

### 1ª SESIÓN PRÁCTICA. ED. INFANTIL y ED. PRIMARIA.

Unidad didáctica: Juegos (sin material).	Sesión: 1ª.	Ciclo: 3º.	Área: Educación Física.
FASE	DESCRIPCIÓN		
<b>Información 5'</b>	<p style="text-align: center;">“El que no sabe lo que busca no entiende lo que encuentra”</p> <p>En esta parte de la sesión se indicarán a los alumnos/as los contenidos que se van a tratar en la misma. Es importante exponer de una forma clara, breve y motivante el objetivo general de la sesión. (En esta sesión se trabajará a través de juegos y tareas de reconocimiento. El objetivo es diagnosticar el nivel inicial del alumnado en los aspectos motrices)</p>		
	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>CONDUCTAS A ORIENTAR</b>	
<b>Animación 5'</b>	<p>* <b>“Cazadores y conejos”</b>: Pandan 2 o 3 personas. Deben coger a los demás, que estarán en “casa” (no podrán ser cogidos) si se abrazan a alguien.</p>	<p>No coger siempre al mismo. Cuando alguien es cogido, hay cambio de rol (el que es conejo pasa a ser cazador y viceversa)</p>	
<b>Parte principal 35'</b>	<p>* <b>“Atravesar la muralla”</b>: Pandan una persona en el medio de la pista. El resto de alumnado va cruzando y cuando son tocados por el que panda, pasan a ser miembros de la muralla. Así hasta que la totalidad de los alumnos/as sean parte de la muralla.</p> <p>* <b>“Los forzudos”</b>: Por parejas, realizar distintas habilidades de fuerza con varios segmentos corporales así como diversas inmovilizaciones.</p> <p>* <b>“Pelea de gallos”</b>: Lucha entre dos, en posición de cuclillas. Derribar al compañero (sin violencia).</p> <p>* <b>“Escape por el túnel”</b>: Los alumnos/as en círculo, con las piernas abiertas. Dos en el medio, uno escapa y otro pilla. El que escapa para salvarse pasará por debajo de las piernas de un alumno del círculo, y en ese momento el que pillaba, escapará, y al que le pasaron por debajo de las piernas, pasará a pillar.</p>	<p>Controlar la violencia y la agresividad. El objetivo es pasarlo bien.</p> <p>Entrar con cuidado por debajo de las piernas de los compañeros. Pueden hacerse daño.</p>	
<b>Vuelta a la calma 5'</b>	<p>* <b>“El baile del king kong”</b>: Colocados en fila, cogidos por la cintura, realizan este simpático baile. Cada vez van cogiendo a un compañero de más adelante, hasta que sea imposible realizar el baile. Se deben realizar <b>estiramientos</b> para finalizar la sesión.</p>	<p>Desinhibirse con el baile.</p> <p>Se centrarán los estiramientos en las zonas del cuerpo más trabajadas.</p>	
<b>Análisis de resultados 5'</b>	<p>Se comentan los problemas de la sesión: Actividades que resultaron más complicadas, más motivantes... Se recordarán los beneficios del trabajo de las capacidades físicas básicas, y en especial de la resistencia, que es la que se desarrolla principalmente en esta sesión, si bien de forma globalizada se trabajan también las demás.</p>		

- ❖ **Estilo de enseñanza:** Flexible y abierto del estilo de *Resolución de problemas y Descubrimiento guiado*.
- ❖ **Características de las tareas:** Juegos sin material.
- ❖ **Edades recomendables:** Toda primaria (adaptando nivel e intensidad a las características psicoevolutivas del alumnado). Algunas tareas pueden realizarse en último ciclo de infantil.
- ❖ **Nota:** Los juegos son actividades motivantes y desinhibidoras.