

Área: Educación Física

Hola familias, vengo con nuevas propuestas para esta semana. Espero puedan aprovecharlas para jugar un poco y seguir aprendiendo. Los desafío a seguir divirtiéndose, solo para valientes!

Actividad 1

JUGAMOS CON GLOBOS

Materiales: un globo.

Con la ayuda de algún adulto, inflar un globo y hacerle el nudo. Con eso hecho, ¡ya estamos listos para empezar a jugar! Te desafío a lo siguiente:

. Llevar a pasear el globo por toda la casa!

.Llevarlo con distintas partes del cuerpo: golpeándolo con una mano, con la cabeza, con el pie, ¿con que otra parte del cuerpo puedes llevarlo?

.Jugar a que el globo no toque el suelo, ¿Cuánto tiempo puedes sostenerlo en el aire? ¿Cuánto tiempo pueden sostenerlo en el aire sin usar las manos? ¿Difícil no? ¡Ustedes pueden!

. ¿Qué otro juego se les ocurre para hacer con el globo?

Actividad 2

JUGAMOS CON LA SOGA

Nuestro primer desafío va a ser imaginar que la sogá es un río, y a veces los ríos tienen cocodrilos, ¡mucho cuidado!

.Ubicamos la sogá en el suelo, y hay que atravesarla saltando de diferentes maneras. Podemos ubicar de un lado distintos juguetes, y nuestro desafío es llevar de a uno todos los juguetes hacia el otro lado del río. ¿Se animan?

.Buscamos un lugar donde podamos atar la sogá de ambos lados, de manera que quede a unos centímetros del suelo y debe quedar bien “estirada”. Podemos repetir el juego de salvar a los juguetes, pero esta vez, tendremos la dificultad de saltar o atravesar la sogá con un poco de altura. Les deseo mucha suerte!

.Por último, subimos unos centímetros más la altura de la sogá, de manera que quede más o menos a la altura de las rodillas de los niños/as. Esta vez, debemos pasar la sogá por debajo, y si pueden también por arriba. Sé que es cada vez más complicado, pero confío en ustedes.



Recordar: Luego de cada actividad felicitar o alentar al niño/a por su buen desempeño, ya que para ellos es muy importante sentir el apoyo y acompañamiento de sus familiares.

Agradezco su buena predisposición. Les dejo un saludo, espero les gusten las actividades!!

Profe Tomas