

ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA E. PRIMARIA

BLOQUE: HABILIDADES BÁSICAS

UNIDADE: Velocidade de reacción

TEMPORALIZACIÓN: **1 - 3ª semana outubro**

MATERIAL E INSTALACIÓNS: pelota, ximnasio, pista polideportiva.

ORGANIZACIÓN ALUMNOS: Individual, parellas, grupo clase.

CICLO: TERCEIRO

NIVEL: 5-6

OBXECTIVOS:

1. Favorecer a velocidade de reacción.
2. Practicar distintos tipos de saídas.

TÉCNICAS ENSINO: Descubrimiento guiado.

ANIMACIÓN:

1. Quecemento estático de tódalas articulacións das extremidades.
2. **A cadea** por parellas.

PARTE PRINCIPAL:

VELOCIDADE DE REACCIÓN:

1. **CARA ou CRUZ:** A clase dividida en dous grupos separados pola liña central. A sinal de cara ou cruz os nomeados perseguen ós outros e teñen que collelos dentro do campo de volei. Os collidos son eliminados.
2. Coa mesma distribución un neno de un grupo toca a man de outro calquera do outro grupo e este ten que tratar de collelo antes de unha liña fixada a 15 m.
3. **Saídas** en distintas posicións: tombados, crequenás, de costas ...
4. **CAZA DO TESOURO:** Por parellas, un diante de outro, e facendo un círculo cunha pelota no centro do círculo. O de adiante está coas pernas abertas e o de atrás a unha sinal sae correndo dando unha volta ó círculo e o chegar xunto o seu compañeiro métese por entre as pernas tratando de colle-la pelota (tesouro) antes que ninguén.

VOLTA Á CALMA:

Volei tenis.

OBSERVACIÓNS: