

## ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA E. PRIMARIA

BLOQUE: XOGOS

UNIDADE: Resistencia/fondo

TEMPORALIZACIÓN: **1-5ª semana de novembro**

MATERIAL E INSTALACIÓNS: Redes, pelotas de volei, pista polideportiva ,...

ORGANIZACIÓN ALUMNOS: Individual, parellas, equipos, grupo clase.

CICLO: **Terceiro**

NIVEL: 5º - 6º

OBXECTIVOS:

1. Tomar conciencia do xogo colectivo.
2. Desenvolver xogos predeportivos.
3. Iniciación ó volei.
4. Perfeccionar o ritmo de carreira.

TÉCNICAS DE ENSEÑANZA: Descubrimento guiado. Búsqueda.

### ANIMACIÓN:

1. Quecemento: extremidades superiores e dedos das mans sobretodo.
2. " **A CAZA DO RAPOSO** ", todos co pano colgado á cintura na parte posterior. Intentar captura-lo pano ( rabo do raposo ) dos demais. Pano collido cólgase na cintura e séguese o xogo.

### PARTE PRINCIPAL:

- **2x8:** Correr oito minutos duas veces cun descanso de 2 minutos. Toma de pulsacións e recuperacións.

### VOLTA Á CALMA:

- **Minuet/Kao**

### OBSERVACIÓNS: