

UNIDAD DIDÁCTICA: Lanzo y recojo.
CICLO: Primero **NIVEL:** Primero / Segundo

TEMPORALIZACIÓN Segundo

1ª semana. Sesiones:1-2.	4ª semana. Sesiones:7-8
2ª semana. Sesiones: 3-4	5ª semana. Sesiones:9-10
3ª semana. Sesiones: 5-6	

OBJETIVOS DIDÁCTICOS:

1. Mejorar la coordinación oculo-manual.
2. Interiorizar mediante la práctica la posición del cuerpo en el lanzamiento y la recepción
3. Mejorar la percepción espacio-temporal, de velocidad y trayectoria de un objeto.
4. Movilizar con seguridad y eficacia los segmentos necesarios para la correcta ejecución de una tarea.
5. Interiorizar la importancia de conocer y cumplir las normas de los juegos
6. Interés por superar la propia competencia motriz
7. Propiciar actitudes de colaboración y respeto entre los miembros del grupo-clase

CONTENIDOS

conceptos	procedimientos	Actitudes
Coordinación oculo-manual. Percepción espacio-temporal. Percepción de trayectoria y velocidad de diferentes objetos. Habilidades perceptivo-motoras.	Juegos motrices de lanzamientos y recepciones con diferentes objetos. Tareas motrices en diferentes situaciones de velocidad y trayectoria.	Interés por manipular y conocer objetos diferentes (lanzamientos y recepciones). Reconocimiento de la importancia de conocer y cumplir el objetivo, las normas y los roles a desempeñar. Sentido de colaboración con los compañeros. Actitud de respeto hacia los compañeros y su nivel de competencia motriz. Afán de superación del propio nivel de destreza.

METODOLOGÍA

1. Con carácter general:
 Enfoque globalizador. Desarrollo de la Unidad de forma coordinada con el resto de áreas del currículo.
 Priorización de la actividad física y de la práctica. Relacionar en la presentación de los juegos, los contenidos que en los mismos se trabajan con contenidos propios del área de Conocimiento del Medio.
 Partir de los conocimientos y destrezas previas de los alumnos (aprendizaje

significativo)

Valoración del área como *espacio* de sociabilización de los alumnos

2. En las sesiones de trabajo:

Mando directo.

Asignación de tareas

Descubrimiento guiado

Búsqueda

ACTIVIDADES. Secuencia.

Sesiones : 6 sesiones. Al finalizar se repetirán las sesiones otra vez.

RECURSOS:

Rollos papel higiénico

Globos

Aros

Balizas de señalización

Petos

Balones

Casette

Fichas de trabajo

Pelotas

Bancos suecos

EVALUACIÓN:

Criterios de evaluación de la Unidad

OBSERVACIONES:

Esta Unidad tiene como objetivo prioritario, aprovechar las posibilidades motrices y educativas de las actividades jugadas para la adquisición y/o afianzamiento de los contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales de los distintos bloques de contenidos. Resulta obvio que el juego es el medio más eficaz para desarrollar los contenidos propios del área de Educación Física en la Educación Primaria, y muy especialmente en su Primer Ciclo. La aportación que, por tanto, hace esta Unidad es la de trabajar los lanzamientos y las recepciones fundamentalmente priorizando los juegos motrices sobre las actividades específicas.

**EDUCACIÓN PRIMARIA. PRIMER CICLO. UNIDAD LANZO Y RECOJO.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

Habitualmente comprende las normas de los juegos (objetivos, reglas, roles, espacios, uso de materiales,...)																				
Cumple las normas de los juegos motrices																				
Se desenvuelve con eficacia. Aplica las habilidades motrices con seguridad en situación de juego real																				
Colabora con los compañeros																				
Respeto el nivel de competencia motriz de los compañeros																				
Trata de superarse y de mejorar su nivel de destreza.																				
Lanza diferentes objetos según peso y trayectoria (*)																				
Normalmente es capaz de recepcionar objetos diferentes (*)																				
Tiene una buena coordinación oculo-manual (*)																				
Tiene una buena estructuración espacio-tiempo (*)																				
Responde eficazmente a estímulos auditivos y visuales (*).																				

