

**BLOQUE:** Cuerpo y Movimiento

**UNIDAD:** Mi Cuerpo y se mueve

**SESION:** 06

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

3<sup>o</sup> y 4<sup>o</sup> :**NIVEL**

**MATERIAL:** cuerdas y una pelota.

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

**OBJETIVOS:**

1. Saltar de forma rítmica a la comba.
2. Experimentar diferentes formas y tipos de saltos.
3. Adaptar el movimiento a las nociones espaciales.
4. Reproducir un ritmo con su cuerpo y la voz.

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

1



**ANIMACIÓN**

1. **Pisar la Cuerda.** Cada uno con una cuerda, intenta pisar a los compañeros las suyas, las cuerdas deben ir zigzagueando por el suelo siempre.

**PARTE PRINCIPAL**

1. Saltamos a la cuerda botando con los dos pies hacia delante y hacia detrás.



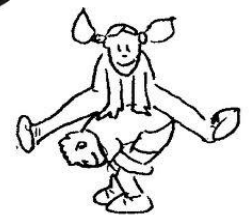
2. **La Comba.** Se juega con una cuerda. Dos jugadores la agarran por cada extremo, para dar vueltas a la cuerda. Los demás se colocan en fila para ir pasando a saltar sin perder turno, una vez que empieza a saltar el primero. Si uno no salta cuando le toca, o tropieza con la cuerda, se para el juego y éste pasa a "dar a la comba". Mientras que uno salta, los demás cantan una canción y según como sea ésta, se da a la comba a un ritmo diferente.



3. **El Reloj.** Todos en círculo y uno en el centro con la cuerda. Éste la hará girar sin elevarla y el resto tratará de no ser tocado con ella al saltar.



4. **Salto a Pídola.** Por parejas, saltar al compañero, que se colocaba encorvado, con los codos en las rodillas y la cabeza para adentro con el fin de evitar que al saltar le den en la cabeza.



5. **Bomba.** Se ponen en círculo y uno en medio. Los jugadores del círculo se pasan la pelota. Mientras, el del medio va contando hasta 10 y saca un brazo; 20, y saca el otro; 30, y levanta un brazo; 40, y levanta el otro brazo... Al llegar a 50 da una palmada y dice "bomba"... Quien tenga el balón en las manos se sienta con las piernas estiradas y el jugador que esté a su lado tiene que saltar por encima de él... así todos hasta que quede uno, que es el que se coloca en medio. Y vuelta a empezar.



1

**VUELTA A LA CALMA**

1. **Al Pasar por el Cuartel.** Por parejas, cantar la canción mientras se van chocando las manos conforme a la canción.
2. **El Minuto.** En silencio, de pie, contar un minuto mentalmente. Al terminar, sentarse. Ganará el que más se aproxime a un minuto exacto.

