

## ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA E. PRIMARIA

### **BLOQUE: AVALIACIÓN**

UNIDADE: Test de Aptitude Física

SESIÓN: **2 - 2ª semana de outubro**

MATERIAL E INSTALACIÓNS: Regla, Cronómetro, Pista, Ximnasio.

ORGANIZACIÓN ALUMNOS: Actividades individuais

CICLO: Terceiro

NIVEL: 5º - 6º

OBXECTIVOS:

1. Completar as probas de avaliación incompletas.

TÉCNICAS ENSINO: Instrucións directas.

### **ANIMACIÓN:**

1. Explicación ós alumnos do xeito en que se realizarán as probas físicas que marca a sesión.
2. Sobre o espazo no que se realizarán as probas, resolve-las posibles dúbidas dos alumnos.
3. Quentamento e posta a punto para as probas.
4. Prácticas individuais das probas.

### **PARTE PRINCIPAL:**

- Realizar as probas que faltan.
- Ó finalizar pódese facer deporte libre ou realizar os xogos das sesións anteriores que máis lles gustaran.

### **VOLTA Á CALMA**

- Estirar colgados das espaldeiras.
- KAO
- A CADENA

### **OBSERVACIÓNS**