

# Ficha de clase subsector Educación Física | Bloque de 45 minutos

## FICHA N° 9 CUARTO BASICO

### OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA2)

Ejecutar juegos colectivos y crear estrategias con el apoyo del docente para resolver problemas en relación al tiempo, el espacio y el número de personas, por ejemplo, dar cinco pases sin que el equipo rival lo intercepte o sin que el objeto caiga.

### CONTENIDOS

Roles en el juego deportivo.  
Espacio, tiempo y roles durante el juego.  
Técnicas y tácticas de juego.

★★★  
★★  
★

	Descripción de la actividad	Descripción gráfica	Variaciones	
FASE DE INICIO	<b>Capacidad física abordada</b> <b>INICIO DE CLASES</b> 7 minutos Control de <b>Asistencia</b> . Preparación de los estudiantes para la ejecución de las diversas actividades. <b>Explicación</b> del docente de los objetivos de la clase.			
	<b>Materiales:</b> -1 cono por grupo.  <b>Entorno:</b> Espacio libre.  <b>Duración:</b> 5 minutos.	<b>Girando en círculo en un pie.</b>  Se divide al curso en varios grupos de 6 a 8 estudiantes formados en círculos, en posición de pie y abrazados. Se ubica un cono en el centro para señalar donde comienzan dando el giro. A la señal del docente, cada círculo debe realizar una ronda, intentando completar el giro en un pie sin que ninguno de sus integrantes apoye ambos pies en el suelo.		- Cambios de dirección. - Tomados de las manos.
FASE DE DESARROLLO	<b>Materiales:</b> - 12 conos. - 1 juego de petos para cada equipo.  <b>Entorno:</b> Espacio delimitado por conos.  <b>Duración:</b> 10 minutos.	<b>Atrapando y evitando ser atrapado en grupos.</b>  El curso se divide en 3 grupos: zorros, gallinas y culebras. Cada grupo tiene una zona de arresto delimitada con 4 conos. Los zorros deben atrapar a las gallinas, las gallinas a las culebras y las culebras a los zorros. El que es cazado, es acompañado por su cazador hasta su zona de arresto donde permanece en un pie; puede ser liberado cuando un compañero le toque la mano. Gana el equipo que reclute la mayor cantidad de estudiantes.		- Atrapar y arrancar en parejas. - Desplazarse en un pie.
	<b>Materiales:</b> No requiere.  <b>Entorno:</b> Espacio libre.  <b>Duración:</b> 5 minutos.	<b>Pasando al otro lado cortando la cadena humana.</b>  Los estudiantes se distribuyen en 2 grupos. Un grupo se ubica al centro de la cancha, todos tomados de las manos, uno al lado del otro. El otro grupo se coloca en el extremo y ante la señal del docente, se desplazan corriendo hasta el centro intentando cruzar al otro lado tratando de cortar la cadena que forman sus compañeros. Cada 30 segundos se cambian roles.		- Hacerlo en tríos, 2 se toman, 1 trata de pasar. - Los que cortan cadenas en un pie.
FASE FINAL	<b>Materiales:</b> - 8 conos. - 1 balón cada 2 equipos.  <b>Entorno:</b> Espacio libre.  <b>Duración:</b> 10 minutos.	<b>Mini Rugby I.</b>  Los estudiantes se distribuyen en 4 equipos. El espacio se divide en 2 canchas, ubicándose 2 equipos en cada lado con un balón. Cada extremo de las canchas tiene una zona donde se marcan los puntos. El juego consiste en pasarse la pelota con las manos, pero el pase se realiza solamente hacia atrás o para el lado; el equipo que no tiene el balón puede interceptarlo sólo en el aire. Para anotar el punto deben dejar el balón en la zona marcada por los conos.		- Mínimo 5 pases antes de anotar. - No dar pase a quien lo entregó.
	<b>Materiales:</b> No requiere.  <b>Entorno:</b> Espacio libre.  <b>Duración:</b> 5 minutos.	<b>Flexionando el tronco con el compañero.</b>  Los estudiantes ubicados en parejas libremente en el espacio, sentados frente a frente, con las piernas separadas y extendidas, tomados de las manos. Uno de ellos debe apoyar la planta de los pies a la altura de los tobillos del compañero. El que tiene los pies apoyados en los tobillos debe llevar suavemente al compañero hacia su puesto, traccionándolo desde las manos; mantener esa posición por 30 segundos. Luego cambian de rol.		- De manera individual. - Traccionar con una sola mano hacia una extremidad inferior.
<b>FINALIZACION DE LA CLASE</b> 3 minutos Disposición del grupo para el término de las diversas actividades. Evaluación de la clase, higiene e hidratación para la continuación del estudiante en su jornada.				

Componentes de la Educación Física abordados:



Observaciones del profesor:

---



---



---



---