

**CLASE**

**DE**

**EDUCACIÓN FÍSICA**

**TERCER GRADO**

**PROFESORA:** Stella Zambruno, Luciana.

### ACTIVIDADES DE INICIO

Se desarrollaran diferentes juegos grupales, en los cuales los alumnos deberán realizar trotes, mantenerse estáticos en un espacio y perseguir a sus compañeros.

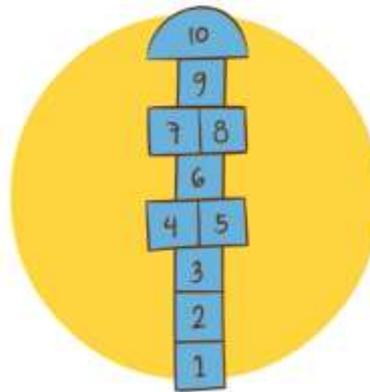
- **Mancha congelada:** seleccionamos a algunos alumnos que serán los encargados de manchar a sus compañeros. El juego inicia a la orden de la docente y todos los alumnos trotan por el espacio; si una “mancha” toca a un compañero, éste debe quedarse inmóvil en el lugar, hasta que otro compañero lo toque y pueda seguir el juego. En el transcurso del juego se irán diciendo posiciones que los alumnos congelados deberán imitar.
- **Mancha puente equilibrio:** seleccionamos a algunos alumnos que serán los encargados de manchar a sus compañeros. El juego inicia a la orden de la docente y todos los alumnos trotan por el espacio; si una “mancha” toca a un compañero, éste debe armar un puente con su cuerpo, apoyando las manos en el suelo y elevando la cadera y un pie lo más alto posible. Para seguir jugando deberá esperar a que otro compañero pase por arriba de él y lo libere.
- **Mancha podadoras y regaderas:** seleccionamos algunos alumnos para ser “podadoras” y otros “regaderas”; el resto del grupo son flores. A la indicación de la docente todos deberán trotar y cuando las podadoras toquen a las flores, éstas deben acostarse en el suelo. Para seguir jugando tendrán que esperar a que las “regaderas” las salven.
- **Cazadores y mariposas:** seleccionamos a algunos alumnos que serán los encargados de manchar a sus compañeros, cada uno de ellos tendrá un aro y serán denominados “cazadores” y el resto del grupo serán las “mariposas”. A la orden de la docente las “mariposas” trotan por el espacio y los “cazadores” deben atraparlas con el aro. Una vez que fue atrapada, el cazador le deja su aro a la mariposa y de esa manera invierten roles, el cazador se convierte en mariposa.

### ACTIVIDADES DE DESARROLLO

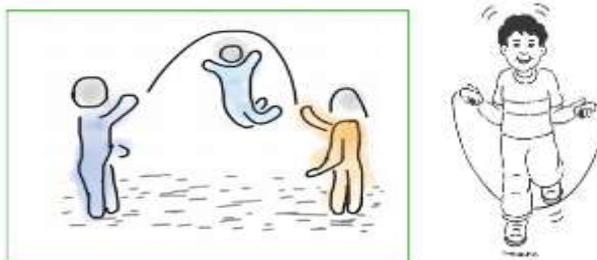
En este momento de la clase los alumnos realizarán actividades grupales e individuales que comprometan las habilidades motrices básicas, coordinativas y manipulativas, lateralidad y disociación segmentaria.

- **Rayuela:** para este juego será necesario dibujar en el suelo el gráfico que se muestra debajo, o se puede realizar con sogas, aros o cintas y una tapita de botella. Cada jugador deberá tener su ficha. El juego consiste en pararse al inicio de “la rayuela” y lanzar su ficha en el casillero N° 1. Deberá saltar ese casillero (sin

tocarlo) y avanzar (saltando) por todos los casilleros hasta llegar al final. De regreso se realiza el mismo recorrido y al llegar al casillero que tiene su ficha tendrá que tomarla y salir de “la rayuela”. En cada turno irá avanzando por los casilleros. El objetivo es finalizar el recorrido sin caerse y se puede realizar con uno o dos pies juntos.



- **Saltar la soga:** se toma la soga de los extremos, uno en cada mano. Se puede jugar de las siguientes maneras: Individual, en pareja o de a tres personas. Si es individual: \* contar cuantos saltos se dan con dos pies juntos, \* con un solo pie (derecho o izquierdo), \* alternando los pies, \* intentar trasladarse hacia adelante o atrás, \* trasladarse hacia los lados. En pareja se pueden realizar las mismas variantes. Para jugar de a tres: dos jugadores toman la soga (uno de cada extremo) y el tercero se ubica al medio de los mismos. Los compañeros de los extremos son los encargados de hacer girar la soga para que pueda saltar. Puede combinar los saltos con ambos pies, con uno solo o ir alternándolos.



- **Puntería:** para este juego se necesitan varios vasitos de plástico (con un poco de agua), pequeñas pelotitas de plástico o de papel recubiertas con cinta plástica, una mesa. Se colocan dos filas de vasos alternados en un extremo de la mesa y en el otro los jugadores con las pelotitas. El objetivo es lanzar las pelotitas intentando embocarlas dentro del vaso (sin que se caiga). Cada jugador tendrá 3 oportunidades por turno. Se puede dar un puntaje a cada vaso y así llevar un registro del juego. Para incrementar la dificultad: lanzar la pelotita contra la mesa para que rebote y luego entre dentro del vaso, alejar a los jugadores de la mesa.

- **Carrera de TA-TE-TI:** para este juego será necesario: un mínimo de 2 participantes, marcas que permitan armar el tablero ta-te-ti en el suelo (sogas, aros, bastones, etc.) y 3 fichas por jugador (cada uno deberá tener un objeto diferente). Se colocan los participantes a 5 m (aprox.) del tablero. Un jugador deberá salir corriendo a colocar su marca dentro del tablero y regresar, una vez que pasa la marca, es el turno del compañero. El objetivo es formar una línea recta con las 3 fichas ubicadas en diferentes cuadrados dentro del tablero. Para incrementar la dificultad: pueden participar los jugadores al mismo tiempo. Toman una ficha y corren juntos a ubicarla, y deben regresar a la marca a buscar la siguiente. Finaliza cuando un jugador que logra formar la línea.

### **ACTIVIDADES DE FINALIZACION.**

Al culminar la clase realizamos un juego grupal, “huevo podrido” y los alumnos se sientan en ronda. Seleccionamos a dos alumnos y se les entregará una pelota a cada uno. Deberán caminar por fuera de la ronda y le dejarán la pelota (en el suelo) a espaldas de un compañero cada uno. Éstos tendrán que agarrar la pelota y correr hasta intentar atrapar al compañero que se las dejó. El juego finaliza cuando el compañero que inicio la ronda se sienta en el lugar de él que lo perseguía.

**CONSULTAS:** Cualquier duda o inquietud pueden comunicarse vía mail al correo [stellazambruno@danteriocuarto.edu.ar](mailto: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.*