

EDUCACIÓN FÍSICA



““FORTALECEMOS NUESTRA IDENTIDAD DORAMAYERINA CON
RESPONSABILIDAD Y RESPETO”

ACTIVIDAD 2	“INICIACIÓN AL " MINI FUTBOL y ATLETISMO”			
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	Los estudiantes mediante juegos lúdicos afianzan lazos de compañerismo para lograr una meta.			
PROPÓSITO	Que los estudiantes a través de juegos lúdicos afiancen los lazos De compañerismo.			
CRITERIO DE EVALUACIÓN	Realiza Con sus compañeros actividades lúdicas y toma consensos sobre la mejor forma de lograr una meta.			
ÁREA:	EDUCACIÓN FÍSICA	Grado	Primero	Fecha: 31/10 al 04/11 /22

ACCIÓN 1 - MOTIVACIÓN

Saludo:

Asistencia.

Dinámica:

responden:

¿Que son los pases?

¿Qué será la conducción?

¿Conoces el deporte del fútbol?

¿Conoces el deporte del atletismo?

TÍTULO – PROPÓSITO.

ACCIÓN 2 – ACTIVACIÓN CORPORAL



Ahora viene el calentamiento: Y muy importante tener una botella de agua, para hidratarnos.

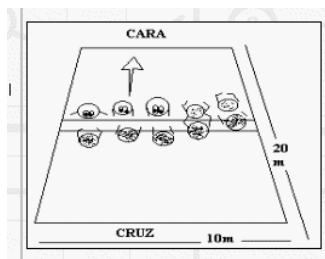
Realizar movimientos articulares, pequeños saltos, trotes, etc. y estiramientos en general.

ACCIÓN 3: “JUEGO BLANCO Y NEGRO”

Muy bien ahora vamos a realizar el siguiente juego. Nos formamos en dos grupos de 6.

Los jugadores se sitúan sobre dos líneas paralelas trazadas previamente, formando un pasillo, a unos dos o tres metros de distancia. Un equipo es blanco y el otro negro. La profesora nombrará al azar ¡Blanco! O ¡Negro! Al oír el nombre de su equipo, los jugadores huyen hacia la línea de fondo mientras sus adversarios intentan atraparlos antes de que logren llegar a ella. Cada jugador tocado supone un punto para el equipo. se debe correr en línea recta y los

Jugadores atrapados adoptaran una posición de cucullas sin poder moverse. Este es un juego para trabajar la condición física.



ACCIÓN 4: "CIRCUITOS POR ESTACIONES"

¡Muy bien! ¡Ahora vamos a iniciar con nuestro circuito por estaciones: Preparados!!!

ESTACIÓN N°1: COORDINACIÓN DE PARADA DE BALÓN.

En esta secuencia vamos a formar un grupo de 6 integrantes y debemos lanzar el balón al aire y dejarlo dar un rebote y luego frenarlo con el pie.



ESTACIÓN N°2: AVANZAR Y CONDUCCION.

En esta secuencia formamos un grupo de 6 integrantes divididos en dos filas de 3 integrantes, y debemos coordinar nuestros movimientos de conducción y parada de balón, se coloca conos y platillos en cada platillo harán una parada de balón y continúan con la conducción del balón, regresan de la misma forma.



ESTACION N°3: TRASLADO EL BALON CON OBSTACULOS Y ANOTACION AL ARCO

En esta secuencia formamos una fila de 6 estudiantes, y debemos de saltar las vallas sin soltar el balón de las manos y cuando termine las vallas, suelta el balón y realiza un remate al arco con los pies, con la cabeza, o con los muslos, etc.



ESTACIÓN N°4: CONDUCCION Y ANOTACION.

En esta secuencia vamos a formar una fila de 6 integrantes, consiste en conducir el balón muy despacio por debajo de la valla y dar un salto y continuar (los estudiantes deben estar muy concentrados para evitar accidentes) cuando terminamos la valla anotamos en el arco



Volvemos a la calma, trabajo de inspiración y expiración, hidratación

ACCIÓN 5: "JUEGOS PARA MINI ATLETISMO"



Velocidad: 100,200,400,800,1.500,5.000 y 10.000 mt. Lisos.

Aseo personal de lavado de manos, y desinfección.

Instrumento de Evaluación	Ficha de Cotejo		
Criterios de Evaluación	Lo logré	Lo estoy intentando	Necesito apoyo
Realiza Con sus compañeros actividades lúdicas y toma consensos sobre la mejor forma de lograr una meta.			
Participa en cualquier juego recreándose y aceptando participantes y resultados.			