

UP 20: "ELS MALABARISTES"

NIVELL	Cicle superior	CURS	6è
---------------	----------------	-------------	----

OBJECTIUS DIDÀCTICS

<ol style="list-style-type: none"> 1- Controlar el maneig de diferents materials de malabars. 2- Practicar activitats i jocs fent malabars. 3- Treballar habilitats motrius específiques a través malabarismes. 4- Conèixer les possibilitats que aquest material ens ofereix. 5- Conèixer material que s'utilitza pels malabars (maces, diàbolo, pilota, mocadors...). 6- Experimentar les possibilitats que ens ofereix aquest material. 7- Mostrar respecte cap als diferents nivells d'habilitat. 8- Participar activament en les activitats.

CONTINGUTS

<ul style="list-style-type: none"> -Control en el maneig de materials. -Realització de malabars amb diferents materials. -Execució d'habilitats motrius específiques a través de malabars. -Possibilitats que ens ofereix el material. -Coneixement del material dels malabars. -Habilitats motrius específiques a través dels malabars. -Participació en les activitats. -Experimentar les possibilitats que ens ofereix el material. -Respecte als diferents nivells d'execució.

METODOLOGIA

Resolució de problemes i assignació de tasques

ACTIVITATS D'E-A

<p>Exercicis, activitats, jocs i formes jugades amb:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pilotes petites - Plats xinesos - Maces - Mocadors - Diàbolos - Anelles

ACTIVITATS I CRITERIS D'AVUACIÓ

<ul style="list-style-type: none"> ➤ <u>Avaluació inicial:</u> Circuit per estacions: pilotes, maces, plats xinesos, mocadors, diàbolos i anelles. A cada estació els nens ompliran una llista de control. ➤ <u>Avaluació formativa:</u> Utilitzarem un registre anecdòtic ➤ <u>Avaluació final:</u> Utilitzarem les mateixes activitats i criteris que a l'avaluació inicial, contrastant resultats.
--

ACTIVITATS DE REFORÇ	-Experimentació lliure amb diferents materials de malabars: mocadors, pilotes, diàbolos, maces, plats xinesos i anelles.
-----------------------------	--

COMPETÈNCIES TREBALLADES EN LA UP	APORTACIONS DE LA UP A LES COMPETÈNCIES
<ul style="list-style-type: none">- Desenvolupament personal.- Pràctica d'hàbits saludables de forma regular i continuada.- Competència comunicativa.- Competència social.	<ul style="list-style-type: none">- Comunicativa- Aprendre a aprendre.- Tractament de la informació.- Social i ciutadana.

NIVELL	CURS	UP: 20	SESSIÓ: 1
Cicle superior	6è	Els malabaristes	Avaluació inicial

PART	TEMPS (aproximat)	ACTIVITATS	MATERIAL	OBSERVACIONS
Informació	5'	-Explicació i presentació de la unitat.		-Organització en cercle
Adaptació				
Part principal	40'	<p><i>Circuit per estacions:</i> Dividirem l'espai en 6 espais i a cada un hi aniran 3 ò 4 nens. A la senyal es rotarà d'estació fins passar per totes. A cada estació els nens provaran diferents malabars, començant per 1 objecte i augmentant el nº si surt bé.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Maces -Mocadors -Pilotes -Diàbolos -Anelles -Plats xinesos 	<ul style="list-style-type: none"> -Maces -Mocadors -Pilotes -Diàbolos -Anelles -Plats xinesos 	-Aprofitarem el circuit per avaluar, utilitzant una autoavaluació
Tornada a la calma	5'	- Comentari de la sessió		-L'alumnat comentarà què ha après.
Anàlisi dels resultats	10'	<ul style="list-style-type: none"> - Dutxar-se i canviar-se (UP 1) - Omplir la llista de control i l'autoavaluació (UP 1) 		

