

FIGURES AND CHOREOGRAPHY WITH ROPES

Departamento/s implicado/s	EDUCACIÓN FÍSICA
Profesor/es implicado/s	Jose María Reillo Castiblanque
Nivel y curso del alumnado implicado	4º ESO C
Listado de los alumnos implicados	<ul style="list-style-type: none"> - Belén Belloso Rodriguez. - Nieves Calcerrada Molina. - Pilar Calcerrada Peinado. - Sara Moya Pulpón. - Alberto Escudero Fernández. - Laura Fernández Sánchez De la Morena. - Raúl García Hidalgo. - Lucía Muñoz Tébar. - Águeda Pintado Cantero. - Abel Rosado Peinado. - Marcos Violero Izquierdo.
Fecha de realización	4-8 de Marzo
Objetivo/s de la actividad	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Mejorar cualidades motrices y capacidades físicas mediante saltos con cuerdas.</i> ▪ <i>Analizar las figuras (círculos, doble círculos, ochos...) y trayectorias realizadas por la cuerda en las diferentes modalidades de salto.</i> ▪ <i>Aprender y perfeccionar diferentes habilidades de cuerda individual y colectiva.</i> ▪ <i>Construir de manera ordenada y progresiva una coreografía de Combas que incluya las diferentes modalidades de salto trabajadas.</i> ▪ <i>Fomentar el trabajo cooperativo y los valores de compañerismo, solidaridad y ayuda.</i>
Contenidos trabajados	<ul style="list-style-type: none"> - Cualidades motrices básicas: COORDINACIÓN DINÁMICA GENERAL, equilibrio y agilidad. - Capacidades Físicas básicas: FUERZA, Resistencia y Flexibilidad. - Figuras individuales de salto hacia delante, hacia detrás, en parejas, cuerda colectiva y doble cuerda. - Fases en la formación de una coreografía de combas.
Presupuesto de la actividad de ser necesario	Gratuito
Sufragado por...	
Fotografías del proceso de realización	https://www.youtube.com/watch?v=qDms9yOrKTU&list=PLeOSGhdY_fWIWHsBv9ajDR0-F41MjYGbC&index=2
Grado de consecución de objetivos	MUY ALTO
Grado de implicación del profesorado	ALTO
Grado implicación del alumnado	ALTO
Observaciones/ Comentarios/ Propuestas de mejora	<ul style="list-style-type: none"> - Han sido necesarias algunas tardes para el ensayo y grabación de la coreografía final. - Se ha incrementado progresivamente la dificultad de las figuras realizadas con combas, dada la predisposición y habilidades de los alumnos/as protagonistas.

- Representar la coreografía en algún evento del centro o municipio.