

## DESPLAZAMIENTOS

### **1.- OBJETIVOS:**

- Desarrollar y mejorar los desplazamientos libres y naturales ( marcha, carrera, cuadrupedia, etc ) en situaciones de juego.
- Mejorar la coordinación de las formas básicas de desplazamientos, así como los mismo con objetos y materiales.
- Combinar desplazamientos con otras habilidades básicas.

### **2.- CONTENIDOS:**

#### - *CONCEPTOS:*

- Desplazamientos básicos: marcha, carrera, cuadrupedia, ...
- Desplazamientos habituales y no habituales.

#### - *PROCEDIMIENTOS:*

- Realizar desplazamientos con diferentes materiales.
- Desplazarse por un circuito de obstáculos.
- Realizar relevos con distintos tipos de desplazamientos.
- Ejecución de nuevas formas de desplazamientos.

#### - *ACTITUDES:*

- Interés por mejorar sus habilidades locomotoras.
- Valoración y disfrute del trabajo en equipo.
- Aceptar ls distintos niveles de destreza.

### **3.- CRITERIOS DE EVALUACIÓN:**

- Ejecuta con soltura diversos desplazamientos.
- Realiza una variedad de desplazamientos coordinando brazos y piernas.
- Colabora en la preparación de un circuito.
- Coordina los desplazamientos en grupo.
- Se desenvuelve con soltura en los juegos motores.

**OBJETIVOS:**

- Experimentar diferentes formas de desplazamientos.
- Desplazarse de diferentes formas por el espacio conocido y desconocido.

**MATERIALES:** conos, picas**CALENTAMIENTO**

1.- Calentamiento estático y dinámico.

**PARTE PRINCIPAL**

1.- Varios apoyos.

Explicamos a los alumnos qué significa 1, 2, 3 y 4 apoyos. Caminamos libremente sobre esos apoyos.

2.- “ Moviola loca “.

Toda la clase en la línea de medio campo mira hacia una de las líneas del fondo. Se trata de llegar a una de las mismas pero no se sabe a cuál de las dos se va a llegar. Cuando pita el maestro todos salen corriendo a llegar al fondo, y el profe trata de pitar antes de que llegue alguno. Al oír el silbato tienen que correr en sentido contrario. Así sucesivamente.

Gana quien llegue más veces al final.

3.- “ Bolita “.

Se la quedan varios alumnos que tratan de pillar al resto. Los pillados se colocan en bolitas esperando que otro les salte y les salve.

4.- Por parejas, desplazarse:

- Cogidos de una mano.
- Cogidos por las dos manos.
- Cogidos de espaldas.
- A caballo.
- A carretilla.

5.- Por grupos, relevos:

- Ir de frente, volver de espalda.
- Al revés.
- Ir y volver a pata coja.
- Correr lateralmente cruzando las piernas.
- Relevos con testigos.

6.- Por grupos, carreras:

- El tren: carrera cogidos de las cinturas de los compañeros.
- Ciempiés: agarrados por la cintura inclinados hacia delante con la cabeza entre las piernas del compi. Avanzar moviendo las piernas al mismo tiempo.
- En fila agarrando las piernas del de delante.
- Un componente de cada equipo recorre con una pica entre las piernas ( a modo de bruja ) una distancia de ida y vuelta marcada por un cono.
- Se trata de pasar la pica por detrás de la cabeza hasta que llega al último. Éste pasa a ser el primero y vuelve a pasar la pica. Así sucesivamente.
- Desplazarse a modo de muletas con las dos picas.

**VUELTA A LA CALMA**

1.- dos grupos. Uno forma un círculo y el otro se pone detrás ( perros ). Un alumno hace de cazador y se coloca en el medio. Los perros a gatas entre las piernas de los que están de pie. El cazador tiene que tocar la cabeza de los perros y estos intentar que no les de. Tienen que ladrar.

**UNIDAD DIDÁCTICA:** DESPLAZAMIENTOS

**SESIÓN N° 2**

**OBJETIVOS:**

- Realizar desplazamientos en diferentes situaciones y posturas.