METODOLOGIA	ORGANITZACIÓ	ESPAI
<ul style="list-style-type: none"> -Comandament directe -Descobrimet guiat -Ensenyament recíproc 	<ul style="list-style-type: none"> -Organització per estacions en les activitats. -Organització en cercle per les explicacions. -Grups mixtes seguint criteris emocionals. 	<ul style="list-style-type: none"> -Gimnàs. -Vestidors

NIVELL	CURS	UP: 20	SESSIÓ: 2
Cicle superior	6è	Els malabaristes	Mocadors, plats xinesos i anelles

PART	TEMPS (aproximat)	ACTIVITATS	MATERIAL	OBSERVACIONS
Informació	5'	-Explicació de la sessió		-Organització en cercle
Adaptació	10'	- <i>Moviment lliure amb mocadors:</i> Cadascú amb 1 ò 2 mocadors farà moviments lliures i espontanis. - <i>Què fem:</i> Cadascú amb mocadors, un dirà quin moviment o llançaments es faran i tots ho provaran. -Plats xinesos: Farem rodar el plat sobre el llistó. Començarem amb un plat i anirem augmentant el n°.	-Mocadors -Plats xinesos	-Variant: Seguint el ritme de la música. - Variants: Posant el llistó sobre diferents parts del cos, movent-nos...
Part principal	30'	-Llançament individual: Cadascú amb una anella la llançarà enlaire agafant-la amb l'altra mà -Llançament doble: Una anella a casa mà, les llançarem enlaire canviant-les de mà. -Llançament triple: Dos anelles a una mà i una a l'altra. Farem malabars. -En parelles: Cadascú té una anella i l'anem passant amb la parella. -Col·lumnes: Començarem amb 1 anella i anirem augmentant el n°. Es tracta de llançar-la en vertical.	-Anelles	-Primer es llança una i després l'altra. -Es comença per la mà que té 2 anelles -Després farem el mateix amb 2 o 3 anelles. -S'agafa amb la mateixa mà que es llença.
Tornada a la calma	5'	-Rotacions: Farem 3 grups, un amb les anelles, un amb els plats i l'altre amb les mocadors. Es provaran diferents malabars. -Comentar la sessió.	-Mocadors -Anelles -Plats xinesos	-Després els grups es canviaran de lloc. -L'alumnat comentarà què ha après.
Anàlisi dels resultats	10'	- Dutar-se i canviar-se (UP 1) - Omplir la llista de control i l'autoavaluació (UP 1)		

METODOLOGIA	ORGANITZACIÓ	ESPAI
-Comandament directe -Descobriments guiats -Ensenyament recíproc	-Organització per estacions en les activitats. -Organització en cercle per les explicacions. -Grups mixtes seguint criteris emocionals.	-Gimnàs. -Vestidors

NIVELL	CURS	UP: 20	SESSIÓ: 3
Cicle superior	6è	Els malabaristes	Pilotes

PART	TEMPS (aproximat)	ACTIVITATS	MATERIAL	OBSERVACIONS
Informació	5'	-Explicació de la sessió		-Organització en cercle
Adaptació	10'	-1 pilota: Cadascú amb 1 pilota l'anirà llançant enlaire amb la mà dreta i agafant-la amb l'esquerra. Després es llançarà amb la dreta i s'agafarà amb l'esquerra. S'anirà augmentant la velocitat. -El ritme: 2 pilotes cadascú, 1 a cada mà. 1r es llença 1en vertical i després l'altra, seguint el ritme.	- Pilotes de malabars	- Cal explicar la posició correcta del cos i el moviment correcte de les mans. -Les pilotes es llançaran a l'alçada del cap.
Part principal	30'	- 2 pilotes: Una a cada mà, es llença en diagonal, 1r la de la mà dreta que s'agafarà amb la mà esquerra i després l'altra pilota. -Cascada: 3 pilotes cadascú, 2 en un mà i 1 a l'altra. La mà que té 1 llença la 1a, després la de l'altra mà i finalment la tercera. -Coet: Igual però llençant una pilota a més de 2 mt d'alçada. -Arc: Llençar una pilota enlaire al centre i després 2 una des de cada costat, fent que es creuin. -Columnes: Llençar 2 pilotes alhora en vertical i després l'altra.	- Pilotes de malabars	-1r es comença amb la mà dreta i després amb l'esquerra.
Tornada a la calma	5'	-Persecució: 3 pilota a la mateixa mà es van llençant una a una en cercle cap a dins. -Parelles: En parelles ens anem passant les pilotes fent diferents figures. -4 pilotes: Provem de fer malabars amb 4 pilotes cadascú. -Comentari de la sessió.	- Pilotes de malabars	-L'alumnat comentarà què ha après.
Anàlisi dels resultats	10'	- Dutxar-se i canviar-se (UP 1) - Omplir la llista de control i l'autoavaluació (UP 1)		

