

**BLOQUE:** Cuerpo y Movimiento

**UNIDAD:** Mi Cuerpo

**SESION:** 05

2<sup>do</sup> ciclo :**CICLO**

3º y 4º :**NIVEL**

**MATERIAL:** aros, pelotas y ladrillos.

**ORG. ALUMNOS:** gran grupo, individual y tríos.

**OBJETIVOS:**

1. Afirmar la lateralidad de las extremidades superiores.
2. Desarrollar las aptitudes de lateralidad y esquema corporal.
3. Mejorar la velocidad de reacción y el ritmo.

**TEC. ENSEÑANZA:** Asig directa y Res de Problemas.

1

**ANIMACIÓN**



1. **Palomas y Gavilanes.** Se sitúan en dos extremos del terreno aros, que serán el palomar. El grupo que hace de gavilanes se situará en el centro y los que hacen de palomas estarán dentro de los aros. A la voz del profesor las palomas tendrán que cambiar de palomar. Los que son cazados cambian de rol.
2. Repartir una pelota por alumno y que hagan lo que quieran, pero solo con la MANO.

**PARTE PRINCIPAL**

**1. Con una pelota, soy capaz de:**

- botar la pelota con la mano. Primero varias veces con la mano dominante. Posteriormente con otra. ¿Con cuál se os da mejor?
- lanzar la pelota hacia arriba de diferentes formas y cogerla. Primero varias veces con la mano dominante. Posteriormente con otra. ¿Con cuál se os da mejor?
- lanzar la pelota contra un ladrillo para derribarlo. Primero varias veces con la mano dominante. Posteriormente con otra. ¿Con cuál se os da mejor?
- lanzar la pelota para que bote dentro de un aro situado a 5 metros. Primero varias veces con la mano dominante. Posteriormente con otra. ¿Con cuál se os da mejor?



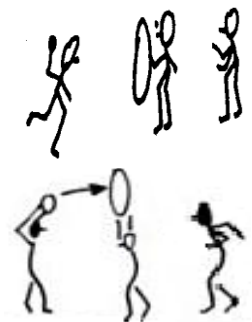
**2. Pato Mareao.** Por tríos, dos se pasan el balón con las manos. El otro compañero, intentará hacerse con el balón, intercambiando su posición con el que la ha perdido.

VAR: uno tiene el balón botándolo. Los otros dos, intentarán robarla para ser (el que la ha robado) el que tenga ahora el balón.



**3. Por tríos, con una pelota, soy capaz de:**

- un compañero colocado en el centro sujetando un aro. Hay que pasar la pelota por el aro con una y otra mano; el compañero que está en el centro cambiará la posición del aro.
- colocados en triangulo, con aros entre medias en el suelo. Pasarse la pelota entre ellos, botando dentro del aro que tienen entre medias.
- jugar a los bolos con ladrillos.
- colocar aros en el suelo a cierta distancia. Lanzar cada uno su pelota para acertar dentro de los aros. Dar distintos valores a los aros, para ver quien suma más puntos.



**4. Las Vidas.** Dos se la quedan en los extremos del campo. El resto de compañeros en el medio. Los de las puntas, con una pelota y de forma alternativa, intentan dar a los del medio lanzándoles la pelota con la mano. Al que dan lo eliminan. Si alguien coge la pelota en el aire, tiene “una vida” que se la puede guardar o para salvar a un compañero eliminado.

1

**VUELTA A LA CALMA**

**1. Pepe trae la Escoba.**

