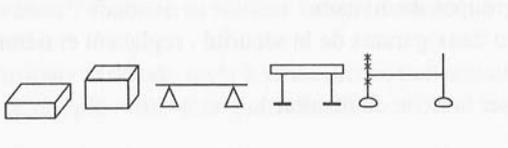
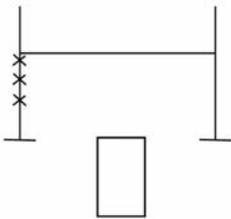




## Salto de Altura

Ciclos 1,2 y 3

### CONOCERSE — CONOCER: Co

TAREA	FINALIDAD	DISPOSITIVOS Y NORMAS DE FUNCIONAMIENTO	CRITERIOS DE ÉXITO	OBSERVACIONES
<b>Co 4</b> <b>C1 C2-3</b>	Franquear objetos lo más altos posibles.	Dispositivo 4 o dispositivo 1.  Utilizar la ficha de resultado 1. Saltador: intentar varias veces cada objeto y todos los objetos (o cada altura y todas las alturas).	Aceptar franquear obstáculos rígidos. Conocer los objetos (o alturas) que franqueo: - todas las veces, - 4 veces sobre 6, - casi nunca.	Proponer objetos confortables, seguros para los debutantes.
<b>Co 5</b> <b>C1 C2-3</b>	Saltar para tocar objetos suspendidos, cada vez más altos, con diferentes partes del cuerpo.	Dispositivo 3. Suspender objetos a diferentes alturas (más altos que la cabeza). Intentar tocar con la mano, con la cabeza los diferentes objetos. Utilizar la ficha de resultado 1. Saltador: intentar varias veces cada objeto y todos los objetos (o cada altura y todas las alturas).	Identificar los objetos que consigo tocar con la mano, con la cabeza: - todas las veces, - 4 veces sobre 6, - casi nunca...	
<b>Co 6</b> <b>C1 C2-3</b>	Franquear un objeto o una altura lo más alto posible con un trampolín.	Dispositivo 2. Idéntico a Co2 Utilizar la ficha de resultado 1.  Trampolín.	Idéntica a Co2.	

## Salto de Altura

Ciclos 1, 2 y 3

*Estabilizar: Es*

TAREA	FINALIDAD	DISPOSITIVOS Y NORMAS DE FUNCIONAMIENTO	CRITERIOS DE ÉXITO	VARIABLES Y OBSERVACIONES
<b>Es 1</b> <b>C1 C2-3</b> Saltar sobre un objeto alto.	Saltar para alcanzar un objeto lo más alto posible.	Dispositivo 4. Por grupos de nivel. Uno o dos garantes de la seguridad: colocan y sujetan las colchonetas. Utilizar la ficha de resultado 1.	Conseguir su marca más frecuente (en número de colchonetas) al menos 4 veces de seis. Conocer su mejor marca estabilizada.	Saltar para alcanzar un objeto lo más alto posible.
<b>Es 2</b> <b>C1 C2-3</b> Idéntico a Co4.			Idéntico a Es1.	
<b>Es 3</b> <b>C1 C2-3</b> Idéntico a Co5.	Idéntico a Co5.	Idéntico a Co5.	Idéntico a Es1.	Idéntico a Co5.
<b>Es 4</b> <b>C1 C2-3</b> Idéntico a Co6.	Idéntico a Co6.	Idéntico a Co6.	Idéntico a Es1.	Idéntico a Co6.