METODOLOGIA	ORGANITZACIÓ	ESPAI
-Comandament directe -Descobriments guiats -Ensenyament recíproc	-Organització per estacions en les activitats. -Organització en cercle per les explicacions. -Grups mixtes seguint criteris emocionals.	-Gimnàs. -Vestidors

NIVELL	CURS	UP: 20	SESSIÓ: 4
Cicle superior	6è	Els malabaristes	Diàbolos

PART	TEMPS (aproximat)	ACTIVITATS	MATERIAL	OBSERVACIONS
Informació	5'	-Explicació de la sessió: ensenyant la posició correcta del cos.		-Organització en cercle
Adaptació	10'	-Pràctiques amb el diàbolo: Fent-lo rodar pel terra d'un costat a l'altre i alçant-lo el farem girar movent la mà dreta. -Llançaments: Movem el diàbolo i el llancem enlaire i després el recollim tensant la corda.	-Diàbolos -Pals amb corda prima	-Es comença a rodar des de la dreta. Sempre de dreta a esquerra. -La corda es col·loca en horitzontal i inclinada.
Part principal	25'	-El sol: Sense moure el diàbolo i la corda estirada, mourem els braços per que el diàbolo passi per sobre nostre. -Figures amb el cos: Posant la corda per l'esquena, per sota les cames, al voltant del braç... Farem llançaments de diàbolo. -Rodar en parelles: Cordes tenses i creuant-se. El diàbolo passa d'una corda a l'altra. -Fer punt: Mentre el diàbolo roda, es fan uns moviments amb el pal agafant la corda.	-Diàbolos -Pals amb corda	- El moviment va d'esquerra a dreta. S'ha de fer ràpid. -Es poden fer diferents figures: creu, pèndul...
Tornada a la calma	10'	-Trucs amb els pals: Rodar el diàbolo pel pal, llançar-lo d'un pal a l'altre, de la corda al pal... -Comentar la sessió		-L'alumnat comentarà què ha après.
Anàlisi dels resultats	10'	- Dutxar-se i canviar-se (UP 1) - Omplir la llista de control i l'autoavaluació (UP 1)		

METODOLOGIA	ORGANITZACIÓ	ESPAI
-Comandament directe -Descobriments guiats -Ensenyament recíproc	-Organització per estacions en les activitats. -Organització en cercle per les explicacions. -Grups mixtes seguint criteris emocionals.	-Gimnàs. -Vestidors

