

SESIÓN: PINZAS

CICLO: 1º, 2º Y 3º.

OBJETIVOS

- Desarrollar las habilidades físicas básicas.
- Facilitar la colaboración-oposición en la realización de tareas.
- Respeto por las normas establecidas.

MATERIALES

- Pinzas.
- Aros.
- Conos.

PARTE INICIAL

- “A QUITAR COLITAS”:
- **TERRENO:** pista polideportiva.
- **ORGANIZACIÓN:** individual, cada alumno/a con una pinza.
- **DESARROLLO:** Los alumnos se colocan la pinza enganchada en el pantalón, a modo de “colita”. Se distribuyen libremente por el espacio. A la señal deberán intentar quitar las pinzas a los demás compañeros. Cuando quiten una pinza a un compañero se pondrán de rodillas para colocarse la pinza al lado de la que ya tienen. Pueden tener tantas pinzas como puedan; si un jugador no tiene ninguna también puede seguir jugando.
- ✓ **VARIANTE:** dotaremos a cada jugador con tres pinzas que se colocarán donde el profesor vaya diciendo, en distintas partes corporales; jugaremos todos contra todos, de manera que cada jugador intentará coger, en un tiempo establecido el mayor número de pinzas posibles que llevará en la mano. Cuando el tiempo finalice, cada alumno volverá a tener sus tres pinzas, que se colocarán en las extremidades superiores, inferiores, delante del cuerpo, en la parte de atrás... siempre visibles.

PARTE PRINCIPAL

- “**PAREJAS**”: cada pareja con tres pinzas. Uno de los componentes se coloca las pinzas de cintura hacia arriba de su cuerpo. A la señal, el otro jugador intentará quitárselas, de una en una y sin poder agarrar al compañero.
- ✓ Cambio de papeles al cabo de un minuto o el tiempo que estimemos.
- Idem que el ejercicio anterior, ahora dejaremos que los alumnos se pongan las pinzas en el tren inferior.
- “**PAREJAS CONTRA PAREJAS**”:
- Igual que los ejercicios anteriores que realizamos en individual los realizaremos ahora pareja contra pareja.
- “**GRUPOS**”:
- Agrupamos parejas y formamos distintos grupos que jugarán a los mismos juegos entre sí.
- ✓ Podemos variar las formas de desplazamientos en todos los juegos que realizamos, modificando algunas normas, sobretudo el espacio en el que se pueden mover; así lo haremos corriendo, con los pies juntos, en cuadrupedia, sentados si el terreno lo permite...

- Relevos:
- ✓ Dejando pinzas en sitios determinados (líneas, aros...).
- ✓ Poniendo pinzas al compañero (situaremos a los alumnos en dos líneas), el que sale le pone la pinza a un compañero, cuando está puesta, éste sale y se la pone al que está enfrente... así hasta que todas estén puestas.

VUELTA A LA CALMA

- “ ENCESTANDO...”: Los mismos grupos. Situados en una línea, los componentes de los mismos han de encestar sus pinzas en un cubo o en un aro que pongamos a modo de canasta. Una vez que cada jugador haya terminado irá al aseo personal.