

EL SALTO

PRIMER CICLO



OBJETIVOS

- Mejorar la coordinación ojo-pie (óculo-pédica).
- **SALTAR** - Mantener el equilibrio al realizar un salto.
- **DESPLAZARSE** - Avanzar en el espacio desplazándose a través del salto.

COMPETENCIAS

- SER CAPAZ DE...
- realizar el salto con precisión, finalizándolo sin perder el equilibrio.
 - moverse en el espacio utilizando el salto como modo de desplazamiento.

REALIZACIÓN DE...

SALTOS EN EL SITIO

SALTOS CON DESPLAZAMIENTOS

1 y 2 pies

2 pies

1 y 2 pies

1,2 pies + combinado

		SESIÓN 1	SESIÓN 2	SESIÓN 3	SESIÓN 4	
CALENTAMIENTO	ACT.	TWISTER	LOS ANIMALES	LA SOMBRA	EXPLOTA GLOBOS	
	ORG.	Varios grupos. Espacio grande.	Gran grupo. Gran espacio.	Por parejas. Espacio grande.	Gran grupo. Gran espacio.	
	MAT.	Varios juegos del Twister (pueden estar hechos por el maestro).	Tarjetas con dibujos de animales por 3: rana, canguro, caballo...		Globos y cordones o cuerdas finas.	
	DES.	Jugar por grupos al juego del Twister. El que caiga no queda eliminado.	Se repartirán las tarjetas y las parejas de animales deberán encontrarse por la representación del animal.	Por parejas uno deberá coger al otro del hombro y ser su sombra. Le imitará si camina, va a para coja, salta...	Se atarán un globo al pie y tenderán que reventar, a pisotones, el del compañero. Gana quien conserve su globo.	
	VAR.	-El que caiga queda eliminado.	-Habrá 3 de cada animal.	-Se hará por tríos.	-Por parejas agarradas del brazo.	
DESARROLLO	ACT.	SALTO DE LADRILLOS	TIERRA, MAR Y AIRE	LAS OLAS DE MAR	CUATRO ESQUINAS	
	ORG.	3 equipos. Espacio libre.	Gran grupo. Delimitar tres áreas: Tierra, mar y aire.	3 grupos. 3 espacios.	5 equipos de 5 personas. 5 espacios.	
	MAT.	Ladrillos de plástico.	Tizas o cuerdas para delimitar el área.	3 cuerdas.	Conos y tizas para delimitar 5 espacios en forma de cuadrado.	
	DES.	Cada equipo salta su torre de ladrillos, quien la tire se elimina. Gana quien elimine menos.	Cada área tendrá un nombre, deberán ir a la que se nombre con pies juntos y sin errar o eliminados.	Dos jugadores simularán las olas con la cuerda, el resto deberán saltar la cuerda cogiendo carrerilla.	4 niños ocupan 1 esquina. El 5º pasa al centro. Hay que cambiar de esquina sin que el del centro te quite el sitio.	
		VAR.	-Aumentar el número de ladrillos. -Variación con pies juntos, 1 pie...	-Saltarán con pies juntos, marcha atrás.	-Saltar con pies juntos, pies separados o un pie.	-Variar el tipo de carrera: con 1 pie, combinando uno u otro...
	ACT.	CAZA DE LAZOS	PICA PARED	CACERÍA DE COLAS	POLICÍAS Y LADRONES	
ORG.	Gran grupo. Espacio cerrado.	Gran grupo. Espacio abierto.	4 equipos. Espacio cuadrado 10x10m	2 equipos (polis y cacos). Espacio abierto delimitando la cárcel.		
	MAT.	Cintas para hacer lazos y cuerdas.	Una pared, árbol o similar.	Cintas, tizas y 4 conos.	Tizas, cuerdas y/o conos.	
	DES.	Colocar cuerdas con lazos a una altura que tengan que saltar para cogerlos. Tendrán que tirar de las cintas saltando según la indicación (1 ó 2 pies).	Jugarán al "1, 2, 3 Pica pared" desplazándose con los pies juntos. Cuando acabe de cantar y se gire el que "para", el que se haya movido está eliminado.	Cada equipo en una esquina, con una cinta que sobresalga de la goma del pantalón. Se tendrá que coger la cinta del equipo que va por delante. Se correrá hasta el siguiente cono.	Los polis tienen que pillar a todos los cacos y meterlos en la cárcel. Los cacos pueden salvarse si otro caco va hasta la cárcel y le toca. Se desplazará según indicación.	
	VAR.	-En lugar de cintas; globos.	-Jugar por parejas cogidas de la mano, saltado con pies juntos.	-Variar el tipo de carrera: saltar con pies juntos, a la pata coja...	-Los polis y los cacos se desplazarán de forma diferente.	
VUELTA CALMA	ACT.	CONTROL POSTURAL	CRUZANDO EL LAGO	CHARRANCA	LAS FIGURAS	
	ORG.	Gran grupo. Espacio libre.	3 grupos. Espacio libre.	5 grupos. 5 espacios.	2 grupos. Espacio libre.	
	MAT.		Tacos, bancos, taburetes, ladrillos...	5 tizas para dibujar 3 charrancas.	Una sábana y una linterna.	
	DES.	Copiar la postura de un compañero. Deberán trabajar el equilibrio y tener cierta dificultad.	Se dividirá la zona en 3. Estarán por equipos en la zona 1 y tendrán que cruzar a la zona 3 sin pisar la zona 2. Para ello tendrán material para construir un puente por donde cruzar. Gana el 1º en cruzar.	Jugar a la charranca saltando con uno o dos pies, según toque.	2 alumnos realizarán una figura que proyectarán en sombras. Otros 2 compañeros copiarán la figura siguiendo las indicaciones del resto.	
	VAR.	-La "postura" tendrá movimiento pero sin desplazamiento.	-El que caiga del puente está eliminado.	-Jugarán saltando primero con el pie derecho, después con el izquierdo.	-Se aumentará a 3 ó 4 los alumnos que realicen la figura.	

CRITERIOS DE CONTROL Y SEGUIMIENTO

SE USARÁ UNA ESCALA DEL:
1 - 10

LOS CRITERIOS SERÁN:

1. Realiza correctamente los saltos.
2. Controla los desplazamientos.
3. Guarda el equilibrio al saltar con un pie.
4. Sabe combinar saltos con un pie y con los dos.
5. Realiza diferente tipos de desplazamientos combinando el uso de uno u otro pie.

