

ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA E. PRIMARIA

BLOQUE: IMAXE E PERCEPCIÓN CORPORAL

UNIDADE: Axilidade. Velocidade

TEMPORALIZACIÓN: **2-1 semana novembro**

MATERIAL E INSTALACIÓNS: Pelotas, Pista polideportiva.

ORGANIZACIÓN ALUMNOS: Individual, grupos, grupo clase.

CICLO: **Terceiro**

NIVEL: 5º - 6º

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:

Búsqueda..

ANIMACIÓN:

- “ DAO ARRUGAO “: Tres alumnos quedan levando un pano na man e tratan de darlles ós demais que fuxen pola pista. Ó que lle dan queda e o que deu, arrúgase (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 arrugarse, 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:
 - Idem lanzando o balón contra o chan e atrapándoo despois do primeiro bote.
 - Idem lanzando o balón ó aire e atrapándoo antes de botar.
 - Idem tendido boca arriba (supino). Cambio de rol.
3. “ O CAN ASUSTADO “: En círculo ponse a metade da clase coas pernas abertas, a outra metade (cans) séntase diante de cada un deles. Ó sona-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 GUSANO: En dous grupos, facer unha fila sentados o máis xuntos posible no chan e agarrando os nocelos do neno que temos detrás. ¿Qué gusano se despraza máis deprisa?

VOLTA Á CALMA:

- XOGO do PANO.