(*) Estos criterios de evaluación han de validarse en la práctica del conjunto de juegos motrices propuestos en la Unidad .

Unidad didáctica: **Lanzo y Recojo.**

Sesión nº: 1-7

Nivel: **1er Ciclo**

Aspecto trabajado: Lanzamientos y recepciones.

Material: Balones

Explicación de la Actividad	Gráfico	Grupos	Tiempo
<p>Presentación del grupo:</p> <ul style="list-style-type: none">. <u>J."El apaga fuegos.</u> <p>. <u>Circuito humano. Realizar relevos en grupos con desplazamientos diferentes. Por debajo de las piernas, a saltos, a gatas, etc...</u></p>		Grupo	20'
<p>Parte principal</p> <ul style="list-style-type: none">. <u>Familiarización con los balones.</u>. <u>Relevos individuales:</u> Se delimita un recorrido entre dos conos. Se hace una fila con los niños, cada uno lleva un balón. Trabajamos:<ul style="list-style-type: none">. rodar balón con cabeza, manos, rodillas.... bote con las dos manos.. llevar balón con pies.. <u>J."La patata caliente"</u>. Situados en círculo nos vamos pasando el balón, cada vez vamos metiendo más balones hasta que se le junten a alguien.		Grupo	20'
		Grupo	10'
<p>Vuelta a la calma</p> <ul style="list-style-type: none">. <u>J" A encestar"</u>: Por parejas uno pone los brazos en forma de canasta y el otro trata de encestar.		Grupo	5'

Unidad didáctica: **Lanzo y Recojo.**

Sesión nº: 2-8

Nivel: **1er Ciclo**

Aspecto trabajado: **Habilidades y destrezas.**

Material: **Aros**

Explicación de la Actividad	Gráfico	Grupos	Tiempo
Presentación del grupo: . <u>J. "Palomillas y Gavilanes".</u>		Grupo	10'
Parte principal: . <u>Familiarizarse con el aro.</u> . <u>Individual:</u> . Conducir el aro donde se vaya diciendo. . Saltos dentro y fuera.		Individ.	10'
. <u>Por parejas:</u> . Uno pilla a otro. . Lanzo y arrastro y el otro salta dentro.		Parejas	10'
. A encestar en el otro. . <u>J" de la silla"</u> pero con el aro, sin eliminar.		Grupo	10'
Vuelta a la calma: . Intentar elevar el aro con los pies en posición de sentado.		Parejas	10'

Unidad didáctica: **Lanzo y Recojo**

Sesión nº: 3-9

Nivel: **1er Ciclo**

Aspecto trabajado: Lanzamientos y recepciones

Material: Rollos de papel higiénico y cassette.

Explicación de la Actividad	Gráfico	Grupos	Tiempo
<p>Presentación: (Cuando hay actividad hay música).</p> <ul style="list-style-type: none">. <u>"Rodamos el papel"</u>: Cada niño con un rollo de papel lo desplazan por el espacio de diferentes formas.. <u>"Al robo del rollo"</u>. Según vamos por el espacio desplazándolo intentamos quitárselo al compañero. Igual con el pie.. <u>"Golpeo -rollo"</u>: Golpeamos el papel con diferentes partes del cuerpo: con manos, codos, espalda..... Parte principal:<ul style="list-style-type: none">. <u>"Los cometas"</u>. Por parejas lanzamos el rollo al compañero de diferentes formas, soltamos un poco de papel y parece un cometa.. <u>Lluvia de papeles</u>: Intentar elevar los papeles sin que caigan al suelo.. <u>"Las momias"</u>: Por parejas enrollamos al compañero con el papel que parezca una momia. Cambio de papeles. Después al ritmo de la música se intenta quitar el papel individualmente (no vale utilizar las manos). <p>Vuelta a la calma</p> <ul style="list-style-type: none">. Recogida de papeles.		Grupo	10'
		Grupo	10'
		Parejas	10'
		grupo	5'
		Grupo	10'

Unidad didáctica: Lanzo y Recojo

Sesión nº: 4-10

Nivel: 1er Ciclo

Aspecto trabajado: Lanzamientos y recepciones.