NIVELL	CURS	UP: 20	SESSIÓ: 5
Cicle superior	6è	Els malabaristes	Maces

PART	TEMPS (aproximat)	ACTIVITATS	MATERIAL	OBSERVACIONS
Informació	5'	-Explicació de la sessió.		-Organització en cercle
Adaptació	10'	-Pràctiques amb una maça: Agafant-la pel mànec la llancem de dreta a esquerra. -Amb dues maces: Una a cada mà. Primer es llança la dreta i després l'esquerra	-Maces	-El llançament es fa cap enlaire i en diagonal. -La 2a es llença quan la 1a està a l'alçada de l'orella.
Part principal	30'	-En parelles: 1 maça cadascú llançant-la alhora. Després amb 2 maces llancem 1r una i després l'altra. -La cascada: 3 maces cadascú, 2 en una mà. Llançar-les alternativament -Mitja pirueta: 3 maces, una la llançarem cap enrera i girarem el cos mentre llancem les altres 2. -El sol: 3 maces les llancem fent un cercle. -Col·lumnes: llançar les maces en vertical i recollir-la amb la mateixa mà que s'ha llançat.	-Maces	-1r es llença amb la mà que té 2 maces. -Sempre cap al mateix costat. -Es pot fer amb 1, 2, 3 ò 4 maces.
Tornada a la calma	5'	-Fins quantes maces: Cadascú practicarà amb les maces lliurement, començant amb 1 i anant augmentant la quantitat. -Comentar la sessió.	-Maces	-Es posarà la condició que s'agafarà 1 més si s'ha fet bé l'anterior.
Anàlisi dels resultats	10'	- Dutar-se i canviar-se (UP 1) - Omplir la llista de control i l'autoavaluació (UP 1)		

METODOLOGIA	ORGANITZACIÓ	ESPAI
-Comandament directe -Descobrimt guiat -Ensenyament recíproc	-Organització per estacions en les activitats. -Organització en cercle per les explicacions. -Grups mixtes seguint criteris emocionals.	-Gimnàs. -Vestidors

NIVELL	CURS	UP: 20	SESSIÓ: 6
Cicle superior	6è	Els malabaristes	Avaluació final

PART	TEMPS (aproximat)	ACTIVITATS	MATERIAL	OBSERVACIONS
Informació	5'	-Explicació de la sessió		-Organització en cercle
Adaptació				
Part principal	40'	<p>Circuit per estacions: Dividirem l'espai en 6 espais i a cada un hi aniran 3 ò 4 nens. A la senyal es rotarà d'estació fins passar per totes. A cada estació els nens provaran diferents malabars, començant per 1 objecte i augmentant el nº si surt bé.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Maces -Mocadors -Pilotes -Diàbolos -Anelles -Plats xinesos 	<ul style="list-style-type: none"> -Maces -Mocadors -Pilotes -Diàbolos -Anelles -Plats xinesos 	-Aprofitarem el circuit per avaluar, utilitzant una autoavaluació
Tornada a la calma	5'	- Comentari de la sessió		-L'alumnat comentarà què ha après.
Anàlisi dels resultats	10'	<ul style="list-style-type: none"> - Dutar-se i canviar-se (UP 1) - Omplir la llista de control i l'autoavaluació (UP 1) 		

METODOLOGIA	ORGANITZACIÓ	ESPAI
<ul style="list-style-type: none"> -Comandament directe -Descobrimnt guiat -Ensenyament recíproc 	<ul style="list-style-type: none"> -Organització per estacions en les activitats. -Organització en cercle per les explicacions. -Grups mixtes seguint criteris emocionals. 	<ul style="list-style-type: none"> -Gimnàs. -Vestidors

AVALUACIÓ DE LA UP 20: "ELS I LES MALABARISTES"

autoavaluació

Nom: _____

Quantitat de material		1	2	3
Maces	Avaluació Inicial			
	Avaluació Final			
Mocadors	Avaluació Inicial			
	Avaluació Final			
Pilotes	Avaluació Inicial			
	Avaluació Final			
Diàbolos	Avaluació Inicial			
	Avaluació Final			
Anelles	Avaluació Inicial			
	Avaluació Final			
Plats xinesos	Avaluació Inicial			
	Avaluació Final			

* A cada requadre cal anotar el nombre de malabars exitosos (llençar el malabar una mà enlaire i agafar-lo amb l'altra) que s'ha fet amb cada material durant 3 minuts.