

Actividades sugeridas por el programa

Juegos predeportivos y deportes

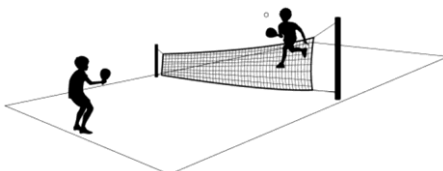
1. Forman dos grupos que se distribuyen en un lugar delimitado. Un equipo tiene pelotas blandas y las lanzan a los del otro grupo, intentando alcanzarlos. Cuando consiguen alcanzar a la gran mayoría del grupo, cambian de rol. Variantes: lo mismo, pero mediante conducciones con el pie.
2. Se distribuyen libremente por un espacio asignado. Tres alumnos, cada uno con un balón, deben tratar de pillar a un compañero mientras da botes. El pillado toma el balón y sigue el juego.



3. Se agrupan en cuatro equipos de igual cantidad de jugadores. Compiten entre dos equipos. El juego consiste en dar diez pases sin que la pelota toque el suelo y evitando que el equipo rival la interceptado. Al completar los pases, el equipo gana un punto. Luego cambian de rivales.



4. Forman grupos de seis integrantes. Se ubican en círculo y se hacen pases con la pelota en un mismo sentido, sin que se les caiga el balón. Luego agregan otra pelota y aumentan la velocidad.
5. Se agrupan en equipos de tres integrantes. Cada grupo compite con otro en canchas pequeñas (un cuadrado de 5 metros); juegan un partido de fútbol, utilizando como arco dos conos separados a una distancia de un metro. No hay arquero y solo pueden usar los pies. Luego de cuatro minutos, se cambian los equipos.
6. Se forman en tres hileras. A la señal, los de una hilera ejecutan pases entre ellos, desplazándose frontalmente hasta llegar a lanzar al arco, situado a treinta metros de distancia. Luego regresan al trote por los costados para no interrumpir la ejecución del siguiente grupo. La actividad se realiza en forma continua.
7. El docente marca tres canchas, divididas por un elástico o cuerda a una altura mínima de dos metros. Los estudiantes conforman seis equipos (dos en cada cancha) y compiten lanzando una pelota sobre el elástico. Consiguen un balón cuando el equipo contrario no recibe el balón, que toca el suelo. Se puede usar dos balones por cancha.
8. Los estudiantes llevan paletas y pelotas de tenis o similares a la clase de Educación Física y Salud y juegan uno contra uno en minicanchas de tres metros por dos divididas por la mitad por una red o línea trazada en el piso. Se juega con un bote por cada lado.



9. Se enfrentan dos equipos de seis integrantes. Cada equipo tiene un aro colocado en el piso en su territorio, al que intentarán llegar al del equipo contrario con un balón dándose pases. Si un alumno es tocado por el contrincante debe entregar el balón al equipo contrario. Si logran colocar el balón dentro del aro, se suman un punto. Gana aquel que obtenga la mayor cantidad de puntos.
10. El profesor explica qué son los principios generales de juego y reflexiona junto a sus alumnos en qué situaciones de los juegos realizados en clase estuvieron presentes; por ejemplo: acompañar la jugada y jugar utilizando todo el espacio a lo largo y ancho.

Observaciones al docente

En <http://juegospredeportivos.blogspot.com/> hay juegos predeportivos para aplicar en la clase.