

## SESIÓN: COORDINACIÓN ÓCULO-MOTRIZ

CICLO: 3º

### OBJETIVOS

- Lanzar con precisión a blancos fijos o móviles con las manos y con los pies.

### MATERIALES

- Pelotas blandas

### PARTE INICIAL

- **JUEGO. “TOCADO CON PELOTAS”.** Dos grupos. En un grupo cada alumno tiene una pelota, persigue a los alumnos/as del otro grupo hasta tocar a todos con la pelota. Las pelotas serán suaves y quedará limitado la zona de contacto al tronco y extremidades inferiores.
- ✓ **Variante:** permitimos que los alumnos puedan lanzar la pelota.

### PARTE PRINCIPAL

- **JUEGO: “INVADIR EL CAMPO”.** Dividimos la clase en dos grupos, situados en los extremos de la pista, enfrentados. Cada alumno dispondrá de una pelota blanda. En el centro pondremos dos pelotas de mayor tamaño. A la señal, los alumnos intentarán golpear con su pelota las pelotas del centro intentando que avancen al campo contrario. Se podrán recoger las pelotas que lanza el otro equipo debiendo ir a la línea pactada para poder lanzar. Gana el equipo que consiga llegar hasta la zona marcada.
- ✓ Adaptamos la dimensiones del campo y la zona de lanzamiento a las características de nuestros alumnos.
- **PAREJAS:** uno de la pareja lanza la pelota hacia arriba y el otro intenta golpearla lanzando la suya. El lanzamiento será en vertical, rodando, botando...
- **JUEGO: “GUERRA DE BALONES”:** Cada grupo lanzará las pelotas al otro campo durante un tiempo determinado. Será ganador el grupo que tenga menos pelotas al finalizar el tiempo.
- ✓ Los lanzamientos se realizarán con las partes del cuerpo que se vayan indicando, procurando en todo momento que la pelota vaya rondando para evitar posibles problemas.
- **JUEGO: “TIRO AL BLANCO”.** Dos grupos. Cada alumno con una pelota. Lanzamientos desde distintas posiciones ya fijadas (desde fuera del área) para intentar golpear los postes y larguero de las porterías de balonmano, con las manos y con los pies. Se irán contando en voz alta los aciertos y cuando lleguen a 10 tendrán un punto. Gana el equipo que consigue 3 puntos.

### VUELTA A LA CALMA

- Todos en un gran círculo y sentados. Un niño sale al centro intentando hacer reír a los demás mediante muecas, gestos, cantando... el que se ríe sale al centro cambiando los papeles.

