

FICHA N° 15
TERCERO BASICO

OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA3)

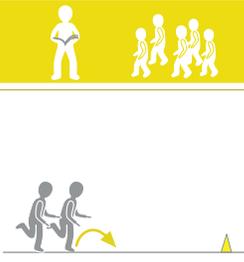
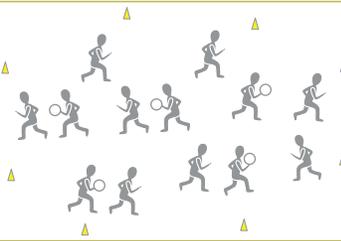
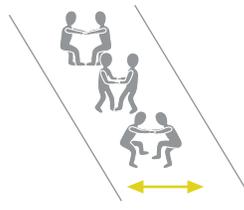
Practicar juegos pre-deportivos con reglas y espacios adaptados, aplicando los principios generales de juego, como avanzar y retroceder en bloque, recuperar el balón, acompañar la jugada y la visión periférica.

CONTENIDOS

Respeto por las normas y reglamentos del juego. ★★★

Conocimiento y aplicación de normas y reglas del juego. ★★

Interés por juegos motrices y la competición. ★

	Descripción de la actividad	Descripción gráfica	Variaciones
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.	
FASE DE INICIO	Materiales: No requiere.	En parejas desplazándose en un pie por la línea. Los estudiantes ubicados en parejas, uno de tras del otro, sobre una línea. El que va atrás, se toma un tobillo con una mano y con la otra toma el tobillo del compañero de adelante. Deben saltar en un pie desplazándose por la línea sin perder el equilibrio; luego cambian los roles.	 - Tomados de la mano saltando en un pie de ida y vuelta. - En tríos.
	Entorno: Espacio libre.		
FASE DE DESARROLLO	Materiales: - 8 conos. - 1 balón por cada 5 estudiantes.	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 el 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.
	Entorno: Espacio libre.		
FASE DE DESARROLLO	Materiales: No requiere.	Dando vuelta al compañero. Los estudiantes ubicados en parejas; uno de ellos en posición acostado decúbito dorsal. El compañero debe darlo vuelta tomándolo desde el tronco. Luego cambian de roles.	 - Uno sentado y el otro de pie trata de levantarlo tomándolo de las manos. - Tomados de ambas manos sentarse y pararse.
	Entorno: Espacio libre.		
FASE DE DESARROLLO	Materiales: No requiere.	Traccionando al compañero hasta la línea. Distribuidos en parejas, frente a frente en posición de pie, tomados de las manos entre dos líneas separadas a uno 3 metros. A la señal del docente, deben traccionar intentando que el compañero traspase la línea. Cada vez que el compañero traspase la línea es un punto; cada 1 minuto se cambian parejas. Al finalizar se totalizan los puntos de cada estudiante.	 - Con una cuerda. - Aumentar la distancia de separación de las líneas.
	Entorno: Multicancha.		
FASE FINAL	Materiales: No requiere.	Estirando cuádriceps sentados. Los estudiantes sentados individualmente en el espacio libre, adoptan la posición valla, una pierna extendida y la otra flexionada llevando el talón al glúteo. Inclinando el tronco hacia atrás, apoyan los codos en el piso. Mantienen la posición por 15 segundos y cambian de pierna.	 - Mantener 30 segundos. - Con las dos piernas.
	Entorno: Espacio libre.		
Duración: 5 minutos.			

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:
