

FICHA N° 31
TERCERO BASICO

OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA1)

Mostrar 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

Formas variadas de movimiento.
Orden y organización de tareas motrices.
Actitudes y conductas de colaboración.

★★★
★★
★

	Descripción de la actividad	Descripción gráfica	Variaciones
Capacidad física abordada	INICIO DE CLASES 7 minutos	Control de Asistencia . Preparación de los estudiantes para la ejecución de las diversas actividades. Explicación del docente de los objetivos de la clase.	
FASE DE INICIO	Materiales: No requiere.	Saltando por las líneas y manteniendo el equilibrio. Distribuidos libremente en posición de pie sobre una línea de la multicancha. A la señal del docente deben desplazarse dando 10 saltos sobre una línea y quedarse equilibrados en un pie en el lugar durante 10 segundos.	- Desplazarse en punta de pies. - Saltos con medio giro.
	Entorno: Multicancha.		
FASE DE DESARROLLO	Duración: 5 minutos.		
	Materiales: - 24 conos.	Saltando los conos trotando en hileras. Distribuidos en hileras de 6 estudiantes, ubicados detrás de una línea. Frente a cada hilera se ubican 4 conos separados cada 2 metros. A la señal del docente, toda la hilera debe salir trotando y pasar saltando los conos, retornando por el costado. Cuando vienen de regreso, el último de la hilera pasa a liderar el grupo. En cada pasada se cambia al líder desplazándose trotando en todo el recorrido.	- Saltar los conos a pies juntos. - Desplazarse en parejas.
FASE DE DESARROLLO	Entorno: Espacio libre.		
	Duración: 10 minutos.		
FASE DE DESARROLLO	Materiales: No requiere.	Trasladando al compañero sobre la espalda. Distribuidos en parejas en un extremo de la multicancha. A la señal del docente, un integrante de la pareja debe subir a la espalda del compañero, quien lo debe trasladar hasta una línea que se encuentra a unos 10 metros. Al llegar a la línea cambian de rol.	- Ir y volver con el compañero. - Desplazarse lateralmente.
	Entorno: Multicancha.		
FASE DE DESARROLLO	Duración: 5 minutos.		
	Materiales: No requiere.	Tocando al último de la otra hilera. Distribuidos en el espacio, se forman hileras de 5 estudiantes tomados por la cintura. Enfrentadas dos hileras, a la señal del docente, el último de una de las hileras, sin soltarse de sus compañeros, intenta tocar al último de otra hilera, el que a su vez intenta no ser alcanzado. Cada vez que es alcanzado se cambia el orden de los integrantes y luego de 1 minuto, se cambian los roles de la hilera.	- Colocar una cola al último integrante. - En un pie.
FASE DE DESARROLLO	Entorno: Espacio libre.		
	Duración: 10 minutos.		
FASE FINAL	Materiales: No requiere.	Sentados en parejas flexionando el tronco al frente. Distribuidos libremente en el espacio, ubicados en parejas en posición sentados espalda con espalda y las extremidades inferiores extendidas y separadas. A la señal del docente, deben llevar las manos hacia el centro flexionando el tronco, intentado llegar lo más adelante posible. Mantener la posición durante 30 segundos.	- De pie. - Con las piernas juntas.
	Entorno: Espacio libre.		
Duración: 5 minutos.			

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:
