

SESIÓN: MOVIENDO EL CUERPO

CICLO: 2º

CURSO: 3º y 4º

OBJETIVOS

1. Movimiento a estructuras rítmicas: lento, rápido, elevación.
2. Velocidades diversas.

MATERIALES

Pandero, pelotas, aros, pista polideportiva

PARTE INICIAL

- Andar libremente por el espacio. A la señal aumentar o disminuir la velocidad.
- Ídem pero a cada señal doble, se disminuye la velocidad.
- Moverse libremente por el espacio según el ritmo marcado con el pandero.

PARTE PRINCIPAL

- Parejas: seguir al compañero.
- La película en el video: realizar únicamente los gestos de una acción de película conocida y propuestas por los alumnos a diferentes velocidades.
- Toco y no me tocan: tratar de tocar a todos los demás y que a mí no me toquen.
- Seguir el ritmo marcado por el pandero:
 - Primero andando, corriendo.
 - Segundo, gestos con las manos, pies.
- Botar la pelota libremente y saltar a su ritmo, luego el ritmo de bote seguirá siendo el que se marque con el pandero, cambiar de mano en el bote.
- Lanzar una pelota al aire y recepcionarla. Lanzar siguiendo el ritmo marcada. Saltar a cogerla en el aire.
- Correr, pisando el interior de los aros con uno y dos pies.
- JUEGO: "NOMBRE CON PELOTA"

En círculo, uno lanza la pelota al aire diciendo un nombre, el nombrado la coge y dice otro nombre.

El que deje caer el balón, se le apunta un chino.

VUELTA A LA CALMA

EL MOSCON:

Uno se pone de espaldas a los demás, es tocado y tiene que adivinar quien ha sido.

COMENTARIO DE LA SESIÓN