

EJEMPLO FICHA DE SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

CENTRO EDUCATIVO: Universidad de Jaén			
Profesor/a: Gema Torres Luque		Curso: 5 años	Nº Alumnos: 21
Sesión nº: 8 de 10 Tiempo (20 min.)	Fecha: 20/ 03/ 2015	Instalación: Pabellón Material: 4 picas, 1 escalera y 1 rampa de gomaespuma colchoneta, 3 barras de equilibrio, 5 conos, 5 aros combas, 12 pelotas variadas (4 de baloncesto, 5 plásticos de diferentes tamaños, 3 de gomaespuma) dado, 1 barra de equilibrio de gomaespuma, 1 canas 21 globos, 1 ruleta, 5 sobres, 21 bolsas de basura, alas de cartulina, 21 caretas, cucharas de plástico pelotas de papel de aluminio.	
CONTENIDO: Los superhéroes			

OBJETIVOS DE LA SESION:

- Emplear la cooperación para la solución de problemas
- Ser consciente de las capacidades y limitaciones personales
- Ser capaz de mantener uno o varios rol a lo largo del juego
- Desarrollar y adquirir habilidades motrices
- Desarrollar la coordinación

ORGANIZACIÓN	DESCRIPCIÓN
<p>La sesión se realizó para todo el grupo a la vez, realizando todas las actividades en conjunto desde el comienzo con la historia hasta el final con la canción de la jirafa.</p> <p>La historia fue contada por una persona del grupo y los demás miembros se encontraban cada uno en su estación para explicar la actividad que tenían que realizar allí.</p>	<p>Comenzaremos contando una historia, en la que se les pedirá que nos ayuden a conseguir nuestro objetivo y para ello deberán realizar un circuito planteado por cuatro estaciones.</p> <p>Empezaran en la primera estación que tendrán que recorrer unas picas en zigzag y resolver una pregunta. Seguidamente deberán coger una cuchara de plástico y deberán poner una pelota de aluminio encima y llevarla en la boca, andando sobre una línea recta andando con un pie delante de otro juntos y deberán resolver otra pregunta para conseguir el traje de una abeja.</p> <p>Continuaremos con la segunda estación, donde deberán subir unas escaleras, bajar una rampa, pasar por las barras de equilibrio y hacer croqueta sobre la colchoneta para conseguir las alas de la abeja.</p> <p>En la tercera estación, cada alumno deberá tirar el dado y según el numero que le toque realizara la actividad correspondiente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 saltar a la comba 2 hula hoop 3 pasar los conos en zigzag conduciendo una pelota 4 encestar las diferentes pelotas en la canasta 5 pasar la barra de equilibrio 6 saltar a la pata coja <p>En esta prueba conseguirán la careta de la abeja</p> <p>Y por último, la última estación trata de una ruleta, donde habrá tres tipos de canciones que podrán tocarte. La canción que toque deberá ser bailada y cantada por todo el grupo. En ésta obtendremos el polen de la abeja que serán los globos.</p> <p>Una vez realizado el circuito seremos abejas y podremos volar subiendo así hasta el cielo y poder robarle la jirafa al rayo malvado, al rescatarla debemos cantar con ella la canción de la abeja Maya.</p>

Observaciones: los alumnos mostraban interés por cada actividad de la estación que se hacía y tenían curiosidad por ver y hacer la siguiente para ver qué pasaría al final con la jirafa.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA

