

SESIÓN:

CICLO: 1º Y 2º CICLO

CURSO: 1º, 2º, 3º Y 4º CURSO

OBJETIVOS

- ✓ Resolver problemas motrices de agilidad.
- ✓ Experimentar situaciones de agilidad.
- ✓ Fomentar hábitos de cooperación y orden.

MATERIALES

- ✓ Pelotas blandas.
- ✓ Aros.

PARTE INICIAL

- ✓ **JUEGO: “EL DAO ARRUGAO”.** Tres alumnos la ligan y tratan de dar a los demás que huyen por toda la pista. Al que dan se la liga y el que es dado se arruga (se coloca de rodillas, mano sobre el suelo y cabeza agachada), esperando que otro lo salte y así le deje libre para volver a incorporarse al juego.
- ✓ **Variante:** en vez de arrugado hacer el puente en 4 apoyos y libran pasando por debajo.

PARTE PRINCIPAL

- ✓ Parejas con una pelota:
- ✓ Pases libremente entre la pareja.
- ✓ Uno tendido boca abajo, el otro enfrente lanza el balón al aire; el que está tendido ha de levantarse rápido y atrapar el balón tras el primer bote.
- ✓ Lo mismo lanzando el balón al aire y atrapándolo antes de botar.
- ✓ Idem tendido supino.
- ✓ Idem de rodillas.
- ✓ **JUEGO: “LAS MADRIGUERAS”.** Parejas con un aro cada uno repartidos por el espacio. Uno sujeta el aro verticalmente apoyando en el suelo (madriguera) el otro de pie, a la señal los que están de pie pasan por el aro de su pareja, luego buscan otro de otra pareja, pasan por él y terminan pasando por el suyo otra vez. Cambio de rol.
- ✓ **JUEGO: “EL PERRO ASUSTADO”.** En un círculo se coloca media clase en las piernas abiertas, la otra mitad (perro) se sientan delante de cada uno de ellos. Al sonar un pitido, los perros se asustan y pasan por debajo de las piernas de su compañero, dan una vuelta alrededor del círculo y se vuelven a meter entre las piernas, sentándose en su sitio original a la vez que da una palmada. Cambio de rol.
- ✓ **Variante:** ir variando las distintas formas de desplazarse antes de pasar entre las piernas del compañero.
- ✓ **Variante:** variar las distancias entre los que conforman el círculo.
- ✓ **Variante:** a la señal, los alumnos que están agachados tratan de dar la vuelta mientras los que están de pie se pasan el balón dando dos vueltas al círculo; ¿quién consigue llegar a su sitio antes de que el balón de las dos vueltas? ¿Y con una sola vuelta?

VUELTA A LA CALMA

- ✓ **JUEGO: “ENTRADA TRIUNFAL DEL CESAR”:** Se recoge el material esparcido por el campo y se deposita sobre el suelo, se origina un desfile hasta el almacén .El César va saludando, la tropa coge los materiales y las riquezas conquistadas.