

BLOQUE: Cuerpo y Movimiento

UNIDAD: Mi Cuerpo se Mueve

SESION: 08

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

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

MATERIAL: una cuerda y tizas.

ORG. ALUMNOS: gran grupo, individual y parejas.

OBJETIVOS:

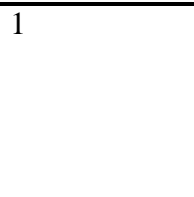
1. Mejorar el equilibrio al variar puntos de apoyo.
2. Desarrollar la orientación espacial y el equilibrio.
3. Mejorar la velocidad de reacción.
4. Reproducir un ritmo con su cuerpo y la voz.

TEC. ENSEÑANZA:



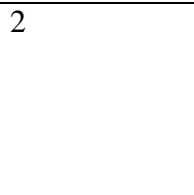
ANIMACIÓN

1. **Cadena Partida.** Juego de Persecución. Uno se la queda. Cuando pille a alguien, se dan la mano y continúan. Cuando vuelvan a pillar a otro, los tres van de la mano. Pero al pillar a un cuarto niño, la cadena “se separa” dos por un lado y dos por otro lado. Así, hasta que estén todos pillados.

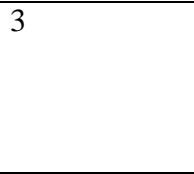


PARTE PRINCIPAL

1. **Pulso a la Pata Coja.** Por parejas, a una distancia de 1,5m. Se mantienen en equilibrio a la pata coja sujetado por la mano. Intentar desequilibrar al contrario dándose pequeños empujones con la mano libre.



2. **Pulso Gitano.** Parejas, uno enfrente a otro con sus pies derechos juntos y cogidos las manos derechas. Empujando con las manos tratan de conseguir que el otro mueva el pie derecho. El izquierdo se puede mover.

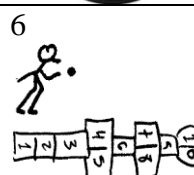


3. **Pelea de Gallos.** Parejas, agachados en cuclillas, intentar desequilibrar al contrario empujándose con las manos y moviéndose por medio de saltos.



4. **El Molinillo.** Por parejas, cogidos de las manos, dar vueltas sin soltarse.
VAR: Ídem, pero cogidos de las manos de espaldas.

5. **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.

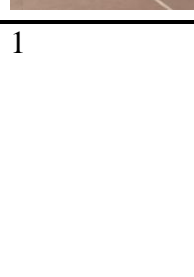


6. **El Tejo.** Por grupos dibujar el campo de juego y jugar con las siguientes reglas:

- No pisar la ralla.
- No dar pasitos
- No tocar ralla con la piedra.
- No apoyar las manos.
- Si lo hago bien, sigo.



7. **Policías y Ladrones.** Se dibuja una línea y otras dos a unos diez de metros de la central. Por parejas, uno se elige ser policía y el otro ladrón, colocándose a un lado y otro de la línea central dándose la espalda. Cuando el árbitro del juego dice policías, estos deben atrapar a su ladrón, el cual saldrá corriendo hasta la línea del fondo para no ser atrapado. Y viceversa.



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.