## Salto de Altura

Ciclos 1

**TRANSFORMAR – EJERCITARSE – ENTRENARSE: T**

TAREA	FINALIDAD	DISPOSITIVOS Y NORMAS DE FUNCIONAMIENTO	CRITERIOS DE ÉXITO	OBSERVACIONES
<b>T1</b> Saltar alto.	<b>C1</b> Saltar por encima de objetos o de un elástico.	Elegir cualquier dispositivo: - observador: le dice al saltador cual ha sido su pie de batida tras cada intento; - en varias series de saltos sobre su mejor marca estabilizada. Ejemplo: tres veces cuatro intentos.	Conocer su pie de batida. Utilizarlo lo más frecuentemente posible (cinco veces sobre 6).	Decirle al saltador cual es el pie de batida (por parte del observador)
<b>T2</b> Saltar alto partiendo de la derecha, en frente, de la izquierda de los saltómetros.	<b>C1</b> Saltar lo más alto posible, partiendo de diferentes lugares.	Dispositivo 1 (bis) o dispositivo 4. Desde aros de referencia a la izquierda, en frente de los saltómetros (a una distancia pequeña, alrededor de 10 metros). Saltar varias veces partiendo de cada referencia. Intentar objetos, alturas sobre el elástico cada vez más elevadas.	Conocer el lado de partida que permite saltar al menos su marca estabilizada.	Hacer emerger la relación entre pie de batida y <b>lado de impulsión preferencial</b> . "Si... entonces... "
<b>T3</b> Saltar alto tomando más o menos impulso.	<b>C1</b> Partir más o menos lejos para saltar alto.	Dispositivo 1 bis o dispositivo 4. Con más conos (referencias): - Lejos del obstáculo; - Muy cerca del obstáculo; - A una distancia intermedia.	Saber si realizo (o sobrepaso) mi marca estabilizada partiendo: muy lejos, muy cerca, entre los dos.	- Lejos: de 15 a 20 metros. - Cerca: de 1 a 2 metros. - Distancia intermedia: de 10 a 12 metros.

## Salto de Altura

Ciclo 1

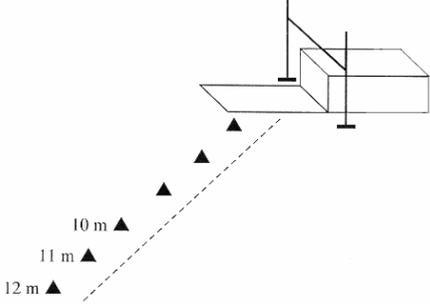
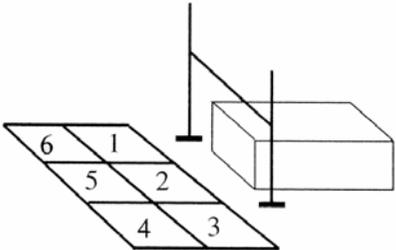
**TRANSFORMAR – EJERCITARSE – ENTRENARSE: T**

TAREA	FINALIDAD	DISPOSITIVOS Y NORMAS DE FUNCIONAMIENTO	CRITERIOS DE ÉXITO	OBSERVACIONES
<b>T4</b> <b>C1</b> Saltar alto corriendo hacia delante más o menos rápido.	Correr más o menos rápido antes de saltar por encima de un objeto o de un elástico..	Dispositivo 1 o dispositivo 4. Con conos colocados a media distancia de la carrera de impulsión identificada en T3.  Consigna 1: - intentar realizar su marca estabilizada tomando el impulso caminando; - intentar varias veces (2, 3 ó 4 saltos); - intentar si es necesario alturas inferiores y superiores.  Consigna 2: - igual pero corriendo.	Saber si salto más alto caminando o corriendo hacia delante.	
<b>T5</b> Idéntico.	<b>C1</b> Marcar el mayor número de puntos posible.	Dos saltadores parten simultáneamente lo más deprisa posible. Un alumno da la salida. Un punto al que salta el primero. Dos puntos si se consigue el salto (franquear el obstáculo, no tocar la goma) sobre cinco intentos. Altura: marca estabilizada. Constituir parejas del mismo nivel.	Conseguir el mayor número de veces 2 puntos sobre 5 intentos.	Hacer comprender que se marca más puntos franqueando el obstáculo que saltando primero.

