

CLASE

DE

EDUCACIÓN FÍSICA

SALITA DE 5

SEMANA 20 – 24/04

PROFESORA: Stella Zambruno, Luciana.

ACTIVIDADES DE INICIO

Se desarrollarán juegos elegidos por el alumno o la familia, considerando los enviados en las clases previas y abriendo la imaginación a incorporar nuevas variantes. El objetivo de esta etapa es la preparación del cuerpo y activación de sus partes para luego desempeñarse en las actividades centrales sin sufrir lesiones.

ACTIVIDADES DE DESARROLLO

En esta parte de la clase se trabajarán nociones temporo-espaciales (arriba-abajo, adentro-afuera), coordinación óculo-manual, motricidad fina, coordinación y manipulación de elementos a través de diferentes ejercicios y juegos.

Esta semana las actividades estarán referidas al Día del Animal.

Se trazará en el suelo un recorrido con 6 marcas. Para el circuito necesitamos: *6 aros (en caso de no tener, formar círculos con sogas o cable), * 6 zapatillas, *6 botellas, *1 pelota, *1 almohadón.

Los ubicaremos de la siguiente manera: una marca al inicio delimitará la partida, a 3 ms las zapatillas, luego las botellas, seguimos con los aros, (todos separados entre sí) y finalmente a otros 3 ms la última marca.

Inicia el recorrido en posición de cuadrupedia, colocando el almohadón en su espalda, de esta forma representará a una *tortuga*, al llegar a las zapatillas, se transforma en una *rana* que deberá saltar los obstáculos apoyando las manos al mismo tiempo que sus pies; en las botellas será una *serpiente* quien tenga que esquivarlas pasando de un lado al otro (con su panza apoyada en el piso); al encontrarse con los aros un *conejo* muy inquieto los saltará por dentro con sus dos pies juntos, y finaliza el camino un *cangrejo* que llevará una pelota en su panza (mirando hacia arriba, manos y pies apoyados en el piso y la cola bien lejos del mismo).

El circuito será transitado 4 veces. Como dificultad, los animalitos, deberán recorrerlo en sentido contrario. La tortuga caminará, la rana y el conejo saltarán y la serpiente se arrastrará, todos hacia atrás, y el cangrejo lo hará hacia adelante.

ACTIVIDAD DE FINALIZACION

En esta etapa es necesario que el alumno registre las actividades que realizó y las partes del cuerpo movilizadas, por lo que será importante el acompañamiento de la familia en cada clase. Solicitando a los adultos que sean los indicadores de actividades y de cada parte del cuerpo o contenido trabajado (detallados en el inicio de actividades de desarrollo), lograremos que los alumnos los identifiquen y afiancen.

Realizaremos el juego "pato-ñato". Pueden acompañarse con música para relajarse y lograr el ámbito del diálogo.

CONSULTAS: Cualquier duda o inquietud pueden comunicarse vía mail al correo stellazambruno@danteriocuarto.edu.ar de 14 hs. a 16 hs.

Solicito que envíen algún video o fotos de los alumnos realizando las actividades. De esta manera será posible una mejor evaluación de este proceso.