

## ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA E. PRIMARIA

### **BLOQUE: IMAXE E PERCEPCIÓN CORPORAL**

UNIDADE: **Axilidade.**

TEMPORALIZACIÓN: **2-2 semana novembro**

MATERIAL E INSTALACIÓNS: Pelotas, Pista polideportiva.

ORGANIZACIÓN ALUMNOS: Individual, grupos, grupo clase.

CICLO: **Segundo**

NIVEL: 3º - 4º

OBXECTIVOS:

1. Ser capaz de resolver problemas motores de axilidade.
2. Experimentar situacións de axilidade.
3. Fomentar hábitos de cooperación e de orde.

TÉCNICAS ENSINO: Semidefinidas: Busca..

### **ANIMACIÓN:**

- “ **DAO ENGURRAO** “: Tres alumnos quedan levando un pano na man e tratan de darlles ós demais que foxen pola pista. Ó que lle dan queda e o que deu, engurrase ( de xeonllos coas mans no chan e a cabeza gacha ) esperando que outro o salte e o deixe libre para voltar a correr. **VARIANTE:** En lugar de engurrarse, face-la ponte e libéranos pasándolles por debaixo.

### **PARTE PRINCIPAL:**

1. XOGO de "CARA ou CRUZ".
2. Por parellas, un deles tendido boca abaixo, o outro en fronte lanza o balón ó aire. O que está deitado levántase rápido para colle-lo balón despois do primeiro bote. **VARIANTES:**
  - Ídem lanzando o balón contra o chan e atrapándoo despois do primeiro bote.
  - Ídem lanzando o balón ó aire e atrapándoo antes de botar.
  - Ídem tendido boca arriba ( supino ). Cambio de rol.
3. “ **O CAN ASUSTADO** “: En círculoponse a metade da clase coas pernas abertas, a outra metade ( cans ) séntase diante de cada un deles. Ó soa-lo pitido, os cans asústanse e pasan por debaixo das pernas do compañeiro, dan unha volta ó redor do círculo e vóltanse a meter entre as pernas, sentándose no seu sitio orixinal á vez que dan unha palmada. Cambio de rol.
4. Desprazar O **VERME**: En dous grupos, facer unha fila sentados o máis xuntos posible no chan e agarrando os nocellos do neno que temos detrás. ¿Qué verme se despraza máis rápido?

### **VOLTA Á CALMA:**

- XOGO do **PANO**.