

BLOQUE: Cuerpo y Movimiento

UNIDAD: Mi Cuerpo y se mueve

SESION: 04

2^{do} ciclo :**CICLO**

3^o y 4^o :**NIVEL**

MATERIAL: pelotas y conos o ladrillos.

ORG. ALUMNOS: gran grupo, individual, parejas y grupos de cuatro.

OBJETIVOS:

1. Afirmar la lateralidad de las extremidades inferiores.
2. Desarrollar las aptitudes de lateralidad y esquema corporal.
3. Perder el miedo al contacto físico.

TEC. ENSEÑANZA: Asig directa y Res de Problemas.

1

ANIMACIÓN



1. Repartir una pelota a cada niño. Se desplazan por todo el espacio conduciendo la pelota solo con los PIES.
2. **El Robabalones.** Igual que antes, pero ahora intentan dar una patada a la pelota de los demás, sin que le den una patada a la suya propia.

PARTE PRINCIPAL

1. Con una pelota, soy capaz de:

- conducirla con el pie por la pista. Primero con el pie dominante. Al rato, con el otro pie. ¿Con cuál se os da mejor?
 - en frente de una pared, darle con el pie dominante para que rebote y vuelva la pelota hacia nosotros. Al rato, con el otro pie. ¿Con cuál se os da mejor?
 - con la pelota en la mano, dejarla caer para que de un bote en el suelo, darle con el pie dominante y volverla a coger con las manos. Al rato, con el otro pie. ¿Con cuál se os da mejor?
- VAR: igual que antes, pero sin dejar que bote en el suelo.



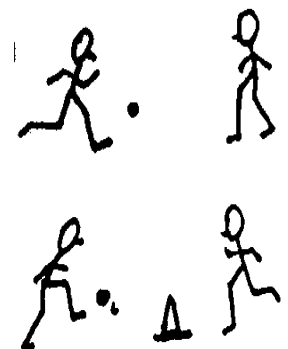
2. Pato Mareao. Por tríos, dos se pasan el balón con el pie. El otro compañero, intentará hacerse con el balón, intercambiando su posición con el que la ha perdido.

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



3. Por parejas, con una pelota, soy capaz de:

- pasarse la pelota con el compañero de las distintas formas posibles: empuje, talón, de frente, de lado, de espaldas.
- igual que el anterior, pero siguiendo las indicaciones del compañero. Primero pie dominante, y luego el no dominante.
- con un cono o ladrillo entre medias de los dos, pasarse la pelota con los pies por un lado y otro del cono intentando no tocarlo. Primero pie dominante, y luego el no dominante.
- igual que antes, pero ahora deben intentar derribar el cono o ladrillo.
- cada uno con una pelota, pasársela a la vez de diferentes formas.
- zig-zag entre conos o ladrillos. Primero pie dominante, y luego el no dominante.



4. Fútbol 2x2. Grupos de 4, dos contra dos, juegan un partidillo. Las porterías ladrillos.

1



VUELTA A LA CALMA

1. **Masajes.** Por parejas, con ayuda de pelotas de tenis, nos damos masajes por el cuerpo.