

FICHA N° 1
PRIMERO BASICO

OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA10)

Practicar juegos o actividades motrices para aprender a trabajar en equipo, asumiendo diferentes roles (respetar al otro, recoger los materiales solicitados o liderar si se le asigna ese rol).

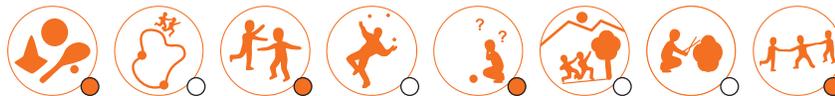
CONTENIDOS

Participación activa.
Posibilidades de movimiento.
Reglas de juego.

★★★
★★
★

		Descripción de la actividad	Descripción gráfica	Variaciones
FASE DE INICIO	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: No requiere. Entorno: Espacio libre. Duración: 5 minutos.	Salvándose en un pie. En parejas o tríos, tomados desde los hombros. A la señal del docente, los estudiantes deben mantener el equilibrio en el pie derecho, sin desplazarse. Cada 30 segundos, se cambia el pie de apoyo.	 - Aumentar el número de integrantes. - Desplazarse en un pie sin soltar al compañero.
FASE DE DESARROLLO		Materiales: - 4 conos. - 1radio. - 1 Cd con diversos ritmos musicales. Entorno: Espacio libre. Duración: 10 minutos.	Trote musical. En un espacio delimitado por cuatro conos, el docente invita a los estudiantes a trotar con diferentes intensidades al ritmo de la música. El docente selecciona la música adecuada para tener diferentes intensidades de trote y pausas activas.	 El trote puede ser: - Hacia adelante. - Hacia atrás. - Con desplazamiento lateral.
		Materiales: - 4 conos por grupo. Entorno: Espacio libre. Duración: 5 minutos.	Desplazándose por entre los conos. Distribuidos en grupos de 3 estudiantes dispuestos en hileras. Se colocan 4 conos en zigzag frente a cada hilera. A la orden del docente, el primer estudiante de cada hilera se desplaza hacia adelante pasando los conos en zigzag apoyando sus manos y puntas de pies en el suelo. Una vez terminado el recorrido se devuelven corriendo hacia su hilera, iniciando el recorrido el otro compañero.	 - Desplazarse con dos apoyos. - Desplazarse en un pie.
		Materiales: - 1 balón por grupo. Entorno: Espacio libre. Duración: 10 minutos.	Lanzando el balón y nombrando un compañero. Distribuidos en grupos de 6 estudiantes, los cuales se organizan en un círculo dejando un integrante al centro con un balón en la mano. A la señal del docente, el estudiante que está en el centro lanza el balón hacia arriba, señalando el nombre de uno de los integrantes del grupo y toma la posición de éste; el estudiante que es nombrado corre a recibir el balón evitando que éste caiga al suelo.	 - De rodillas en el círculo. - Sentados en el círculo.
FASE FINAL		Materiales: No requiere. Entorno: Espacio libre. Duración: 5 minutos.	Sentados tocando la punta de los pies. Todos los estudiantes sentados con las piernas juntas y extendidas. Con sus manos intentan tocar la punta de los pies, manteniendo por 10 segundos.	 - Mantener por 12 segundos. - Con las extremidades inferiores separadas tocar ambas puntas de pies.
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 de los estudiantes en su jornada.		

Componentes de la Educación Física abordados:



Observaciones del profesor:
