

Área: Educación Física

Familias de Osofete, ¿como andan? Espero anden bien.

Les traigo una nueva propuesta, espero puedan desarrollarla y divertirse un rato en familia. Les dejo un saludo, y cualquier consulta, estoy a su disposición.

Actividad 1

Las ranas a la laguna

Realizar un círculo en el suelo y ubicarse dentro de él. Una vez que suene la música (poner cualquier canción), las ranas pueden salir a pasear saltando, una vez que se detiene la música, deben volver rápido a la laguna.

Pueden contar cuanto tiempo tardan en volver a la laguna, intentando alejarse cuando suena la música.

Actividad 2

Utilizando el mismo círculo, disponemos sobre la línea del mismo distintos vasos de plástico. A la cuenta de tres, juntamos los vasos en el centro apilándolos. Podemos juntar solo de a uno por vez.

Variante 1: realizar con los vasos de plástico una pirámide, y también pueden contar el tiempo que tardan en realizarlo para ver si pueden superarse en otro intento.

Variante 2: En la línea del círculo, disponer 4 botellas (alejadas una de otra), y sobre ellas, con mucho equilibrio, disponer los vasos (un vaso por cada botella).

El desafío será: partiendo desde el centro del círculo traer cada uno de los vasos, para luego volver a ponerlos de a uno sobre cada botella sin que se caigan. ¿Se animan?

Actividad 3

Ya que estamos, vamos a utilizar nuevamente el círculo.

A uno o dos metros de él(o los metros que se animen), vamos a hacer una marca o una línea en el suelo.

Desde ella, vamos a lanzar 5 peluches que vamos a tener preparados, intentando que caigan dentro del círculo. Este último, comenzará siendo grande. Una vez terminen de lanzar, contarán cuantos quedaron dentro y lo achicarán un poco.

Así, deben repetir hasta que el círculo quede pequeño. ¿Tienen puntería? ¡la van a necesitar!

El desafío termina cuando no logren embocar ningún peluche dentro del círculo. ¿Cuántas veces pueden achicarlo?

Recordar: Luego de cada actividad hay que 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