

FICHA N° 17
PRIMERO BASICO

OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA10)

Practicar juegos o actividades motrices para aprender a trabajar en equipo, asumiendo diferentes roles (respetar al otro, recoger los materiales solicitados o liderar si se le asigna ese rol).

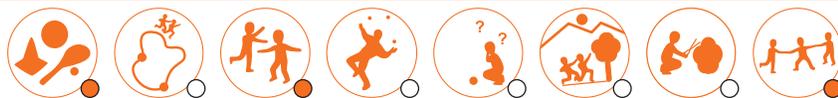
CONTENIDOS

Participación activa.
Posibilidades de movimiento.
Reglas de juego.

★★★
★★
★

		Descripción de la actividad	Descripción gráfica	Variaciones
<p>FASE DE INICIO</p> <p>FASE DE DESARROLLO</p> <p>FASE FINAL</p>	<p>Capacidad física abordada</p>	<p>INICIO DE CLASES 7 minutos</p> <p>Control de Asistencia. Preparación de los estudiantes para la ejecución de las diversas actividades. Explicación del docente de los objetivos de la clase.</p>		
		<p>Materiales: No requiere.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 5 minutos.</p>	<p>El espejo manteniendo el equilibrio en un pie.</p> <p>Distribuidos en parejas, frente a frente, ambos estudiantes en un pie. Uno de ellos es quien se mira en el espejo y el compañero lo imita. Deben ir cambiando la posición, intentando no perder el equilibrio.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cambiar el pie de apoyo. - Grupos de 4 estudiantes.
		<p>Materiales: No requiere.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 10 minutos.</p>	<p>En parejas persiguiendo a los compañeros.</p> <p>Distribuidos en parejas, tomados de la mano. El docente elige a 1 pareja que es la encargada de pillar al resto. Cuando una pareja es atrapada, le corresponde pillar al resto. Las parejas no deben soltarse.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Se pilla de a 2 parejas. - Distribuidos en tríos.
		<p>Materiales: No requiere.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 5 minutos.</p>	<p>Dando vuelta al compañero.</p> <p>Distribuidos en parejas. Un integrante de la pareja se ubica decúbito abdominal en el suelo, oponiendo resistencia, mientras que el otro intenta darlo vuelta a posición decúbito dorsal. A la señal del docente, cambio de roles.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Dar 2 vueltas consecutivas a la pareja. - Iniciar en posición decúbito dorsal.
		<p>Materiales: - 1 balón por grupo.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 10 minutos.</p>	<p>Que no caiga el balón.</p> <p>Distribuidos en grupos de 4 estudiantes. Cada grupo con un balón. Tienen la misión de mantener el balón en movimiento, intentando que no caiga al suelo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Mantenerse en un pie. - Aumentar la distancia de los integrantes del grupo.
		<p>Materiales: No requiere.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 5 minutos.</p>	<p>Llevando las manos al frente.</p> <p>Distribuidos libremente por el espacio, sentados, con las extremidades inferiores extendidas y abiertas lo más posible, apoyando las manos en el piso. Cada 10 segundos deben avanzar las manos sin levantarlas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Mantener por 12 segundos. - Juntar ligeramente las extremidades inferiores.
	<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 de los estudiantes en su jornada.</p>		

Componentes de la Educación Física abordados:



Observaciones del profesor:
