

BLOQUE: Cuerpo y Movimiento

UNIDAD: Mi Cuerpo se Mueve

SESION: 01

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

4^o :**NIVEL**

MATERIAL: cuerdas, pañuelos y una pelota.

ORG. ALUMNOS: individual, equipos y gran grupo.

OBJETIVOS:

1. Saltar de forma rítmica a la comba.
2. Adaptar el movimiento a las nociones espaciales
3. Experimentar diferentes formas y tipos de saltos.
4. Practicar juegos de pasacalles.

TEC. ENSEÑANZA: Asig directa y Res de Problemas.



ANIMACIÓN

1. **Casa Cuerda.** Uno la queda, para que no te cojan, te puedes meter en la "casa cuerda" (circulo hecho con la cuerda en el suelo).

PARTE PRINCIPAL

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



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. **La Cola del Zorro.** Todos con el pañuelo colgado en la cintura y en su parte posterior. Intentar capturar el pañuelo (cola del zorro) de los demás. Pañuelo capturado se cuelga en la cintura fuera del terreno delimitado. Se entra y se sigue jugando.
VAR: 3 o 4 sin pañuelo, el resto con él



4. **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.

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.



VUELTA A LA CALMA



1. **Pase Misí.** Dos capitanes de equipo eligen cada uno una cosa (color, animal, equipo de fútbol, etc) en secreto. Luego se agarran las dos manos y forman un doble arco, bajo el que irán pasando el resto de jugadores mientras se canta la canción. Al terminarla, los capitanes bajan los brazos y atrapan al jugador que estaba pasando. Se le da a elegir, en secreto, entre las dos cosas elegidas al principio del juego por los capitanes. Según elija, se irá con uno u otro equipo.
2. **El Minuto.** En silencio, de pie, contar un minuto mentalmente. Al terminar, sentarse. Ganará el que más se aproxime a un minuto exacto.