## Salto de Altura

Ciclos 2 y 3

**TRANSFORMAR – EJERCITARSE – ENTRENARSE: T**

TAREA	FINALIDAD	DISPOSITIVOS Y NORMAS DE FUNCIONAMIENTO	CRITERIOS DE ÉXITO	OBSERVACIONES
<p><b>T1</b> <b>C2-3</b> Saltar alto después de carreras de impulso más o menos largas.</p>	<p>Ensayar diferentes distancias de carrera de impulso para saltar alto.</p>	<p>Dispositivo 1 o dispositivo 1 bis.</p>  <p>Ensayar la carrera desde cada cono de partida de carrera.</p>	<p>Conocer la distancia de carrera que me permite realizar (o sobrepasar) mi marca estabilizada.</p>	<p>Si la determinación del lado de partida de carrera no ha sido hecha en Ciclo 1, retomar la situación T2 del Ciclo1.</p>
<p><b>T2</b> <b>C2-3</b> Saltar alto a partir de zonas variadas.</p>	<p>Intentar diferentes zonas de impulso para saltar alto.</p>	 <p>Materializar seis zonas: - tres zonas próximas al elástico; - tres zonas alejadas. Saltar su marca realizada todas las veces –siempre- (tres éxitos de 3 intentos). El observador anota la zona de impulsión de cada ensayo. Poner en relación zona de impulso y éxitos.</p>	<p>Identificar la zona de impulso que me permite saltar mejor.</p>	<p>- Zona próxima: de 30 a 60 cm. De la proyección en el suelo de la goma elástica en el suelo. - Zona lejana: de 60 a 100 cm.</p>

## Salto de Altura

Ciclos 2 y 3

**TRANSFORMAR – EJERCITARSE – ENTRENARSE: T**

TAREA	FINALIDAD	DISPOSITIVOS Y NORMAS DE FUNCIONAMIENTO	CRITERIOS DE ÉXITO	OBSERVACIONES
<p><b>T3</b> <b>C2-3</b>                      Franquear el obstáculo sobre el vientre (en rodillo ventral) sin impulso</p>	<p>Organizarse para franquear “vientre contra el elástico”.</p>	<p>Dispositivo 2.                      Superficie de recepción confortable.                      Buscar el lado (respecto a los saltómetros) desde el que debo saltar para franquear “vientre contra el elástico”;</p> <p>después realizar varios intentos partiendo del plinto, pierna libre ya pasada por encima del elástico; “enrollar el elástico”; después lo mismo apoyando los dos pies sobre el plinto (pie de impulso detrás).                      Dar un paso y franquear.                      El observador verifica y comunica la realización de los criterios de éxito.</p>	<p>Encontrar el lado del saltador que permite franquear en rodillo ventral.</p> <p>Caer sobre el costado (o la espalda).</p> <p>Caer sobre el costado (o la espalda).</p>	<p>Lado izquierdo para pie de batida izquierdo (pierna derecha libre).</p>
<p><b>T4</b> <b>C2-3</b>                      Saltar franqueando el elástico en “rodillo ventral” después de una carrera de impulso reducida.</p>	<p>Encadenar una carrera de impulso con un franqueo en rodillo ventral.</p>	<p>Lo mismo con un trampolín.                      Limitar la carrera de impulso a tres o cuatro zancadas (colocar una referencia).                      Criterio de realización es que la pierna libre que, lanzada, arrastra todo el cuerpo.                      Mirar si su segunda pierna franquea el obstáculo.</p>	<p>Encadenar el impulso y el franqueo. Caer sobre el costado.</p>	

## Salto de Altura

Ciclos 2 y 3

**TRANSFORMAR – EJERCITARSE – ENTRENARSE: T**

TAREA	FINALIDAD	DISPOSITIVOS Y NORMAS DE FUNCIONAMIENTO	CRITERIOS DE ÉXITO	OBSERVACIONES
<b>T5</b> <b>C2-3</b> Franquear el elástico en tijera sin impulso.	Organizarse para franquear el elástico en "tijera".	Dispositivo 1 o 2 + recepción "dura" (pequeñas colchonetas, arena ..). 1. Buscar el lado del saltador desde el que debo partir para franquear el elástico "en tijera". Después dispositivo 2. 2. Realizar varias series de intentos partiendo del plinto, pierna libre ya pasada por encima del elástico. 3. Idem apoyando los dos pies sobre el plinto (pie de batida detrás). Dar un paso y franquear "en tijera".  El observador verifica y comunica la realización de los criterios de éxito.	Encontrar el lado de la zona de salto que permite franquear "en tijera".  Recepcionar en la misma dirección y el mismo sentido que la carrera de impulso.	Mostrar imágenes, esquemas o vídeos para explicar lo que es el salto en tijera. A la derecha para batida de pie izquierdo.
<b>T6</b> <b>C2-3</b> Franquear el elástico "en tijera" después de una carrera de impulso.	Encadenar una carrera de impulso con un franqueo "en tijera".	Idem + trampolín. Limitar el impulso a tres o cuatro zancadas (colocar una referencia). Criterio de realización: es la pierna libre la que una vez lanzada arrastra a todo el cuerpo. Pasar las dos piernas tensas y paralelas por encima del elástico.	Encadenar la carrera de impulso y el lanzamiento de la pierna libre. Recepcionar en el mismo sentido que el impulso.	