Material: Balones

Explicación de la Actividad	Gráfico	Grupos	Tiempo
<p>Presentación:</p> <p>. J "El semáforo": Nos desplazamos por el espacio, a la señal los alumnos tendrán que:</p> <ul style="list-style-type: none">- Rojo: parar.- Ámbar: andar despacio.- Verde: correr. <p>. J "<u>Los zorros y las gallinas</u>".</p>		Grupo	10'
<p>Parte principal</p> <p>.J. "<u>lluvia de balones</u>": Todos con balón (sino por parejas), se desplazan por todo el espacio. A la voz "lluvia de balones" lanzan los balones al aire y cogen otro.</p> <p>. Distribuidos por el espacio nos pasamos el balón de diferentes formas.</p> <p>. "<u>j pies quietos</u>."</p>		Grupo	30'
<p>Vuelta a la calma</p> <p>. " J.A juntar balones": En círculo se van pasando balones, se van introduciendo más hasta que alguien tenga 2.</p>		Grupo	10'
		Grupo	10'

Unidad didáctica: Lanzo y recojo.

Sesión nº: 5-11

Nivel: 1er Ciclo

Aspecto trabajado: lanzamientos

Material: Bancos suecos.

Explicación de la Actividad	Gráfico	Grupos	Tiempo
<p>Presentación:</p> <ul style="list-style-type: none">Caminar por todo el espacio sin chocar, trotar y por último correr.Correr por el espacio y a la señal agruparse en una zona.<u>J. Las Posiciones</u>: Todos corren y a la señal adoptan la postura que se indique: de pie, sentados, pata coja, de rodillas... <p>Parte principal</p> <ul style="list-style-type: none">Los bancos se colocan en hilera:<ul style="list-style-type: none">Pasan por debajo.Por encima.Un pie encima otro en sueloPies encima, manos sueloArrastrándoseArrastre de espaldas.CuadrupediaDe pie: andar, correr, saltarLibre<u>"Afina tu puntería"</u>: Encima de los bancos colocamos objetos y los niños tienen que darles.Vuelta a la calma:<u>"J.El escultor"</u>: Por parejas, un alumno modela a otro buscando posiciones de equilibrio.		Grupo	10'
		Grupo	15
		Grupo	15'
		Grupo	10'
		Parejas	

Unidad didáctica: **Lanzo y Recojo**

Sesión nº: 6-12

Nivel: **1er Ciclo**

Aspecto trabajado: Lanzamientos y recepciones

Material: Balones

Explicación de la Actividad	Gráfico	Grupos	Tiempo
<p>Presentación:</p> <p>. <u>"J. el circo"</u>: En el circo un día un..... que hacía así.</p> <p>. <u>"Policías y ladrones"</u>: "Dos equipos unos son polis y tiene que ir a por los ladrones, los van metiendo en una zona. Si algún ladrón libre toca a uno preso se salva.</p> <p>. Parte principal:</p> <p>. <u>"Familiarización con el balón"</u>.</p> <p>. <u>"J. El Quemao simple"</u>: dos tiran a dar a resto. (a velas).</p> <p>. <u>"J. Pies quietos"</u></p> <p>Vuelta a la calma</p> <p>. <u>"J. La puntería"</u>: se ponen objetos para que los alumnos los tiren con los balones.</p>		<p>Grupo</p> <p>Grupo</p> <p>Grupo</p> <p>Grupo</p>	<p>10'</p> <p>10'</p> <p>30'</p> <p>10'</p>