



SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA



Jose A. Cotán Cid



TIEMPO	ACTIVIDADES	GRÁFICOS	
	BLOQUE: CONOCIMIENTO Y DESARROLLO CORPORAL UNIDAD DIDÁCTICA: HABILIDADES BÁSICAS <u>DESPLAZAMIENTOS</u> SESIÓN: 5/6	MATERIAL: pelotas, aros. ORG. ALUMNOS: CICLO: 1º CURSO: 1º	OBJETIVOS: Utilizar formas de desplazamiento con objetos. Utilizar formas de desplazamientos en diversas situaciones lúdicas. TEC. ENSE.: Asignación de tareas y descubrimiento guiado.
5'	EXPLICACIÓN DE LA SESIÓN		
10'	ANIMACIÓN 1.-"EL PAÍS DE LAS RECTAS Y EL PAÍS DE LAS CURVAS": Se divide el terreno de juego en tres. Los alumnos se mueven libremente dentro de estas tres partes. Cuando se encuentren en la región del "País de las curvas" realizarán desplazamientos curvilíneos. En la región marcada como: "País de las rectas" se efectuarán desplazamientos en línea recta y en el "País de los puntos" los jugadores irán saltando con los pies juntos. Se puede hacer también "El país de los rápidos y el país de los lentos". Otros tipos de desplazamientos: a pie cojo, de rodillas...	1.	
35'	PARTE PRINCIPAL: 1.- Galopar lateralmente. 2.- Correr de cuclillas. 3.- Reptar con los pies y las manos. 4.- Sentados en el suelo, arrastrarse. 5.- Desplazarse en cuadrupedia. 6.- Por parejas, hacer carreras de relevos aguantando una pelota entre los dos con los brazos, con las barrigas,, con las frentes, hombros, culos, etc. 7.-"LA CABRA": Varios equipos. El primero de cada columna sale en cuadrupedia y empuja la pelota con la cabeza, da la vuelta por detrás del aro y da la pelota al siguiente tocándola siempre con la cabeza. El siguiente sale y hace lo mismo. Gana el equipo que antes hace el recorrido. 8.-"EL PERRO ASUSTADO": En un círculo se colocan media clase con las piernas abiertas, la otra mitad (perros) se sientan delante de cada uno de ellos, a la señal los perros se asustan y pasan por debajo de las piernas de su compañero, dan una vuelta al círculo y se vuelven a colocar entre las piernas, sentados en su lugar original a la vez que dan una palmada. Cambio de rol. 9.-"LA PESCA DE LAS TORTUGAS": El pescador intenta coger las tortugas tocándolas con las manos. Estas se tienen que escapar a cuatro patas y se defienden colocándose boca a arriba sobre la espalda. De todas formas, cuando se va el peligro tienen que continuar escapándose. Las tortugas atrapadas quedan eliminadas.	1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9.	
10'	VUELTA A LA CALMA: 1.-"EL GATO Y EL PERRO": Sentados en círculos. En el centro dos niños con los ojos tapados, son el gato y el perro. El perro ladra y el gato maúlla. Guiándose por el sonido el perro tiene que atrapar al gato, y éste lo intenta esquivar. No pueden salir del círculo. Los compañeros los paran con las manos si se van a salir.	1.	
	ASEO		

Realizada por: JOSE A. COTAN CID