



Actividades sugeridas del Programa

Actividad física y resolución de problemas

1. Se ubican libremente en el espacio para jugar "distancia de seguridad", que consiste en que corran en hileras y que se detengan al oír la señal de "pare". Con ello se pretende comprobar, que a mayor distancia de seguridad, el riesgo de choque es menor. ®

Matemática

2. Se forman equipos de seis estudiantes cada uno. Cada equipo se ubica en el terreno señalado por el docente. Uno está sentado y cada integrante del otro grupo tiene un balón. A la señal, estos tratan de llegar a la línea del fondo del campo contrario dándole botes al balón, mientras los otros se levantan y tratan de quitar algunos balones sin moverse de su sitio. Los que pierdan su pelota, pasan al otro equipo.
3. Se agrupan en tríos con un balón. Uno intenta avanzar hacia un compañero dando botes con la pelota, mientras el tercero, ubicado en el centro, trata de evitarlo.
4. Se forman grupos de seis estudiantes y se ubican en un extremo del espacio delimitado previamente por el docente. En el otro extremo hay una portería y en el centro del campo, se sitúan dos defensas. El grupo debe avanzar dándose ocho pases como máximo y lanzar hacia la portería. Los defensas deben tratar de evitarlo.
5. En parejas, deben correr de un extremo a otro, dándose pases a una distancia de unos tres a cuatro metros.
6. Se forman grupos de cuatro estudiantes ubicados en zigzag a unos cinco metros de distancia. A la señal, comenzarán a darse pases entre los compañeros de manera diagonal y tendrán que situarse en el espacio de quien recibió. Cuando llegue el balón al último, este se ubica en el punto de partida.
7. Los estudiantes se ubican en parejas, con un balón y a una distancia de unos cuatro metros. A la señal, dan un pase con el pie al compañero. La dificultad de la tarea radica en que el pase debe ser con una trayectoria en el aire y el compañero debe detenerla antes que dé un segundo bote.
8. Se forma un círculo de cinco estudiantes. Al centro hay un cono y un compañero que será defensa. Los que conforman el círculo se dan pases y buscan derribar el cono; el defensa trata de evitarlo. Quien logre botar el cono, luego cumple la función de defender.
9. Se organizan en parejas con un aro y se ubican a unos cinco metros de distancia. A la señal, uno toma el aro y con la mano dominante lo suelta e intentan que llegue hasta el compañero. Repiten diez veces cada uno.
10. Cuatro estudiantes forman un círculo. Al centro se ubica un quinto integrante. Los del círculo tienen que pasar a los otros solo con las manos, evitando que el del centro la intercepte. Si lo consigue, quien lanzó por última vez el balón se ubica en el centro y el otro lo reemplaza en el círculo. El objetivo es dar diez pases, pero el último que recibe debe ser un estudiante previamente seleccionado.

