

## ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA E. PRIMARIA

BLOQUE: ESQUEMA, IMAXE E PERCEPCIÓN CORPORAL

UNIDADE: **Coordinación viso-motriz**

TEMPORALIZACIÓN: **1-5º semana novembro**

MATERIAL E INSTALACIÓNS: Pelotas, aros, ximnasio, patio de recreo.

ORGANIZACIÓN ALUMNOS: Individual, parellas, equipos.

CICLO: **Segundo**

NIVEL: 3º-4º

OBXECTIVOS:

1. Controlar obxectos con precisión en situacións dinámicas e estáticas.
2. Controlar e axusta-la respiración en situacións que impliquen movemento.
3. Actitude de respecto e colaboración cara o traballo dos demais.

TÉCNICAS ENSINO: Descubrimento guiado.

Busca. Reproducción de modelos.

### ANIMACIÓN:

- Quecemento xeral motivador: andar de diversas maneiras; ¿quen toca antes ...?
- **2x3**: Correr dúas veces tres minutos con pausas de 1 minuto. Córrese arredor do pabillón.

### PARTE PRINCIPAL:

- “ **SALTA-LOS VERMES** “: A clase dividida en dous grupos. Todos en tendido prono, cun metro de separación en dúas ringleiras. Ó sinal o último de cada ringleira salta tódolos demais e volve o seu sitio, así ata que pasan todos.
- “ **IMITA-LA NAI CON BALÓN** ”: Desprazándose libremente, a “ nai “ pode botar, rodar, lanzar ó aire, sentarse, tombarse sobre... Os demais imitan.
- Por parellas cunha pelota, hai que desprazarse polo campo con ela pegada a barriga, fronte, ombro ... Se cae hai que quedar quietos no sitio.
- Por parellas, un leva un aro e o outro trata de encestar no aro. Cambio de rol.
- **CONTROL REMOTO**: Por parellas, un en cada extremo do campo. Un membro da parella cos ollos tapados ten que chegar ata o seu compañeiro, que está no outro extremo dentro dun aro, escoitando a súa chamada. Todos chaman o mesmo tempo. **(Ou a carreira dos seis días).**

### “ VOLTA Á CALMA “:

- **BOMBA.**

OBSERVACIÓNS: