

Unidad Didáctica: 6 – Hábitos saludables y educación emocional Sesión nº: 7

Objetivos de la sesión: trabajar la aceptación; fomentar el trabajo en equipo; estimular la capacidad de liderazgo y el sentimiento de protección hacia los compañeros; y promover la confianza.

Estilo(s) de enseñanza utilizado(s): asignación de tareas.

Materiales e instalaciones: conos, folios, lápices y pelotas blandas.

Duración: 1 hora

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Tarea	Representación gráfica
<p><i>Parte inicial (calentamiento)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> · Trabajo de movilidad articular (5 minutos). · El trono real (6 minutos): se dividirá al grupo en grupos de 4 y cada componente del grupo tendrá un número. Los jugadores se desplazarán libremente por el espacio y, cuando el monitor diga un número, los demás compañeros de cada equipo deberán transportar al compañero que tiene ese número hasta una zona previamente delimitada por el profesor. El primer equipo que consiga llegar obtendrá un punto. Ganará el equipo que consiga más puntos. 	
<p><i>Parte principal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> · Marear la perdiz (6 minutos): se dividirá al grupo en subgrupos de 5 o 6 jugadores, que se colocarán de pie formando un círculo muy pequeño. Uno de los jugadores se colocará dentro del círculo con los ojos vendados. Este alumno deberá quedarse quieto y rígido, dejando que sus compañeros lo vayan moviendo de un lado para otro sin caerse. Variante: el jugador que está en el centro será el que se irá dejando caer de unos compañeros a otros. 	

• **El búnker (8 minutos):** se dividirá la clase en dos grupos. Uno de ellos, se colocará haciendo un pasillo y tendrá pelotas de gomaespuma. El monitor designará como objetivo a uno de los jugadores del otro equipo. Este equipo deberá pasar por el pasillo protegiendo al jugador objetivo, al que el equipo contrario tratará de golpear lanzándole las pelotas. Si consiguen completar el recorrido, el equipo protector ganará un punto y se designará un nuevo objetivo. Se intercambiarán los roles entre los equipos.



• **Lo conseguiremos (8 minutos):** todos los jugadores, excepto dos, se cogerán de las manos formando una línea. Uno de los jugadores que quedaron sueltos se colocará a un lado de esa línea y, el otro, al otro lado. Estos alumnos deberán intentar abrazarse. Los jugadores que forman la línea deberán tratar de impedirlo. Se irán intercambiando los roles.



• **Los guardianes (6 minutos):** los jugadores se desplazarán libremente por el espacio. El monitor les dará un peto a dos de ellos y delimitará una zona de "escapada". El profesor dirá en voz alta el nombre de uno de los alumnos y os demás deberán tratar de pillarlo, a excepción de los jugadores que llevan peto, que deberán tratar de ayudar a su compañero a escapar por la zona habilitada para ello.



Parte final (vuelta a la calma)

· **Gafas de positivismo (6 minutos):** cada jugador tendrá un folio y un lápiz, y escribirá su nombre en el folio. Se irá pasando el folio a cada alumno, de manera que los folios de cada uno pasen por todos sus compañeros. Cada jugador, cuando le llegue un folio, tendrá que escribir algo positivo del compañero cuyo nombre aparezca en el folio, de manera anónima. Para finalizar, cada alumno recibirá su folio y verá lo que le han escrito los demás.

