

FICHA N° 10 CUARTO BÁSICO

OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA2)

Ejecutar juegos colectivos y crear estrategias con el apoyo del docente para resolver problemas en relación al tiempo, el espacio y el número de personas, por ejemplo, dar cinco pases sin que el equipo rival lo intercepte o sin que el objeto caiga.

CONTENIDOS

Roles en el juego deportivo.
Espacio, tiempo y roles durante el juego.
Técnicas y tácticas de juego.

★★★
★★
★

		Descripción de la actividad	Descripción gráfica	Variaciones	
FASE DE INICIO	Capacidad física abordada	INICIO DE CLASES 10 minutos			
		Materiales: - 1 cuerda por estudiante.	Manteniendo el equilibrio sobre la cuerda. Los estudiantes distribuidos libremente en el espacio, cada uno con una cuerda ubicada extendida en el piso. A la señal del docente, deben avanzar hacia el otro extremo de la cuerda pisando siempre sobre ella, sin caerse.		- Avanzar, punta de pie, de costado, hacia atrás. - Con los ojos cerrados.
		Entorno: Espacio libre.			
		Duración: 10 minutos.			
FASE DE DESARROLLO		Materiales: - 8 conos. - 6 balones.	Atrapando tocando con el balón. Los estudiantes formados en 2 grupos distribuidos en el espacio delimitado por 8 conos. Uno de los grupos es policías y los otros ladrones. El grupo de policías, identificados con petos, tiene un balón. Los ladrones, a quienes deben tocar teniendo el balón en las manos. Sólo se puede avanzar sin balón, por lo que deben dar pases. Quien es atrapado, queda en el lugar saltando en un pie. Cada 3 minutos cambian de roles.		- El atrapado queda saltando en dos pies. - Policías con 2 balones.
		Entorno: Espacio delimitado por conos.			
		Duración: 10 minutos.			
		Materiales: - 8 conos. - 1 balón para cada grupo.	Tocando con el balón al último de la hilera. El curso distribuido en grupos de 5 estudiantes, formados en hileras tomados firmemente de la cintura; ubicados en el espacio delimitado por los conos. En cada grupo, un estudiante con un balón se sale de la hilera. A la señal del docente debe intentar tocar al último de la hilera lanzándole el balón. Cuando el último de la hilera es tocado, el primero pasa a pintar con el balón, y quien pintaba se ubica al último.		- Grupos de a 6 estudiantes. - Quien pinta se debe desplazar en un pie.
	Materiales: - 8 conos. - 1 balón cada cancha.	Mini Rugby I. Los estudiantes se distribuyen en 4 equipos. El espacio se divide en 2 canchas, ubicándose 2 equipos en cada lado con un balón. Cada extremo de las canchas tiene una zona donde se marcan los puntos. El juego consiste en pasarse la pelota con las manos, pero el pase se realiza solamente hacia atrás o para el lado; el equipo que no tiene el balón puede interceptarlo sólo en el aire. Para anotar el punto deben dejar el balón en la zona marcada por los conos.		- Mínimo 5 pases antes de anotar. - No dar pase a quien lo entregó.	
5 minutos		Pausa: hidratación y descanso.			
FASE FINAL		Materiales: - 1 balón cada 12 estudiantes.	Pasando el balón de grupo a grupo. Los estudiantes se dividen en grupos de 12. Cada grupo se subdivide en 6 atacantes y 6 defensores; se ubican en una fila, uno al lado del otro. Los 6 defensas se colocan en el centro y en cada extremo de la fila se colocan 3 atacantes. Los atacantes deben pasar el balón hacia el otro extremo sin que los defensas lo intercepten. Sólo podrán tomarlo en el puencaire y no pueden moverse del lugar designado. A los 6 puntos hay cambio de rol.		- Aumentar los balones. - Pases solo a ras de piso.
		Entorno: Espacio libre.			
		Duración: 15 minutos.			
	Materiales: 1 bastón por estudiante.	Empujando el bastón con los pies. Los estudiantes ubicados libremente en el espacio, sentados en el suelo con las piernas flexionadas; cada uno con un bastón, deben ubicarlo en la planta de los pies. A la señal del docente, deben estirar las piernas lentamente hasta conseguir estirarlas completamente, manteniendo esa posición por 30 segundos. Luego sueltan suavemente y reiteran la acción.		- En parejas. - Sin bastón, tocando la punta de los pies con las manos.	
FINALIZACIÓN DE LA CLASE 10 minutos		Disposición del grupo para el término de las diversas actividades. Evaluación de la clase, higiene e hidratación para la continuación del estudiante en su jornada.			

Componentes de la Educación Física abordados:

