

Descripción gráfica



Observaciones

- Lógicamente, para ganar valdrá pellizcar, hacer cosquillas, etc. Lo que se pretende trabajar aquí es la fuerza y la corrección de la actitud postural que la persona lleva a cabo para conseguir voltear o levantar al rival.
- Aprovechando que las colchonetas están sacadas, se podrá realizar algún juego de relajación que sirva como vuelta a la calma.
- Es importante la administración de un buen conocimiento de resultados, para asegurar que el alumnado interioriza correctamente los contenidos propuestos.



Para la realización de este conjunto de actividades será necesario un tiempo aproximado de 45 minutos.

Actividad 5

Análisis de imágenes-fichas posturales

En un primer momento, el o la docente irá mostrando a los alumnos y las alumnas una serie de imágenes relacionadas con la actitud postural en diversas situaciones (en bipedestación, en posición sentado, tumbado, en cargas y transportes, o en el uso del ordenador). Dichas imágenes reflejarán buenos o malos hábitos posturales.

El alumnado deberá decir cuáles muestran una postura adecuada y cuáles no, argumentando los motivos que les conducen a esa opinión. Para el buen funcionamiento de la actividad, el profesorado deberá perseguir la participación de todos los alumnos y las alumnas en la dinámica y forzar el debate realizando preguntas al respecto. Posteriormente, se le reparte al alumnado

una serie de fichas que deberán realizar de forma individual. En cada ficha aparecerá una de las situaciones mencionadas anteriormente y dos imágenes (una en la que aparece una postura correcta y otra incorrecta).

El alumno o la alumna tendrá que rellenar la ficha indicando los motivos por los cree que una de las imágenes es incorrecta o correcta, y explicar qué debería de corregirse en esa situación o cuáles son los principales errores que se suelen cometer en estas acciones.

A continuación se muestra un ejemplo de ficha.

¿CORRECTA O INCORRECTA?		¿CORRECTA O INCORRECTA?	
	Motivos:		Motivos:
¿Qué debería corregirse? ¿Errores comunes?		¿Qué debería corregirse? ¿Errores comunes?	



La temporización de esta actividad es de aproximadamente 40 minutos.