

EDUCACIÓN FÍSICA



“FORTALECEMOS NUESTRA IDENTIDAD DORAMAYERINA CON RESPONSABILIDAD Y RESPETO”

ACTIVIDAD 3	“NOS DIVERTIMOS CON LOS JUEGOS LÚDICOS”			
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	Los estudiantes mediante los juegos lúdicos exploran diversas formas de lanzamiento y recepción, regulando sus movimientos para lograr un fin.			
PROPÓSITO	Que el estudiante explore diversas formas de lanzamiento y recepción, regulando así sus movimientos corporales para lograr un objetivo.			
CRITERIO DE EVALUACIÓN	Realiza acciones y juegos corporales explorando las posibilidades de su cuerpo en relación al espacio y los objetos.			
ÁREA:	EDUCACIÓN FÍSICA	Grado	Primero	Fecha: 09 y 10/11 /22

ACCIÓN 1 - MOTIVACIÓN

Saludo:

Asistencia.

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: “JUEGOS LÚDICO”

❖ JUEGO LA SALIDA RAPIDA:

Con este juego queremos mejorar la reacción de salida de los estudiantes, para iniciar este juego se marca una línea de salida y vamos a formar 4 filas de 6 estudiantes, los 4 primeros de cada grupo deben estar acostados, cuando la maestra lance la pelota y este toque el piso deben salir rápidamente a buscar la pelota el primero en conseguirla gana un punto para su equipo.

ACCIÓN 4: “JUGAMOS VOLEY”

¡Muy bien! ¡Ahora vamos a jugar voley, las niñas seleccionadas para esta disciplina con apoyo de sus compañeros deberán prepararse para las olimpiadas!

El voleibol es jugado por dos equipos que intentan mandar el balón al otro lado de la red con la intención de que toque el suelo de la mitad de la cancha del oponente, mientras buscan evitar que el rival lo consiga. Para ganar

El partido, un equipo debe lograr conquistar tres sets, los cuales son a 15 puntos cada uno, y debe hacerlo con una ventaja mínima de dos tantos. Cuando este está empatado a dos sets, el set final se disputa a 10 puntos.

LAS REGLAS DEL VOLEIBOL:

- Cada selección tiene permitido en los Juegos contar con doce jugadores, pero solo seis juegan en la cancha.
- El partido se pone en marcha cuando se realiza el saque, que manda la bola a la mitad contraria de la pista.
- Los equipos tienen permitido tocar el balón tres veces antes de que este deba cruzar la red hacia la parte de la pista rival.
- Ningún jugador puede tocar la pelota dos veces seguidas.
- Cada vez que una selección gana un saque al rival, sus jugadores rotan una posición en sentido de las agujas del reloj.
- Cada equipo puede hacer cambios ilimitados.



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

ACCIÓN 5: “JUGAMOS BALON MANO VARONES Y MUJERES”

El balonmano es un deporte por equipos que se juega con un balón pequeño y listo para cogerlo con la mano. Se compone de 7 jugadores por equipo cuyo objetivo es enfrentarse dos equipos y el que más goles meta en la portería contraria gana. Se utiliza solo la mano, se debe botar la pelota y no está permitido el contacto del balón con las extremidades inferiores, como en el baloncesto.

LAS REGLAS DEL HAND BALL

Cada equipo se compone de 7 jugadores en el campo. El portero, central, laterales, extremos y pivotes. El resto de los jugadores esperan en el banquillo a que se realice un cambio. No hay límites de cambios.

Está prohibido tocar el balón con el pie o cualquier parte de las extremidades inferiores.

No se puede dar más de 3 pasos sin botar el balón.

Se debe estar en continuo movimiento cuando se sujeta el balón. Más de 3 segundos parados será sancionado.



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

ACCIÓN 5: “JUGAMOS CON EL ATLETISMO”

Las carreras de **velocidad** en el **atletismo** son carreras a pie muy cortas y que consisten en recorrer lo más rápido posible una distancia determinada. Son pruebas que suelen disputarse en pista cubierta o pista al aire libre



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

ACCIÓN 6: “JUGAMOS CON EL FÚTBOL”

El fútbol se juega con un balón redondo y dos equipos de 11 jugadores cada uno. EL balón debe de ingresar a la portería del equipo rival para anotar un gol. Quien más goles tenga, gana el partido. Si el resultado es igual número de goles para cada equipo, se considera un empate.

REGLAS BASICAS DEL FÚTBOL:

Tocar el balón intencionadamente con las manos (excepto el portero).



Instrumento de Evaluación	Ficha de Cotejo		
Criterios de Evaluación	Lo logré	Lo estoy intentando	Necesito apoyo
Realiza acciones y juegos corporales explorando las posibilidades de su cuerpo en relación al espacio y los objetos.			
Mantiene una actitud deportiva, aceptando todas las reglas de juego y lo que ello conlleva.			