**MATERIALES:** Aros y pañuelos

**CALENTAMIENTO**

- 1.- calentamiento estático y dinámico de banda a banda.
- 2.- “ Cara o cruz “.

**PARTE PRINCIPAL**

- 1.- “ Carreras sobre compañeros”.

Los grupos se tumban boca abajo e hilera y numerados. Al decir un número, el alumno salta hasta el 6, regresa hasta el 1 y vuelve a su sitio.  
Gana quien más puntos consiga.

- 2.- “ Carreras de zig – zag “.

Los mismos grupos en hilera separados unos 2 metros. A la señal, el último sale corriendo en zigzag por los compañeros hasta llegar al primero. Así sucesivamente hasta llegar al lugar indicado.

- 3.- “ El pañuelito “.

- 4.- “ “ Arco del triunfo “.

Cada grupo se coloca de la siguiente manera: Por parejas, agarradas de las manos formando un arco del triunfo. A la señal, los dos últimos se sueltan y pasan por debajo hasta colocarse los primeros. Así sucesivamente hasta llegar al lugar indicado.

- 5.- “ La pescadilla “.

**VUELTA A LA CALMA**

- 1.- El teléfono.

**OBJETIVOS:**

- Realizar desplazamientos en diferentes situaciones y posturas.

**MATERIALES:** Aros y pañuelos**CALENTAMIENTO**

1.- Estático y dinámico de banda a banda.

2.- “ Tiburones y sardinas “.

Dos tercios de los alumnos son sardinas y el resto tiburones. Los tiburones llevan un pañuelo y tienen una cueva. Las sardinas pueden meterse en los aros ( la mitad de aros que de sardinas ) un máximo de 10 segundos. Las sardinas pueden ser liberadas si les tocan. Si una sardina entra en un aro ocupado, la que está dentro debe salir.

**PARTE PRINCIPAL**

1.- “ A casita que llueve “

Todos los niños/as se desplazan libremente entre los aros sin pisarlo ni entrar dentro de ellos. A la seña “ a casita que llueve “ buscan ocupar cada uno un aro. Los dos que se queden sin él seguirán jugando, formando pareja y cogidos de la mano debiendo introducirse en el mismo aro cuando se vuelva a dar la seña. Se van quitando aros, de manera que dos niños quedan fuera y formarán otra pareja. En el caso de que una pareja se quede sin aro se unirán al otro niño formando un trio.

2.- Formamos varios grupos y delante de cada uno, una fila de aros.

- Correr por el interior de los aros.
- Correr por el interior de los aros elevando rodillas.
- Igual pero elevando talones a los glúteos.
- Igual con movimiento de brazos adelante.
- Correr sin doblar las rodillas y levantando las piernas.
- Saltar lateralmente en cada aro.

Desplazarse de espaldas.

- Saltar con los pies dentro de los aros y con las piernas fuera de ellos.
- Ir a la pata coja.
- Ir a cuadrupedia manos y pies dentro de los aros.
- Igual pero manos dentro y pies fuera.

3.- “ Buscar casa “.

La mitad de la clase se coloca con las piernas abiertas ( casas ) dispersos por el espacio.

La otra mitad se colocan alrededor de ellos. Hay una “ casa “ menos. A la seña, cada uno de los que está alrededor intentará meterse en una casa.

Cada uno tiene tres vidas y si las pierde paga una prenda.

4.- “ Aro corredizo “

Se trata de ir pasando el aro a lo largo del corro sin utilizar las manos, para ello emplearán otras partes del cuerpo y de sus compañeros

**VUELTA A LA CALMA**

1.- “ Cesta de frutas “.

Se forma un círculo con los aros y cada niño se mete en un aro, excepto uno que se coloca en el medio.

A los alumnos se les asigna el nombre de una fruta intentando que no queden juntas dos iguales. El del centro dirá el nombre de una fruta y los que sean de esa, deberán cambiarse de sitio. El del centro intentará ocupar uno de esos sitios.

Si el del centro dice “ cesta de frutas “, cambian todos de sitio.