

FICHA N° 24 TERCERO BASICO

OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA2)

Ejecutar acciones motrices que presenten una solución a un problema, reconociendo diversos criterios (tiempo, espacio y números de personas), por ejemplo, juegos de uno contra uno, juegos en grupos reducidos y juegos con superioridad numérica.

CONTENIDOS

Habilidades y destrezas motrices.
Conductas motrices.
Interés por aprende.

★★★
★★
★

		Descripción de la actividad	Descripción gráfica	Variaciones	
FASE DE INICIO	Capacidad física abordada	INICIO DE CLASES 10 minutos	Control de Asistencia . Preparación de los estudiantes para la ejecución de las diversas actividades. Explicación del docente de los objetivos de la clase.		
		Materiales: No requiere. Entorno: Espacio libre. Duración: 10 minutos.	Zapateando en un pie y manteniendo el equilibrio. Distribuidos en el espacio, los estudiantes trotan libres. A la señal del docente deben realizar 2 saltos en un pie y 2 saltos con el otro, de manera de simular un zapateo quedando apoyados solo en el último pie utilizado. Mantienen el equilibrio por 10 segundos para luego repetir la acción.		- Acompañar los dos saltos con igual número de aplausos. - Mantener el equilibrio con los brazos pegados al cuerpo.
		Materiales: No requiere. Entorno: Espacio libre. Duración: 10 minutos.	Trotando libre y zapateando con la pareja. Distribuidos libres por el espacio en parejas. Se separan para desplazarse trotando individualmente; a la señal del docente ubican a su pareja situándose frente a frente y comienzan a realizar el paso de zapateo. A la nueva señal del docente se separan para trotar individualmente.		- Desplazándose con paso floreado. - Realizar toda la actividad en parejas.
		Materiales: - 1 aro por grupo. Entorno: Espacio libre. Duración: 10 minutos.	En círculo zapateando y traccionando a los compañeros. Distribuidos en círculos de 8 tomados de las muñecas. Una vez formado el círculo comienzan a realizar el paso de zapateo donde cada uno tracciona hacia el centro del círculo donde se ubica un aro. A su vez los estudiantes deben poner resistencia para no ser enviados al aro. El que es enviado dentro del aro vuelve a formar parte del círculo, pero ya no puede ser enviado nuevamente al aro, sino que sólo colabora para enviar a otros compañeros.		- Girando con paso escobillado. - Tomados de los hombros.
		Materiales: - 3 conos por hilera. - 1 radio. - 1 CD con música de cueca. Entorno: Espacio libre. Duración: 15 minutos.	Avanzando con paso floreado en zigzag. Distribuidos en hileras de 4 estudiantes ubicados detrás de una línea; delante de ellos se disponen 3 conos en zigzag. A la señal del docente el primero de la hilera comienza a avanzar con paso floreado pasando entre los conos; cuando va en el segundo cono comienza el compañero de atrás. Cuando terminan el recorrido vuelven trotando por el costado. Todo al ritmo de música de cueca.		- Hacer un zapateo en cada cono. - Avanzar con paso escobillado.
5 minutos.		Pausa: hidratación y descanso.			
FASE FINAL		Materiales: - 3 conos por hilera. - 1 radio. - 1 CD con música de cueca. Entorno: Espacio libre. Duración: 15 minutos.	Avanzando por los conos con pasos de cueca. Distribuidos en hileras de 4 estudiantes ubicados detrás de una línea; delante de ellos se disponen 3 conos en línea. A la señal del docente el primero de la hilera comienza a avanzar con paso floreado, deteniéndose en cada cono para realizar dos zapateos alternando los pies hasta llegar al último y regresar a la hilera por el costado, realizando el paso que él escoja: floreado, zapateo o escobillado. Cuando va en el segundo cono sale el siguiente compañero.		- Hacer cuatro zapateos en cada cono. - En parejas.
		Materiales: No requiere. Entorno: Espacio libre. Duración: 5 minutos.	Con las piernas cruzadas tocando la punta de los pies. Distribuidos libremente por el espacio en posición de pie, con la pierna derecha cruzada sobre la izquierda, ambas extendidas. Flexionar el tronco intentando tocar con las manos las puntas de los pies. Se mantiene por 15 segundos la posición y se realiza la misma acción con la otra pierna.		- Realizarlo sentado. - Mantener por 30 segundos la posición.
	FINALIZACION 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 de los estudiantes en su jornada.			

Componentes de la Educación Física abordados:

