

01106819X

J-0414



EL MEJOR ATLETISMO EN CASA
"De la Escuela al Estadio"

Cuaderno de Actividades

6-9 años

FOP. 379

EL MEJOR ATLETISMO EN CASA
"De la Escuela al Estadio"

AUTORES: GRUPOS DE INVESTIGACIÓN:

- Educación Física, Salud y Deporte.
S. Romero, P. Díaz, A. Calvo, M. J. Pedrosa, M. A. Bejarano.
- Investigación, Evaluación y Tecnología Educativa.
J. de Pablos, P. Colás, R. García, M. A. Rebollo, M. C. Fernández.

Esta Publicación ha sido patrocinada
por el Comité Organizador de Sevilla'99

COLABORAN:

A. Molina, C. García, S. Menchón, L. Real, A. Alvarado.

DISEÑO GRÁFICO: Lara Molina Gago

I.S.B.N.: 84-699-0064-1

Depósito Legal: SE-674-99(II)

Imprime: El Adalid Seráfico, S. A. · Sevilla

Introducción

Estas fichas de actividades están dirigidas a la banda de edad de 6 a 9 años. A los más pequeños os resultarán más difíciles, pero si prestáis atención a lo que vuestro profesor/a os va a contar sobre el Atletismo, seguro que os resultarán sencillas.

Todas las actividades, tanto las que podéis hacer en clase como las que deberéis realizar al aire libre están encaminadas a que conozcáis algo más sobre este bello deporte, y a la vez aprendáis a respetar al contrario. Lo más importante es participar.

Las actividades están agrupadas en los siguientes bloques:

- Bloque I: Aprendemos a correr.
- Bloque II: Aprendemos a saltar.
- Bloque III: Aprendemos a lanzar.
- Bloque IV: Aprendemos a organizarnos.

Para realizar las fichas de actividades deberéis seguir las indicaciones de vuestro profesor/a y contestar a las preguntas e ir escribiendo los datos que se os pedirán, como por ejemplo si sois capaces de saltar hacia adelante... o si sabéis reconocer los objetos que se pueden tirar.

¡ÁNIMO Y SUERTE!

ÍNDICE

"Cuaderno de Actividades"

Introducción:

Bloque I: "Carreras"

Bloque II: "Saltos"

Bloque III: "Lanzamientos"

Bloque IV: "Organización"

BLOQUE I:

"Carrera"



Actividad I



Aprendemos a correr

¿Quién corre rápido, quién lento?

- Desplazamientos en línea recta: Corriendo de frente, corriendo de espalda, corriendo de lado.

- Variantes:**
- Unos corren en línea recta, y otros haciendo eses.
 - Correr unos con obstáculos y otros sin obstáculos.
 - Lo mismo pero "Marchando".
 - Correr delante de o detrás de.
 - Correr a la derecha o la izquierda.
 - Correr rápido o lento.
 - Correr mucho o poco.



