

FICHA N° 17 CUARTO BASICO

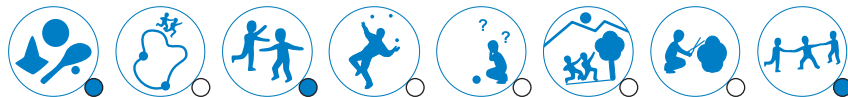
OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA10)
Practicar actividades físicas y/o juegos colectivos con responsabilidad y honestidad, cumpliendo las reglas y los roles asignados, respetando las decisiones de la autoridad y organizar equitativamente los equipos.

CONTENIDOS
Técnicas y tácticas de juego.
Pasar y recibir implementos de juego.
Roles del juego.

★★★
★★
★

	Descripción de la actividad	Descripción gráfica	Variaciones
Capacidad física abordada	INICIO DE CLASES 7 minutos		
FASE DE INICIO	<p>Materiales: - 1 pelota de tenis por estudiante.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 5 minutos.</p>	<p>Intercambiando pelotas de tenis en un pie.</p> <p>Los estudiantes ubicados libremente en el espacio, cada uno con una pelota de tenis. A la señal del docente, deben desplazarse en un pie intercambiando la pelota la mayor cantidad de veces con los compañeros sin perder el equilibrio.</p>	<p>- En parejas tomados de la mano.</p> <p>- Dejar la pelota en el piso y bajar a recogerla al intercambiarla.</p>
	<p>Materiales: - 1 pelota de tenis por estudiante. - Cronómetro. - 2 cestas.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 10 minutos.</p>	<p>Atrapando pelotas y dejándolas en la cesta.</p> <p>Los estudiantes distribuidos en 2 grupos, separados por una línea. En un extremo se ubica una cesta con pelotas de tenis y en el otro extremo una cesta vacía. A la señal del docente, el grupo ubicado en la zona de la cesta con pelotas, debe sacarlas y lanzarlas al otro lado; el otro grupo debe recoger las pelotas de tenis y dejarlas en su cesta. Cuando se complete el traslado de pelotas se detiene el tiempo, intentando que cada vez los grupos lo realicen en menor tiempo.</p>	<p>- Todos los jugadores en cucullas.</p> <p>- Todos los jugadores saltan en una pierna.</p>
FASE DE DESARROLLO	<p>Materiales: - 1 pelota de tenis por trío.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 5 minutos.</p>	<p>Sentados pasando la pelota de tenis al compañero.</p> <p>Los estudiantes ubicados en tríos, en posición sentados apoyando ambas manos en el piso y las piernas levantadas. Uno de los compañeros tiene una pelota de tenis entre los pies, la que debe ir pasando a los otros compañeros sin apoyar los pies en el piso.</p>	<p>- Levantar piernas sólo al recibir y entregar la pelota..</p> <p>- Apoyar sólo una mano.</p>
	<p>Materiales: - 12 conos. - 2 balones. - 4 arcos.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 10 minutos.</p>	<p>Balón mano con pases sin bote.</p> <p>Los estudiantes se dividen en equipos de a 5. Se enfrentan de a 2 equipos en 2 canchas delimitadas por conos, agregando un arco en cada extremo. Todos los jugadores se desplazan libremente; con un balón que sólo puede ser jugado con las manos, cada equipo intenta hacer la mayor cantidad de goles en el arco contrario. Sólo se puede avanzar dando pases y para quitar el balón se debe interceptar en el aire. Cada 2 minutos hay cambio de equipos.</p>	<p>- Jugar con 4 balones en cada cancha.</p> <p>- Jugar con 2 arqueros en cada equipo.</p>
FASE FINAL	<p>Materiales: No requiere.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 5 minutos.</p>	<p>Estirando del codo.</p> <p>Los estudiantes se disponen libremente en el espacio en posición de pie. Llevan su mano derecha por detrás de la cabeza hasta tocar la zona dorsal; luego, con la mano izquierda, se toman el codo derecho y tiran hacia su izquierda manteniendo por 10 segundos. Luego realizan la acción con el otro brazo.</p>	<p>- Mantener por 15 segundos.</p> <p>- Realizarlo sentados.</p>
	<p>FINALIZACION DE LA CLASE 3 minutos</p>	<p>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.</p>	

Componentes de la Educación Física abordados:



Observaciones del profesor:
