniendo por 10 segundos. Luego cambian de brazo.		- Mantener 15 segundos. - Cruzar el brazo por el frente.
FINALIZACION DE LA CLASE 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:

