

BLOQUE: Cuerpo y Movimiento

UNIDAD: Atletismo

SESION: 06

3^{er} ciclo :**CICLO**

5º y 6º :**NIVEL**

MATERIAL: balones, ladrillos, picas, engarces y un pañuelo.

ORG. ALUMNOS: individual y gran grupo.

OBJETIVOS:

1. Introducir las Olimpiadas.
2. Consolidar las formas básicas de los desplazamientos, saltos y lanzamientos.
3. Favorecer el trabajo en equipo.

TEC. ENSEÑANZA: Resolución de Problemas.



ANIMACIÓN

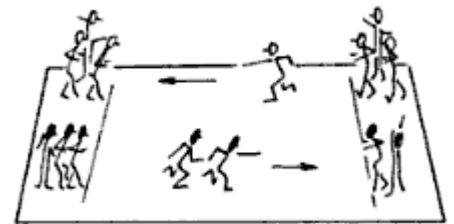
1. **Las Olimpiadas.** Explicamos a los alumnos la sesión de hoy. Hacemos equipos de cinco jugadores. Se reparten las pruebas individuales: cada integrante solo puede participar en una sola prueba. Se explica la puntuación en función del número de equipos que tengamos.

PARTE PRINCIPAL

1. Pruebas Individuales.

- 25 metros lisos.
- Salto a la valla.
- Carrera de vallas.
- Salto de longitud.
- Lanzamiento de peso.

2. **El Rescate.** Se colocan los alumnos de cada equipo en hilera detrás de una línea, a excepción del capitán, que se coloca en otra línea a unos 25 metros de distancia. A la señal, el capitán corre hacia el primer jugador de su equipo, lo toma de la mano y vuelven juntos a la línea final. Desde allí, el jugador rescatado corre hacia su grupo y toma al siguiente compañero y así sucesivamente hasta que todos son rescatados. No pueden soltarse de la mano durante el rescate. Gana el equipo más veloz.



3. **El Pañuelo.** Se forman dos equipos con el mismo número de jugadores y se colocan a una distancia determinada el uno del otro (por ejemplo, 20 metros) situándose tras una línea. A cada jugador de cada equipo se le asigna un número en orden correlativo empezando por el uno.

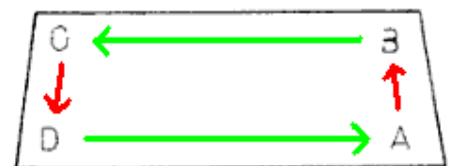
En el centro del campo de juego se coloca una persona que mantendrá un pañuelo colgando de su mano justo encima de una línea separadora. La persona con el pañuelo dirá en voz alta un número. El miembro de cada equipo que tenga dicho número deberá correr para coger el pañuelo y llevarlo a su casa. El primero que lo consiga gana la ronda, quedando el participante del equipo contrincante eliminado. También queda eliminado aquél que:

- Rebase la línea separadora sobre la que está el pañuelo sin que el otro lo haya cogido.
- Sea tocado por el contrincante tras haber cogido el pañuelo.

Cuando se han eliminado varios jugadores de un equipo, se reorganizan los números pudiendo asignar varios a un solo jugador. Gana el equipo que logra eliminar a todos los contrarios.



4. **Relevos 5x25 por equipos.** Por equipos, realizamos una carrera de relevos alrededor de la pista. Los tramos verdes son para correr, los tramos rojos son para realizar el intercambio del testigo.



5. **Relevos 5x100 por equipos.** Igual, pero dando todos una vuelta a la pista.



VUELTA A LA CALMA

1. **Entrega de Diplomas.** Se entregan los Diplomas Olímpicos a todos los participantes de las Olimpiadas.