## Salto de Altura

Ciclos 2 y 3

**TRANSFORMAR – EJERCITARSE – ENTRENARSE: T**

TAREA	FINALIDAD	DISPOSITIVOS Y NORMAS DE FUNCIONAMIENTO	CRITERIOS DE ÉXITO	OBSERVACIONES
<b>T7</b> <b>C2-3</b> Caer en la colchoneta sobre la espalda.	Aceptar recepcionar sobre la espalda.	Dispositivo 1 + colchonetas altas (quitamiedos). 1. Dejarse caer sobre la colchoneta hacia atrás. Consigna de seguridad: guardar la barbilla contra el pecho. 2. Idem saltando a dos pies para acercarse a la colchoneta. 3. Idem a D 2. Dejarse caer sobre la colchoneta desde el banco, el plinto..  Observador: Verifica la realización de los criterios de éxito y los comunica al saltador.  Variable: con elástico.	No mover los pies. Tocar la colchoneta con los hombros en primer lugar. Respetar las consignas de seguridad: "barbilla contra el pecho".	La altura de caída no debe ser demasiado grande al principio.
<b>T8</b> <b>C2-3</b> Saltar en colchonetas cada vez más altas, sobre la espalda.	Recepcionar con la espalda sobre una pila de colchonetas cada vez más alta.	Dispositivo 4. Realizar varias series de saltos. El observador es el garante de la seguridad: impide que las colchonetas caigan y las recoloca.	Recepcionar sobre una colchoneta más alta que su talla.	

## Salto de Altura

Ciclos 2 y 3

**TRANSFORMAR – EJERCITARSE – ENTRENARSE: T**

TAREA	FINALIDAD	DISPOSITIVOS Y NORMAS DE FUNCIONAMIENTO	CRITERIOS DE ÉXITO	OBSERVACIONES
<b>T9</b> <b>C2-3</b> Franquear el elástico y caer sobre la espalda.	Organizarse para franquear y caer sobre la espalda.	Dispositivo 2 + recepción sobreelevada. 1. Buscar el lado desde el que debo saltar para franquear y caer sobre la espalda. Observadores: dos puntos de observación: <ul style="list-style-type: none"> <li>- respecto del pie de batida del saltador;</li> <li>- recepción sobre la espalda en primer lugar (no sobre las nalgas);</li> </ul> 2. Realizar varias series de intentos partiendo del plinto con el pie de batida detrás. 3. Un paso y luego franquear de espaldas al elástico y recepción sobre lo alto de la espalda. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mismas observaciones.</li> <li>- Cruzar espalda a la goma</li> </ul>	Encontrar el lado desde el que salto para franquear y caer sobre la espalda. Aceptar caer sobre la espalda. Franquear de espalda contra el elástico.	Lado derecho para pie izquierdo (pierna libre la derecha). Esto necesita una ligera rotación (1/4 de vuelta) en el momento de la impulsión.
<b>T10</b> <b>C2-3</b> Saltar después de una carrera de impulso.	Encadenar la carrera de impulso "construida" con un franqueo a su elección.	Dispositivo 1 + recepción sobreelevada. Efectuar varias series de intentos. Observadores: dos puntos de observación: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Colocar las referencias de distancia, de ángulo de carrera.</li> <li>- Materializar el trayecto de la carrera (por ejemplo: pasar por un pasillo).</li> </ul>	Encadenar la carrera y el franqueo. Realizar su marca estabilizada al menos dos veces de 4 intentos.	

