

**FICHA N° 16**  
**TERCERO BASICO**

**OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA3)**

Practicar juegos pre-deportivos con reglas y espacios adaptados, aplicando los principios generales de juego, como avanzar y retroceder en bloque, recuperar el balón, acompañar la jugada y la visión periférica.

**CONTENIDOS**

Respeto por las normas y reglamentos del juego. ★★★  
Conocimiento y aplicación de normas y reglas del juego. ★★  
Interés por juegos motrices y la competición. ★

		Descripción de la actividad	Descripción gráfica	Variaciones	
FASE DE INICIO	Capacidad física abordada	<b>INICIO DE CLASES</b> 10 minutos	Control de <b>Asistencia</b> . Preparación de los estudiantes para la ejecución de las diversas actividades. <b>Explicación</b> del docente de los objetivos de la clase.		
		<b>Materiales:</b> No requiere.	<b>En parejas desplazándose en un pie por la línea.</b>  Los estudiantes ubicados en pareja, uno de tras del otro, sobre una línea. El que va atrás, se toma un tobillo con una mano y con la otra toma el tobillo del compañero de adelante. Deben saltar en un pie desplazándose por la línea sin perder el equilibrio; luego cambian los roles.		- Tomados de la mano saltando en un pie de ida y vuelta.  - En trios.
		<b>Entorno:</b> Espacio libre.			
		<b>Duración:</b> 10 minutos.			
			<b>Materiales:</b> - 1 aro por pareja.	<b>En parejas atrapando con el aro.</b>  Distribuidos en parejas libremente en el espacio; cada pareja con un aro. A la señal del docente, deben intentar atrapar a otras parejas con su aro y evitar ser atrapados. Cuando la pareja es atrapada, se cambia con uno de la pareja que los atrapó.	
<b>Entorno:</b> Espacio libre.					
<b>Duración:</b> 10 minutos.					
	<b>Materiales:</b> - 2 conos.		<b>Desplazándose decúbito abdominal en cuatro apoyos.</b>  Distribuidos en el espacio en posición decúbito abdominal con apoyo de manos y pies, ubicados detrás de una línea. A la señal del docente se desplazan en 4 apoyos hasta la línea determinada por los conos que se ubican a 10 metros.		- De cubito dorsal en cuatro apoyos.  - Delimitar la zona de avance en zigzag.
	<b>Entorno:</b> Espacio libre.				
	<b>Duración:</b> 10 minutos.				
		<b>Materiales:</b> - 1 balón cada 2 hileras. - 4 conos.	<b>Dando el pase y retornando a la hilera.</b>  Distribuidos en hileras de 4; cada hilera ubicada una al frente de otra a 10 metros de distancia, delimitado por conos. A la señal del docente el primero de una hilera da un pase al primero de la hilera del frente y retorna al final de su hilera. El que recibe realiza la misma acción y así sucesivamente.		- Pasarla con un bote.  - Dar un pase a raz de piso.
<b>Entorno:</b> Espacio libre.					
<b>Duración:</b> 15 minutos.					
5 minutos. <b>Pausa: hidratación y descanso.</b>					
	<b>Materiales:</b> - 1 balón por dos hileras. - 4 conos por dos hileras.	<b>Dando el pase y pasando a la hilera del frente.</b>  Distribuidos en hileras de 4; cada hilera ubicada una al frente de otra a 10 metros de distancia, delimitado por conos. A la señal del docente el primero de una hilera da un pase al primero de la hilera del frente, luego debe pasar el circuito de conos y se ubica en la hilera del frente. El que recibe realiza la misma acción y así sucesivamente.		- Pasarla con un bote.  - Pasar los aros en un pie.	
	<b>Entorno:</b> Espacio libre.				
	<b>Duración:</b> 15 minutos.				
		<b>Materiales:</b> No requiere.	<b>Elongando cruzando el brazo por el frente.</b>  Distribuidos en el espacio libre, en posición de pie; se toman un brazo extendiéndolo por delante y deben mantener esa posición durante 30 segundos.		- Apoyar mano en la muralla.  - Empujar desde muñeca.
<b>Entorno:</b> Espacio libre.					
<b>Duración:</b> 5 minutos.					
<b>FINALIZACION DE LA CLASE</b> 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:

