

Relevos y trabajo en equipo

Educación Física | Deporte

Descripción del Curso

Curso de Deporte dirigido a estudiantes de 5 a 6 años, con foco en el desarrollo de habilidades motrices básicas, atención a instrucciones y convivencia en actividades físicas. La unidad propone tres experiencias de relevo que integran movimiento, secuencias y seguridad, con el objetivo de promover la participación, la coordinación y el respeto a las normas durante la práctica deportiva. Actividad 1: Inicio guiado — El grupo realiza un relevo siguiendo instrucciones escritas o verbales cortas, practicando la secuencia “listos, ya” y la recepción del testigo. Aprendizajes: atención a instrucciones, timing de inicio y recepción. Actividad 2: Relevo guiado por pistas — Se usan pistas simples para guiar al equipo en dónde empezar y dónde entregar el testigo, con ayuda del docente si es necesario. Aprendizajes: ejecución de la secuencia y seguridad. Actividad 3: Circuito de relevos — Circuito corto donde cada niño debe identificar la señal de inicio y completar la entrega del testigo en el punto correcto. Aprendizajes: coordinación y aplicación práctica de instrucciones. Objetivo: Se evaluará el OBJETIVO GENERAL y los OBJETIVOS ESPECÍFICOS mediante: - Observación de la identificación y aplicación de las instrucciones del entrenador durante las prácticas de relevo. - Precisión en el momento de iniciar y en el lugar de recepción del testigo. - Seguridad y control en las transiciones durante el relevo. Especificaciones de duración: 2 semanas

Competencias

- Desarrollar habilidades motrices básicas y coordinación para participar en relevos y actividades deportivas simples.
- Aplicar instrucciones, reglas y secuencias en situaciones de juego cooperativo, respetando tiempos y espacios.
- Trabajar en equipo, comunicarse de forma efectiva y favorecer la seguridad durante las transiciones y entregas del testigo.
- Propiciar la autoevaluación y la reflexión sobre su propio desempeño y el de sus compañeros en contextos de aprendizaje físico.

Requerimientos

- Ropa y calzado cómodo y adecuado para actividad física; agua a disposición.
- Espacio seguro y supervisado para el desarrollo de las actividades de relevo; señalización simple para las pistas.
- Material básico: testigo o testigo improvisado, cronómetro simple; recursos didácticos para las indicaciones.
- El docente debe adaptar las tareas según el progreso individual y promover la seguridad y la cooperación.

Unidades del Curso

Unidad 1: Unidad 1: Relevos y trabajo en equipo - Reglas básicas y turnos

Objetivos de Aprendizaje

- Escuchar al entrenador y esperar el turno sin interrumpir.
- Respetar a los compañeros durante la actividad, usando palabras amables y gestos de apoyo.
- Seguir las indicaciones simples para iniciar y terminar el relevo de forma segura.

Contenidos Temáticos

Tema 1: Escucha y atención

Desarrollar la capacidad de escuchar al entrenador y comprender instrucciones simples.

1. Mirar al entrenador cuando habla para entender lo que se debe hacer.
2. Seguir instrucciones simples paso a paso durante el juego de relevo.
3. Preguntar cuando algo no queda claro, con el apoyo del docente.

Unidad 2: Unidad 2: Relevos y trabajo en equipo - Respeto y apoyo entre compañeros

Objetivos de Aprendizaje

- Usar expresiones de ánimo y palabras amables para apoyar a los compañeros.
- Ofrecer ayuda práctica cuando algún compañero tenga dificultad.
- Reconocer y valorar las aportaciones de cada participante durante el relevo.

Contenidos Temáticos

Tema 1: Comunicación positiva

Utilizar un lenguaje respetuoso y mensajes de aliento para fomentar la cooperación.

1. Saludar y dar ánimo con palabras simples y gestos de apoyo.
2. Escuchar a los compañeros sin interrumpir y reconocer sus esfuerzos.
3. Resolver pequeños conflictos con ayuda del equipo y del docente.

Unidad 3: Unidad 3: Relevos y trabajo en equipo - Instrucciones del entrenador y relevos

Objetivos de Aprendizaje

- Reconocer palabras clave del entrenador (listos, ya, testigo, recibe) durante las instrucciones.
- Aplicar esas instrucciones durante la práctica de relevo, manteniendo la seguridad.
- Coordinar la entrega y recepción del testigo en el punto adecuado y en el momento correcto.

Contenidos Temáticos

Tema 1: Lectura de instrucciones simples

Comprender indicaciones básicas que guían el inicio y la recepción del testigo.

1. Identificar palabras clave de inicio y recepción en las indicaciones del entrenador.
2. Seguir una secuencia de acciones tal como se indica.
3. Solicitar aclaraciones simples cuando sea necesario.