

FICHA N° 19
TERCERO BASICO

OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA1)

Demostrar capacidad para ejecutar de forma combinada las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles, ejemplo, correr y lanzar un objeto con una mano, caminar sobre una línea y realizar un giro de 180° en un pie.

CONTENIDOS

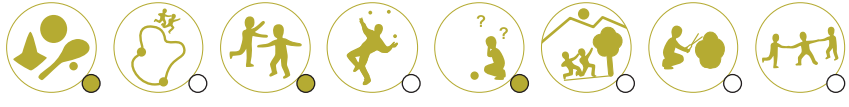
Posibilidades y recursos para generar movimiento. ★★★
Acciones de manos, brazos, pies y piernas. ★★
Reconocimiento de avances y sentimiento de satisfacción. ★

		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>Avanzando en punta y taco.</p> <p>Los estudiantes se ubican en forma individual detrás de la línea de fondo de cancha. A la señal del docente caminan en punta de pies hacia el otro extremo de la cancha y retornan caminando con los talones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Desplazarse hacia atrás. - Desplazarse lateralmente.
		<p>Materiales: No requiere.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 10 minutos.</p>	<p>Trote Nortino en hilera cambiando el guía.</p> <p>Distribuidos en hileras de 5, tomados de una mano. A la señal del docente, cada hilera debe desplazarse al ritmo del Trote Nortino libremente por el espacio, esquivando a las otras hileras. Cada 1 minuto, el estudiante que va liderando la hilera se ubica al final.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Tomados de los hombros. - Trote lateral.
		<p>Materiales: - 1 pañuelo por estudiante.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 5 minutos.</p>	<p>Moviendo el pañuelo desplazando al compañero.</p> <p>Distribuidos en parejas hombro con hombro, cada uno con un pañuelo, intentan desplazar al compañero empujándolo con el hombro mientras realizan movimiento con el pañuelo. Al minuto cambian de lado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - De espalda - En cuclillas.
		<p>Materiales: - 1 radio. - CD con música de Trote Nortino.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 10 minutos.</p>	<p>Achicando y agrandando el círculo con Trote Nortino.</p> <p>Distribuidos en círculos de 6, tomados de las manos permanecen en el lugar marcando el paso del Trote Nortino al ritmo de la música. A la señal del docente avanzan con el mismo paso hacia el centro y a la nueva señal del docente retroceden hasta formar el círculo inicial.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Con el paso de trote giran hacia la derecha e izquierda. - Tomados de los hombros.
	<p>Materiales: No requiere.</p> <p>Entorno: Espacio libre.</p> <p>Duración: 5 minutos.</p>	<p>Elongando con la ayuda del compañero.</p> <p>Distribuidos en parejas, uno de ellos sentado con piernas separadas sin flexionar las rodillas, otro detrás ayudando a elongar empujándolo desde la espalda. Mantienen durante 30 segundos para luego cambiar los roles.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Piernas juntas. - Posición valla. 	

FINALIZACION DE LA CLASE 3 minutos

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.

Componentes de la Educación Física abordados:



Observaciones del profesor:
