



MOTRICIDAD

Iniciamos nuestra sesión de motricidad con ejercicios de calentamiento muscular.

1. Posición de pie, realizar movimientos de brazos consecutivamente.
2. Posición de pie y las piernas separadas flexionar el tronco tratando de tocar la punta de los pies flexionando un poco la rodilla.
3. Posición de pie, levantar una pierna a la altura de la cabeza, alternar con la otra pierna mediante un pequeño impulso.
4. Continuamos nuestra sesión para lo cual necesitamos los siguientes materiales.



pelotas



conos



aros



llantas

- Formamos varios equipos de 3 integrantes cada uno.
- Participan en diferentes juegos. Primer juego: Balón Torre.
- Trazamos el campo y los círculos como se muestra en la figura.
- Elegimos un capitán que se colocará en el círculo del equipo contrario.
- Los otros dos jugadores se colocarán en el campo contrario al del capitán.
- Cada pelota que llega a las manos del capitán es un punto a favor.



Segundo juego "Bata"

- Dibujan en el patio un pentágono (figura geométrica).
- Formamos dos equipos (bateadores, corredores) y los (lanzadores y receptores).
- Los bateadores se ubican en una de las esquinas que será el punto de partida.
- El equipo contrario será distribuido libremente en el terreno de juego, intentando recuperar la pelota para hacerla llegar a su lanzador que se encuentra en el círculo de lanzamiento.

SEXTO DE PRIMARIA

EDUCACIÓN FÍSICA