

UNIDAD
8

Acrosport

SESIÓN
1

CICLO: Segundo

CURSO: 3º

OBJETIVOS

MATERIAL: Vídeo y apuntes del maestro.

ORGANIZACIÓN: Individual.

INSTALACIÓN: Aula.

- ✓ Explicar que es el acrosport.
- ✓ Informar de las normas de seguridad.
- ✓ Formar grupos de trabajo.

ACROSPORT

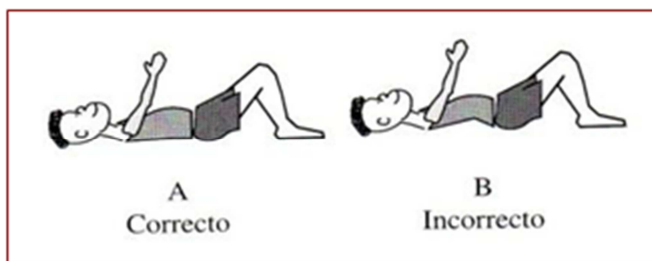
ANIMACIÓN

Visionamos el vídeo explicativo de este deporte que se encuentra alojado en <http://arcodeporte.webnode.es/videos/curso-de-tercero/>

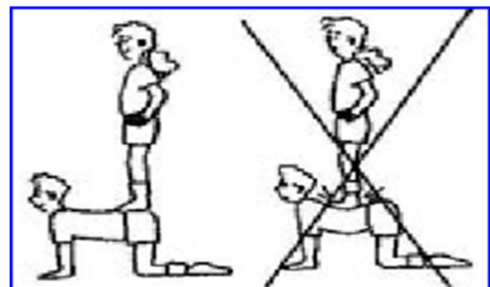
PARTE PRINCIPAL

“CONSEJOS PARA SU PRÁCTICA”

1. Colocad **SIEMPRE** la espalda recta.



2. **NUNCA** apoyarse en medio de la espalda de un compañero.



3. Mantener el **tono muscular** y no relajarse.



“Explicación de las próximas clases y de la prueba de grupo”

“Formación de grupos por sorteo”.

Ana María Moreno Corrales

UNIDAD
8

Acrosport

SESIONES
2, 3, 4 y 5

CICLO: Segundo

CURSO: 3º

OBJETIVOS

MATERIAL: Ficha de trabajo y colchonetas.

ORGANIZACIÓN: Grupos.

INSTALACIÓN: Pabellón deportivo.

- ✓ Formar figuras humanas de dos, tres, cuatro o cinco componentes.
- ✓ Proponer alguna figura inventada.
- ✓ Aceptar posibilidades y limitaciones de los compañeros de grupo.
- ✓ Actuar teniendo en cuenta los consejos de seguridad.

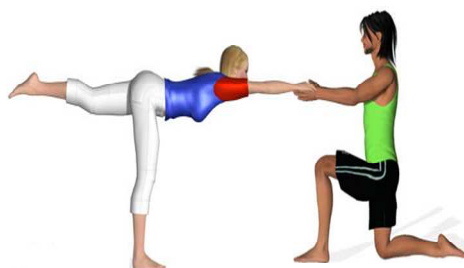


“Ejercicios de movilidad articular”
“Carrera continua”
“Ejercicios de flexibilidad”

ANIMACIÓN

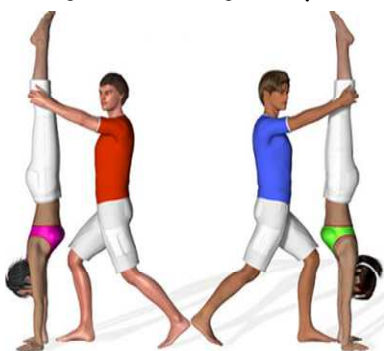
PARTE PRINCIPAL

“Sacamos colchonetas por grupos”.
“Entrega de ficha de trabajo”.
“Practicamos figuras presentadas”.



“Inventamos dos figuras humanas de dos componentes”.

“Elegimos dos figuras para el presentar el último día”.



La forma de trabajo de estas tres sesiones es idéntica. La diferencia está en que un día practicamos figuras corporales de dos componentes, otro de tres y en la sesión 4 intentaremos formar figuras de 4 o 5 componentes, según los miembros de cada grupo.

La sesión 5 estará dedicada a la formación de pirámides humanas.

VUELTA A LA CALMA

“Recogida del material, aseo personal y vuelta a clase”.



Ana María Moreno Corrales

UNIDAD 8	<h1>Acrosport</h1>	SESIÓN 6
--------------------	--------------------	--------------------

CICLO: Segundo	CURSO: 3º
MATERIAL: 4 colchonetas y cámara fotográfica.	
ORGANIZACIÓN: Grupos.	
INSTALACIÓN: Pabellón deportivo.	

OBJETIVOS
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Presentar el trabajo de grupo. ✓ Valorar y puntuar el trabajo de los demás. ✓ Respetar a todos los grupos.

ANIMACIÓN



“Calentamiento general”

VUELTA A LA CALMA

“Recogida de material, aseo personal y vuelta a clase”.



PARTE PRINCIPAL



Colocamos las colchonetas en la zona indicada.

Todos los alumnos se sientan en el lugar acordado, salvo el grupo que tiene que presentar sus figuras.

Preparamos la cámara fotográfica.

Siguiendo el orden establecido, cada grupo presentará al resto de la clase, una pirámide humana junto con cinco figuras de distintos componentes.

Ana María Moreno Corrales