## Salto de Altura

Ciclo 1

**EVALUARSE – ANUNCIAR – VERIFICAR: Ev**

TAREA	FINALIDAD	DISPOSITIVOS Y NORMAS DE FUNCIONAMIENTO	CRITERIOS DE ÉXITO	OBSERVACIONES
<p><b>Ev1</b>                      <b>C1</b> Saltar lo más alto posible.</p>	<p>Saltar la altura o las alturas anunciadas.</p>	<p>Dispositivo 1 o 1 bis o 1 ter. Cuatro alturas son determinadas por el grupo (de nivel).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- H1 amarillo      1 punto</li> <li>- H2 verde        2 puntos</li> <li>- H3 azul         3 puntos</li> <li>- H4 rojo         4 puntos</li> </ul> <p>Anunciar un resultado de 4 intentos. Después de cada intento, decidir si se conserva o no los puntos marcados. Hacer 5 ó 6 intentos. Por grupos de 3 ó 4:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Uno o dos fosos de salto;</li> <li>- Un secretario;</li> <li>- Un juez.</li> </ul> <p>Organización:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El elástico está colocado en H1: todos los niños que desean saltar esta altura, saltan.</li> <li>- Después se coloca el elástico en H2</li> <li>- Si se dispone de dos saltadores:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- H1 en saltador 1 y</li> <li>- H2 en saltador 2.</li> </ul> </li> </ul> <p>Los niños van a ensayarse en el foso de salto correspondiente a las alturas elegidas.</p>	<p>Realizar la marca anunciada con 1 punto de diferencia.</p>	<p>Variable: - El contrato puede ser colectivo.</p>

## Salto de Altura

Ciclo 1

*EVALUARSE – ANUNCIAR – VERIFICAR: Ev*

TAREA	FINALIDAD	DISPOSITIVOS Y NORMAS DE FUNCIONAMIENTO	CRITERIOS DE ÉXITO	OBSERVACIONES
<p><b>Ev2</b>                    <b>C1</b> Saltar alto y marcar puntos para su equipo.</p>	<p>Establecer un contrato y realizarlo, y así marcar puntos para su equipo.</p>	<p>Dispositivo 1 o 1 bis o 1 ter. Misma organización que para Ev1. Equipos de 3 a 5. Los saltadores de un mismo equipo pasan en un orden fijado de antemano. Un segundo equipo: juzga, anota resultados, coloca el material. Cada saltador indica la altura que quiere intentar. * Si lo consigue, marca los puntos correspondientes para su equipo. * Si fracasa no marca nada. El equipo ganador es el que alcanza antes (con el menor número de intentos) un cierto número de puntos.</p>	<p>Marcar lo más deprisa posible n puntos entre los 4.</p>	<p>Variable: La misma situación puede realizarse con contratos individuales. Por ejemplo: marcar puntos en el menor número de intentos posible.</p>
<p><b>Ev3</b>                    <b>C2-3</b> Saltar alto y marcar puntos para su equipo.</p>	<p>Marcar el mayor número de puntos posible en un solo intento.</p>	<p>Mismo dispositivo. Equipos de 3 a 5. Cada saltador dispone de un intento único que puede utilizar a la altura de su elección. Se suman las marcas de todos los saltadores.</p>	<p>Marcar el mayor número de puntos posible.</p>	

## Salto de Altura

Ciclos 2 y 3

**EVALUARSE – ANUNCIAR – VERIFICAR: Ev**

TAREA	FINALIDAD	DISPOSITIVOS Y NORMAS DE FUNCIONAMIENTO	CRITERIOS DE ÉXITO	OBSERVACIONES
<b>Ev1 C2-3</b> Saltar lo más alto posible de maneras diferentes.	Saltar lo más alto posible eligiendo su manera de saltar.	Retomar las situaciones del Ciclo 1 con un marcaje de puntos diferente. Determinar tres o cuatro alturas por grupo de nivel (que comprenden las marcas estabilizadas de cada saltador). Dos o tres intentos por altura y por saltador. Regla: utilizar dos (o tres, según las posibilidades y lo que ha sido abordado durante la unidad de aprendizaje) maneras diferentes de saltar:  Marcaje de puntos: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Marca estabilizada: 2 puntos,</li> <li>- Altura justa por debajo: 1 punto,</li> <li>- Altura justa por encima: 4 puntos,</li> <li>- Altura dos veces por encima: 5 puntos.</li> </ul>	Marcar el mayor número de puntos posible utilizando dos maneras de saltar.	Variantes: Por equipo (se suman las marcas de cada uno). Se puede imponer los tipos de saltos estudiados (trabajados) para cada altura (1 intento en cada tipo) y sumar las marcas.