

MATERIAL: colchonetas.

ORG. ALUMNOS: individual y gran grupo.

OBJETIVOS:

1. Consolidar la voltereta hacia adelante.
2. Iniciar la ejecución de la volt. hacia atrás y el pino.
3. Superar miedos y frustraciones.
4. Desinhibir el cuerpo a través del baile.

TEC. ENSEÑANZA: Asig directa y Res de Problemas.

ANIMACIÓN



1. **Tuli-Pan.** Juego de persecución. Uno se la queda y persigue a los demás. Estos, para no ser pillados, dicen "TULI", quedándose con los brazos en cruz y las piernas abiertas. Podrán ser salvados cuando otro pase por debajo, y diciendo "PAN".

VAR: Golpear con las manos, posición de puente, sentados/as.

PARTE PRINCIPAL

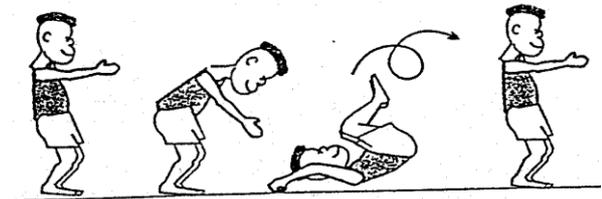
1. **Voltereta hacia delante.** Recordamos la voltereta hacia delante.

VAR: dos o tres volteretas seguidas.

VAR: con una sola mano, sin manos.

VAR: lanzada.

VAR: voltereta doble.

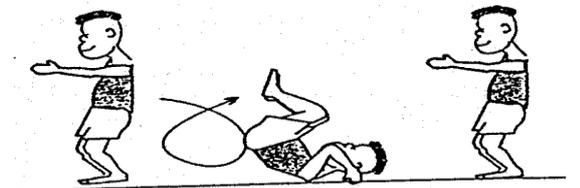


Los alumnos que presenten dificultad en hacerla, lo harán sobre un plano inclinado.

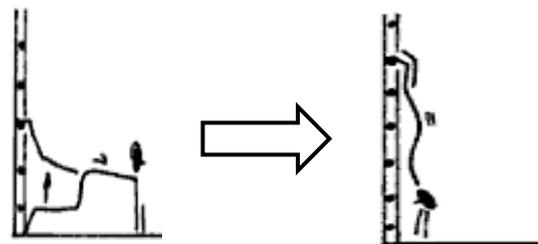
2. **Voltereta hacia detrás.** Iniciación a la voltereta hacia detrás.



Los alumnos que presenten dificultad en hacerla, lo harán sobre un plano inclinado.



3. **El Pino al revés.** Con ayuda de la espaldera, vamos subiendo peldaños hasta llegar a la vertical.



4. **El Pino con apoyo.**



5. **El Pino en el aire.** Con ayuda del profesor, realizar el pino en el aire sobre una colchoneta. Después, voltear hacia delante.



VUELTA A LA CALMA



1. **Al Medio a Bailar.** Al son de música dance, en círculo. Uno, en el medio, baila al ritmo que marque la canción. El resto le imita. Al rato, saca a otro para que sea el que marque la pauta a seguir.